

17 février 2026

Jeunesse sur un fil, à la recherche de nouveaux équilibres Comment les 15-29 ans appréhendent leur avenir ?

Note d'analyse

Méthodologie	
5 000 jeunes âgés de 15 à 29 ans	La représentativité de l'échantillon a été assurée selon la méthode des quotas appliquée aux variables suivantes : genre, âge, CSP, régions, niveau de diplôme et catégorie d'agglomération (recensement INSEE).
Interrogation en ligne Du 12 au 21 janvier 2026	
Environ 40 questions (dont 5 questions ouvertes) 20 minutes de questionnaire	14 000 verbatim

« Quatre résultats passionnants sautent aux yeux à la lecture de cette étude. Tout d'abord, les jeunes sont très largement exaspérés de l'omniprésence du débat sur les retraites dans notre pays. Ensuite, l'immense majorité d'entre eux reste très attachée à son territoire. Le travail garde aussi une place centrale dans leur vie, notamment pour les NEETs – les jeunes ni en emploi, ni en études, ni en formation – mais dans les conditions du fonctionnement nouveau de nos sociétés post-Covid. Finalement, nous sommes loin d'une « génération de la flemme » théorisée dans certaines études ! »

Jean-Hervé Lorenzi, président des Rencontres Économiques d'Aix-en-Provence

« Cette étude révèle des jeunes fragilisés par l'accumulation des crises. Au quotidien, l'angoisse des fins de mois, les problèmes de santé mentale, la solitude rendent difficile le quotidien d'une partie importante de la jeunesse. À ces vulnérabilités s'ajoutent les difficultés d'accès au logement, à l'emploi et la crainte du déclassement. Sous tension, ils se recentrent sur leur cercle proche et leur territoire, et font de la préservation de leur équilibre mental et physique une priorité, y compris dans le travail.

Ce constat interpelle directement notre responsabilité collective et celle du politique. À l'heure où beaucoup de jeunes ont le sentiment de ne pas être compris ni écoutés par les responsables politiques, et à l'approche d'échéances électorales majeures, ne pas apporter de réponses à cette génération sur un fil serait une forme de « non-assistance à jeunesse en danger ». »

Bernard Sananès, Président d'Elabe

Chiffres clés

3 jeunes sur 10 ont régulièrement des problèmes de santé mentale	29% se sentent seuls en permanence	29% déclarent ne pas parvenir à subvenir à leurs besoins essentiels
82% se sont trouvés face à des logements trop chers	44% ont déjà été victimes de harcèlement (1 femme sur 2)	4 jeunes actifs sur 10 (39%) redoutent de perdre leur emploi
38% craignent de vivre une guerre sur le territoire français	28% pensent que rejoindre le service militaire volontaire peut avoir un impact sur la société	59% feront toujours passer leur santé avant toute contrainte
2 sur 3 déclarent préférer une vie calme et sereine plutôt qu'une vie à mille à l'heure	62% considèrent que devenir propriétaire est un pilier incontournable de la réussite personnelle	1 jeune sur 2 (48%) estime que se marier et avoir des enfants n'est pas forcément un passage obligé
55% préfèrent vivre entourés de gens qui leur ressemblent	71% se disent attachés à leur ville ou village	51% ont déjà pensé à quitter la France (dont 10% ont déjà entamé des démarches)
78% estiment que la politique « écoute rarement » les jeunes	74% font confiance aux scientifiques (67% aux enseignants)	77% ne croient pas que le système de retraite tiendra quand leur tour arrivera
43% déclarent que l'IA est utile pour trouver du soutien émotionnel	63% craignent que des métiers disparaissent à cause de l'IA	58% s'informent via Google, 51% les réseaux sociaux et 44% ChatGPT, vs. 26% les reportages à la télé et 13% la presse écrite
56% jugent que l'entrée sur le marché du travail est une étape difficile à réaliser	1 jeune sur 2 (51%) s'est senti surqualifié à son premier poste	60% préfèrent faire le métier qui leur plaît sans monter en grade

Sommaire

Introduction	7
Partie 1. Une jeunesse vulnérable dans un monde en crises.....	8
1. Quand la tête et le corps menacent de lâcher	8
Une vulnérabilité psychologique préoccupante	8
De la vulnérabilité physique au risque médical réel	9
Se construire dans un contexte anxigène : une jeunesse en hypervigilance	9
2. Les jeunes face au vertige de l'indépendance	10
Sans argent : la hantise du déclassement	10
L'horizon de la précarité professionnelle	11
Le logement, un malus jeunesse	11
3. Une jeunesse fragile, des jeunes hyper-fragiles	12
Les NEETs cumulent toutes les fragilités.....	12
Le poids de l'origine sociale	13
20-24 ans, le pic des vulnérabilités	14
Les femmes en première ligne	14
Partie 2 : Moi, mes proches, mes réseaux.....	15
1. Se préserver : la nouvelle priorité	15
Prendre soin de soi avant tout	15
Un repli relationnel vers le proche et le semblable.....	16
Le territoire comme zone de confort et de sécurité	17
2. Avancer : les réseaux sociaux et l'IA	19
L'usage 360 de l'IA et des réseaux sociaux	19
S'informer : un réflexe algorithmique plutôt que médiatique	20
3. S'engager : autrement, ici et maintenant	20
Pas de grande cause qui fédère la jeunesse	20
La politique politicienne ne répond plusf	21
Pas de démission citoyenne pour autant.....	22
Partie 3. Le travail : un repère central, des exigences redéfinies	24
1. Le travail face à de nombreuses incertitudes	24
L'IA, à la fois opportunité et menace pour la génération <i>digital native</i>	24
La retraite, un repère en voie de disparition	24
Le travail demain : un horizon incertain	25
2. Le travail, un incontournable quoi qu'il en soit.....	25
Le travail reste la clé du passage à la vie adulte	25
Premier emploi, une étape sous pression	26

Angoissés mais motivés, les jeunes tracent leur propre voie.....	26
3. Réussir son insertion professionnelle : l'orientation en question	27
La fin de la « voie royale ».....	27
L'orientation : un investissement personnel et continu	27
Accompagner autrement : rapprocher de l'entreprise et valoriser les compétences.....	28
La première expérience professionnelle : un choc de réalité	29
4. Nouveaux repères au travail : sécurité et épanouissement	29
Le socle matériel incontournable : salaire, sécurité, stabilité	30
Au-delà du salaire : apprendre, progresser et tisser des liens	30
Quand la réussite professionnelle passe par l'épanouissement personnel	30
L'appel aux entreprises : « Embauchez-nous, formez-nous... faites-nous une place ! »	31

« Cette étude révèle des jeunes fragilisés par l'accumulation des crises. Au quotidien, l'angoisse des fins de mois, les problèmes de santé mentale, la solitude rendent difficile le quotidien d'une partie importante de la jeunesse. À ces vulnérabilités s'ajoutent les difficultés d'accès au logement, à l'emploi et la crainte du déclassement. Sous tension, ils se recentrent sur leur cercle proche et leur territoire, et font de la préservation de leur équilibre mental et physique une priorité, y compris dans le travail.

Ce constat interpelle directement notre responsabilité collective et celle du politique. À l'heure où beaucoup de jeunes ont le sentiment de ne pas être compris ni écoutés par les responsables politiques, et à l'approche d'échéances électorales majeures, ne pas apporter de réponses à cette génération sur un fil serait une forme de « non-assistance à jeunesse en danger. »

Bernard Sananès, Président d'Elabe

Introduction

Les 15-29 ans n'ont pas connu les « Trente Glorieuses », ils ont grandi dans l'ombre d'un empilement de crises : crise financière et économique mondiale (2008-2010), crise sécuritaire et terroriste (depuis 2015), crise climatique et écologique, crise sanitaire du Covid-19, crise inflationniste et du pouvoir d'achat (2022-2024), crise géopolitique (depuis 2022) et crise de la dette publique qui remet en question notre modèle social. Dans ce contexte comment les jeunes trouvent-ils leur voie ? Sur quels repères s'appuient-ils pour se construire, faire des choix et se projeter dans l'avenir quand les parcours linéaires d'antan et les « voies royales » ne sont plus des certitudes ?

Cette étude menée auprès de 5 000 jeunes de 15 à 29 ans en janvier 2026 révèle une jeunesse vulnérable mais résiliente, angoissée mais active, tiraillée entre quête de sécurité et aspiration à l'épanouissement. Loin de se résigner, les jeunes recomposent leurs propres repères : le proche plutôt que le lointain (soi-même, famille, territoire), l'immédiat plutôt que le long terme (santé mentale, équilibre de vie), le concret plutôt que l'idéologie. Et au cœur de cette recherche de stabilité, un pilier persiste : le travail, qui reste la clé de l'indépendance et le passage obligé à la vie adulte. Avec quelles exigences renouvelées ? Et surtout, demain répondra-t-il aux attentes d'aujourd'hui ?

Partie 1. Une jeunesse vulnérable dans un monde en crises

Loin d'incarner une jeunesse insouciante et détachée, les 15-29 ans semblent marcher sur un fil. Leur « bien-être » est un édifice fragile, construit sur un terrain miné par l'incertitude et l'empêchement. Alors quand les peurs s'accumulent, le moral des 15-29 ans vacille :

- Seuls 4 jeunes sur 10 (38%) déclarent « se sentir très bien » dans leur vie (notes 8-10/10), 35% « moyennement bien » (6-7/10) et 26% « pas bien » (0-5) ;
- Invités à décrire spontanément leur état d'esprit du moment (question ouverte, pas de réponse suggérée), près d'1 jeune sur 3 (31% de mentions, uniquement en négatif) décrit une jeunesse faite d'insécurité et de saturation psychologique ;
- Pour 1 jeune sur 3 (31%), sa santé mentale et physique est un sujet d'angoisse.

Santé mentale, pouvoir d'achat, logement... Sur tous les fronts de la vie adulte, les jeunes français sont assiégés. Ils grandissent à mesure que les crises s'enchaînent et vivent l'expérience des risques en cascade au quotidien. La vulnérabilité est le plus grand dénominateur commun qui fait génération.

« [J'ai des] problèmes d'argent : loyer hyper cher, alimentation chère, ... J'ai de l'endométriose, je souffre sans solution. Et il n'y a pas de travail... »

Femme, 26 ans, banlieue parisienne, au chômage, diplômée d'un bac + 5

« Je me sens plutôt fatigué globalement. Je me sens éprouvé par la vie et j'ai du mal à avoir des connexion authentique avec les gens. »

Homme, 25 ans, banlieue parisienne, cadre du privé, diplômé d'un bac + 5

1. Quand la tête et le corps menacent de lâcher

Une vulnérabilité psychologique préoccupante

Depuis la pandémie, la santé mentale s'est imposée comme un enjeu majeur pour la jeunesse française. Notre étude le confirme : anxiété, stress et solitude ne sont pas que des craintes abstraites mais constituent une expérience vécue par une large part des jeunes, et en particulier les femmes.

- Près d'1 jeune sur 2 (47%) redoute d'avoir des problèmes de santé mentale (53% des femmes contre 42% des hommes) ;
- Près d'1 jeune sur 3 (30%) disent avoir des problèmes de santé mentale de manière permanente ou régulière. Au global, 6 jeunes sur 10 (59%) déclarent avoir déjà eu de tels problèmes (67% des femmes contre 51% des hommes).

« Je suis au bout du rouleau. Je ne sais pas comment et si je vais m'en sortir. Je me sens terriblement mal mentalement. »

Femme, 28 ans, commune de moins de 100 000 habitants, au chômage, diplômée d'un bac +3

Le sentiment d'isolement et de solitude constitue un volet central de cette détresse psychologique. Les 15-29 ans vivent une période marquée par des transitions et des changements multiples : études supérieures, premier emploi, autonomie financière, départ du foyer familial... qui constituent autant de ruptures potentielles de leurs liens sociaux :

- 42% des 15-29 ans redoutent d'être isolés. Une crainte encore plus présente parmi les jeunes habitants de l'agglomération parisienne (52% s'en inquiètent contre 36% parmi les jeunes ruraux) ;
- Cette peur n'est pas sans fondement puisque 64% se sont déjà sentis seuls (dont 29% considèrent que c'est un problème permanent) ;

- Ce ressenti est exacerbé chez les jeunes femmes : 7 sur 10 (71%) se sont déjà senties seules, dont 1 sur 3 pour qui c'est un problème permanent ou régulier, contre 57% (et 1 sur 4 régulièrement) chez les jeunes hommes.

« Le moral fait les montagnes russes comme le dit l'expression et je me sens parfois seule et pas écoutée... »

Femme, 21 ans, commune de plus de 100 000 habitants, étudiante en master

Cette fragilité psychologique de la jeunesse est d'autant plus inquiétante que, comme le rappelle l'Organisation Mondiale de la Santé, « *il n'y a pas de santé sans santé mentale* » (Rapport mondial sur la santé mentale : transformer la santé mentale pour tous, OMS, 2022). Confrontés à l'entrée dans la vie adulte par le prisme des crises successives (sanitaire, climatique, géopolitique...), les jeunes portent le poids d'angoisses existentielles qui suscitent une appréhension de l'avenir et pèsent lourdement sur leurs trajectoires individuelles.

- 42% des élèves et étudiants sont préoccupés par leur scolarité ou leurs études ;
- 39% des 15-29 ans s'inquiètent pour leur avenir professionnel ;
- Pour les jeunes devenus eux-mêmes parents, l'angoisse est projetée : 40% se disent angoissés pour leur enfant, leur vie quotidienne et leur avenir.

De la vulnérabilité physique au risque médical réel

Les 15-29 ans sont pleinement conscients qu'être jeune ne protège pas des risques concernant leur santé physique. D'une part, les générations successives ont grandi avec les campagnes de prévention et les messages de santé publique, souvent basés sur des injonctions : le SAM de la sécurité routière « celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas », les messages anti-tabac « fumer tue » ou l'opération « mois sans tabac », les campagnes contre la sédentarité comme « Manger Bouger » ...

D'autre part, ils sont exposés à certains risques graves dès leur plus jeune âge :

- 1 jeune sur 3 (34%) déclarent avoir déjà eu une addiction ou été en situation de dépendance qu'il s'agisse d'alcool, de tabac, de drogues ou de médicaments. Bien que très jeunes, 16% des 15-17 ans affirment avoir été ou être addict (un score qui atteint les 40% dans la vingtaine) ;
- 1 jeune sur 5 a déjà connu des problèmes de santé grave comme des infections sexuellement transmissibles ou un cancer.

Dans un climat psychologique déjà particulièrement pesant, les menaces qui planent sur leur santé rajoutent une couche de vulnérabilité sur la jeunesse.

« J'ai des soucis de santé que me pourrissent la vie, donc mon moral n'est pas au top »

Femme, 16 ans, commune de plus de 100 000 habitants, lycéenne, voie générale

Se construire dans un contexte anxiogène : une jeunesse en hypervigilance

Leur jeunesse s'écrit dans un monde où la violence est répandue, que les jeunes y soient exposés frontalement ou non. Leur quotidien et leurs perspectives sont profondément affectés ce qui alimente un sentiment d'insécurité.

L'idée d'une guerre est un marqueur majeur pour des individus qui, pour la plupart, n'ont pas connu le siècle des guerres. Depuis l'invasion de l'Ukraine en février 2022, la réouverture des conflits au Proche Orient, les tensions géopolitiques et les conflits s'accumulent et s'entrechoquent... La perspective d'un conflit armé apparaît de moins en moins lointaine : 38% des jeunes Français craignent de vivre une guerre et ses conséquences sur le territoire national.

L'insécurité est aussi et surtout une réalité à laquelle les jeunes sont parfois confrontés dans leur vie quotidienne, à la porte de chez eux. Nombreux sont ceux qui en ont fait l'expérience :

- 44% des jeunes ont déjà été victimes de harcèlement, dans la rue, à l'école ou au travail. Une réalité qui touche plus durement les femmes (1 sur 2, contre 39% des hommes) ;
- Plus d'1 jeune sur 3 (34%) a été victime d'une agression physique. Un score qui atteint 38% parmi les jeunes habitants de l'agglomération parisienne contre 28% chez les jeunes ruraux ;
- Et quand elle n'est pas physique, la violence peut se manifester autrement : près de 4 jeunes sur 10 (38%) ont déjà été victimes de discrimination dans la rue, à l'école ou au travail en raison de leur origine, de leur âge, ou de leur religion...

« Tout va bien... malgré le déchaînement de violences verbales ou physique que nous devons supporter chaque jour. Il ne faut pas faire avec ou laisser le mal dominer, mais l'Etat ne nous protège plus. [...] Avec mes amis au lycée, nous nous demandons ce que recherchent les dirigeants... Nous pourrions avoir peur de prendre de l'âge ! »

Homme, 15 ans, commune de moins de 20 000 habitants, lycéen, voie générale

2. Les jeunes face au vertige de l'indépendance

Eprouvés physiquement et mentalement dans un monde anxiogène : c'est le portrait d'une jeunesse confrontée à un avenir semé d'embûches. Pour trouver sa place ou s'en faire une, les obstacles sont majeurs : boucler ses fins de mois, trouver un logement et un emploi. Ce qui était parfois un acquis pour les générations précédentes devient un luxe pour la jeunesse de 2026.

« [...] Je suis dans une situation instable et donc stressante car je suis en recherche d'un logement et d'un travail. »

Femme, 21 ans, commune de 2.000 à moins de 20.000 habitants, au chômage, diplômée niveau bac

Sans argent : la hantise du déclassement

La crise inflationniste des années 2022 et 2023 a laissé des traces durables dans le portefeuille des jeunes Français. Bien que le taux d'inflation annuel moyen soit redescendu à moins d'1% en 2025 après avoir atteint 6,3% en 2022 (d'après l'INSEE), les 15-29 ans continuent de subir de plein fouet ses conséquences sur les prix :

- Près d'1 jeune sur 2 (48%) redoute d'avoir du mal à boucler ses fins de mois ;
- 4 sur 10 se disent angoissés par leur situation financière.

Cette crainte puise dans un vécu bien réel, celui de la précarité financière au quotidien :

- 3 jeunes sur 4 surveillent leur budget en permanence ;
- Plus d'1 jeune sur 2 (54%) a déjà eu du mal à boucler ses fins de mois, dont 29% pour qui c'est un problème permanent et régulier ;
- Même parmi les jeunes actifs en emploi, 27% ne se considèrent pas autonomes financièrement, sans l'aide de leurs proches.

Face à ces tensions budgétaires, les arbitrages et les renoncements sont devenus incontournables :

- 42% des 15-29 ans doivent se restreindre pour boucler leurs fins de mois dont 14% qui terminent très difficilement leurs fins de mois en étant obligé de puiser dans leurs réserves, de demander de l'aide ou dans une situation très précaire (en sautant des repas, en dormant dehors ou chez des proches...). À l'inverse, 56% bouclent leurs fins de mois sans se restreindre dont 26% parviennent à mettre de l'argent de côté ;
- 3 jeunes sur 10 (29%) déclare ne pas avoir assez de revenus pour subvenir à ses besoins essentiels et près d'1 jeune sur 2 (46%) pour se faire plaisir.

« La situation actuelle est très compliquée [...] économiquement. Il est difficile de finir les mois et difficile d'imaginer l'avenir sereinement, d'avoir des projets à long terme. »

Femme, 28 ans, commune de plus de 100 000 habitants, enfant(s), à son compte, diplômée de niveau bac +3

À ces difficultés matérielles s'ajoute un phénomène propre à une jeunesse hyperconnectée : 66% des jeunes ont le sentiment de moins bien gagner leur vie que les autres lorsqu'ils regardent les réseaux sociaux. Ce phénomène de comparaison sociale amplifie le sentiment de déclassement, alimente la frustration et l'impression d'être « à la traîne » par rapport aux pairs. Derrière ces chiffres se dessine une jeunesse qui vit la hantise permanente du déclassement.

Pourtant, malgré ce constat, les jeunes ne sombrent pas dans le fatalisme. Dans une forme de résilience et d'optimisme propre à la jeunesse, 54% pensent qu'ils s'en sortiront mieux que leurs parents. Ce chiffre témoigne d'une capacité à projeter un avenir meilleur en dépit des difficultés présentes – peut-être aussi d'une nécessité de maintenir l'espoir face à un contexte économique qu'ils ont intégré comme « difficile et qui ne va pas s'arranger ».

« J'arrive à rester positive malgré les épreuves. J'ai déjà accompli des choses qui me paraissaient impossibles donc je continuerai à le faire. »

Femme, 18 ans, commune de plus de 100 000 habitants, au chômage, diplômée de niveau du brevet des collèges

L'horizon de la précarité professionnelle

Si les jeunes ont intégré l'idée que, malgré leurs efforts et leurs diplômes, la stabilité financière reste un horizon lointain, ils savent aussi que la stabilité professionnelle n'est pas acquise. Le sentiment de déclassement dépasse ainsi le cadre strictement financier pour toucher leurs ambitions professionnelles. Nombreux sont ceux qui redoutent ou font déjà l'expérience de la précarité alors qu'ils abordent à peine leur vie professionnelle :

- Près de 4 jeunes actifs sur 10 (39%) redoutent de perdre leur emploi, un score qui atteint 43% chez les jeunes en premier emploi ;
- C'est déjà une réalité pour beaucoup : 43% des jeunes actifs ont déjà perdu leur travail ou ont eu des difficultés à en trouver un.

« Actuellement, j'ai l'impression qu'il y a de moins en moins d'offres d'emploi en général et malheureusement nous, les juniors [nous] avons du mal à trouver de l'emploi quel que soit nos études. »

Homme, 20 ans, commune de moins de 20 000 habitants, étudiant de niveau licence

« Je suis heureuse mais je suis inquiète pour mon avenir, et sans cesse en train de me questionner à ce sujet, particulièrement concernant l'aspect professionnel. »

Femme, 23 ans, commune de plus de 100 000 habitants, étudiante en doctorat

Le logement, un malus jeunesse

Trouver un logement est un parcours du combattant partout et pour tous. Les difficultés sont particulièrement criantes dès l'instant où les jeunes quittent le nid familial.

« La seule chose qui me manque c'est d'avoir mon logement. »

Femme, 29 ans, agglomération parisienne, salariée du public, diplômée de niveau master

En tête des galères rencontrées par les jeunes qui ne vivent plus chez leurs parents, les prix et la disponibilité de l'offre représentent le point noir.

- Plus de 8 jeunes sur 10 (82%) se sont trouvés face à des logements trop chers (dont 44% rencontrent systématiquement ou régulièrement cette difficulté) ;
- 77% regrettent que trop peu d'offres correspondent à leurs besoins, qu'il s'agisse de la taille du logement, de sa localisation, ou du budget...

L'épineux sujet du logement concerne tous les jeunes peu importe leur lieu de vie. Si les difficultés, notamment liées au coût du logement sont plus fortes dans les centres villes (83%) elles sont aussi présentes dans les territoires ruraux (76% des jeunes ruraux font le même constat). De même, concernant le manque d'offre : le problème est particulièrement marqué au sein de l'agglomération parisienne (82%) mais les habitants des communes rurales signalent aussi cette difficulté (72%).

Le marché du logement est aujourd'hui une jungle dans laquelle il faut se battre pour trouver un bien convenable et se prémunir contre les abus :

- 75% des jeunes qui ont quitté le foyer familial ont déjà été confrontés à des logements de mauvaise qualité (30% de manière systématique ou régulière) ;
- 68% évoquent le nombre important d'annonces frauduleuses ou arnaques (près d'1 sur 3 en croisent régulièrement ou systématiquement).

Tous les jeunes se rassemblent derrière une impression commune, celle de bénéficier d'un malus jeunesse, option précarité :

- 71% ont déjà eu le sentiment de manquer de crédibilité en raison de leur jeunesse ;
- 67% ont eu du mal à trouver un logement en l'absence de CDI ou d'une situation professionnelle stable ;
- 58% ont été en difficulté car ils n'avaient pas de garant pour faire accepter leur dossier ;
- 50% ont eu le sentiment d'être discriminés à cause de leur genre, leur couleur de peau, leur origine sociale, leur orientation sexuelle ou autre...

Au-delà du coût du logement et de l'offre, les difficultés s'accumulent et pèsent encore plus fort sur les jeunes habitants de l'agglomération parisienne, le marché parisien étant particulièrement compliqué, ils enchainent les difficultés pour trouver un logement.

3. Une jeunesse fragile, des jeunesses hyper-fragiles

Les crises n'épargnent aucune jeunesse, mais toutes ne les vivent pas avec la même intensité. Si les angoisses et incertitudes sont partagées par l'ensemble de cette génération, certains jeunes cumulent davantage de fragilités que d'autres. État d'esprit, santé mentale, exposition aux risques... les vulnérabilités pèsent de façon inégale et créent des écarts majeurs car tous les jeunes n'ont pas les mêmes ressources pour y répondre.

Les NEETs cumulent toutes les fragilités

Parmi les 15-29 ans, une population se distingue par l'accumulation vertigineuse de toutes les fragilités : les NEETs (« *Neither in Employment nor in Education or Training* »), ces jeunes ni en emploi, ni en études, ni en formation. Leurs profils sont très divers : ils sont au chômage, en recherche d'emploi ou non, entre deux emplois, ou dans l'incapacité de travailler (aidants, malades, en situation de handicap, ... mais leur origine sociale pèse lourd car près d'1 NEETs sur 2 (48%) a un parent employé ou ouvrier.

En 2024, la France comptait 1,4 million de NEETs, soit plus d'1 jeune français sur 8. Pourtant, ces derniers vivent dans une réalité incomparable à celle du reste de la jeunesse et accumulent déterminismes et vulnérabilités.

« [Je suis] bouleversée, je sais plus par quoi commencer : il me faut de l'argent, un travail, une voiture et ça me fait me morfondre... »

Homme, 18 ans, commune rurale, diplômé de niveau CAP/BEP

La distance des NEETs avec le monde du travail constitue la première et la plus visible des ruptures avec le reste de la jeunesse. Un décrochage majeur qui montre la centralité du travail dans les trajectoires des plus jeunes.

- 63% des NEETs (+30 pts vs. 33% parmi le reste des jeunes) ont perdu ou eu du mal à trouver un travail ;
- 51% (+14 pts vs. 37%) se disent angoissés par leur avenir professionnel.

« Je peine à trouver du travail, pourtant diplômé, mes recherches n'aboutissent pas. Je me sens perdu et sans avenir. »

Femme, 21 ans, commune de 100.000 habitants et plus, diplômée de niveau Baccalauréat

La précarité économique est une des conséquences les plus directes de l'éloignement du travail. La pression financière ne se limite pas à des fins de mois difficiles : pour ces jeunes, chaque journée est une équation budgétaire complexe, où arbitrages et renoncements font loi.

- 71% des NEETs (+19 pts vs. 52% parmi le reste des jeunes) ont du mal à boucler leurs fins de mois dont 53% (+26 pts vs. 27%) de façon régulière ou permanente ;
- 54% (+16 pts vs. 38%) se disent angoissés par leur situation financière ;
- Leurs revenus ou l'argent qu'ils reçoivent ne sont pas suffisants pour subvenir à leurs besoins essentiels (51%, + 19 pts vs. 32%) et encore moins pour se faire plaisir et prévoir l'avenir (68%, + 25 pts vs. 43%).

Ces vulnérabilités viennent remettre en question leur capacité à se projeter dans un avenir stable d'un point de vue professionnel comme personnel. Au-delà des dimensions économiques et professionnelles, c'est leur rapport même à l'existence qui s'en trouve dégradé :

- Seuls 17% se sentent « très bien » dans leur vie en ce moment ;
- 52% sont perdus (+26 pts vs. 26% parmi le reste des jeunes) et 48% se disent à leur place dont seulement 8% « complètement ».

Les NEETs sont des jeunes fragilisés et menacés par une forme alarmante de détresse psychologique et physique :

- 68% d'entre eux (+10 pts vs. 58% parmi le reste des jeunes) ont déjà eu des problèmes de santé mentale dont 40% (+11 vs. 29%) de façon régulière ou permanente ;
- 45% (+13 pts vs. 32% parmi le reste des jeunes) ont déjà été en situation de dépendance (tabac, alcool, médicaments, drogues, ...) ;
- L'inquiétude pour leur santé, tant mentale que physique, concerne 40% des NEETs (+10 pts vs. 30%).

Enfin, autre dimension cruelle de cette vulnérabilité multiforme : l'absence de filet relationnel sur lequel s'appuyer. En effet, 74% des NEETs (+11 vs. 63% parmi le reste des jeunes) ont déjà eu le sentiment d'être isolés, de se sentir seuls et pour 39% d'entre eux (+11 vs. 28%) cet isolement est régulier ou permanent.

« [Je suis] fatiguée, lassée de tout, blasé du monde dans lequel on vit et épuisée moralement de mon entourage. »

Femme, 26 ans, commune de 100.000 habitants et plus, diplômée de niveau master

Le poids de l'origine sociale

La catégorie socioprofessionnelle des parents constitue un facteur déterminant dans les vulnérabilités observées. Les enfants d'employés et d'ouvriers apparaissent particulièrement exposés aux difficultés de pouvoir d'achat :

- 36% rencontrent des difficultés régulières pour boucler leurs fins de mois, contre 24% des enfants de cadres ;

- 43% déclarent que leur situation financière est source d'angoisse, contre 37%.

Ces difficultés financières affectent directement le bien-être psychologique et le sentiment d'intégration sociale de ces jeunes :

- Seuls 33% déclarent aller très bien, contre 45% des enfants de cadres ;
- 15% estiment avoir complètement trouvé leur place dans la société, contre 25%.

Ces écarts significatifs témoignent du poids de l'origine sociale sur les trajectoires des jeunes.

20-24 ans, le pic des vulnérabilités

Les 20-24 ans atteignent un pic de vulnérabilité dans une phase critique de leur vie (transition vers l'autonomie, passage des études à l'emploi, réorientation des études...) alors que l'adolescence semble toujours agir comme une bulle protégeant les plus jeunes :

- 35% se sentent seuls en permanence (contre 16% des 15-17 ans)
- 34% ont des problèmes réguliers de santé mentale ou des difficultés à boucler leurs fins de mois
- 50% ont déjà été victime de harcèlement

Les 20-24 ans sont exposés à la fois à l'appréhension de l'entrée sur le marché du travail, aux premières réorientations après des échecs ou déceptions dans les formations :

- 1 sur 2 a déjà perdu son travail ou a rencontré des difficultés pour décrocher un emploi
- 1 sur 3 est en permanence inquiet pour son travail actuel et plus de 4 sur 10 pour leur avenir professionnel
- Aussi, 42% se disent perdus et angoissés dans leur orientation (vs. 34% en moyenne) et ils ressentent aussi plus fortement la pression à répondre aux attentes (36% vs. 28% en moyenne).

Les femmes en première ligne

Le niveau d'angoisse est systématiquement plus élevé chez les femmes que chez les hommes :

- Notamment concernant leur santé physique ou mentale (37%, +11 pts vs. jeunes hommes) ou celle de leurs proches (35%, +7 pts) ;
- Leur sécurité physique (violences, agressions) (25%) ;
- Leur parcours scolaire et professionnel : le travail est une source d'angoisse pour 32% des actives en emploi (+6 pts) et les études inquiètent 51% des étudiantes (+17 pts).

Des écarts qui s'expliquent principalement par une surexposition des femmes aux risques psychosociaux :

- 71% (+14pts) des jeunes femmes ont déjà eu le sentiment d'être isolé, de se sentir seul et 67% (+16 pts) ont déjà eu des problèmes de santé mentale ;
- 50% (+11 pts) ont déjà été victime de harcèlement et 40% (+4 pts) de discrimination.

Une forme de vulnérabilité perçue et vécue qui a un impact très important sur l'état d'esprit des jeunes femmes :

- Seule 1 jeune femme sur 3 (-10 pts) affirment se sentir « très bien » dans sa vie contre 43% des jeunes hommes ;
- 66% (-9 pts) des jeunes femmes ont le sentiment d'être à leur place (dont 17% « complètement ») alors qu'ils sont 75% parmi les hommes (dont 24% « complètement »).

En revanche, l'addiction touche un peu plus les jeunes hommes (36% déclarent avoir déjà eu une addiction) que les jeunes femmes (30%).

Partie 2 : Moi, mes proches, mes réseaux

Face aux fragilités du monde, les jeunes ne renversent pas la table, ils reconstruisent leurs repères à partir du proche et du concret. Sans dynamique collective pour les porter, leur boussole s'est déplacée du collectif national vers l'intime et le local, des institutions verticales vers les outils numériques horizontaux, des grands idéaux vers les petits équilibres. « Trouver sa voie » ne signifie plus adhérer à un projet de société, mais construire une vie soutenable, équilibrée, avec comme clé d'entrée le personnel et le proche. Si des inégalités demeurent dans la capacité à faire face à cette situation, des marqueurs générationnels rassemblent : le retour à soi, la revalorisation des liens sociaux proches et semblables, le réflexe algorithmique et la défiance politique dessinent les contours d'une stratégie commune de repli.

1. Se préserver : la nouvelle priorité

Face à l'instabilité du monde extérieur, les jeunes mettent en place une stratégie de préservation structurée en cercles concentriques. Le premier rempart est intime : la réussite personnelle se définit non pas par l'accumulation et la performance, mais par la capacité à préserver son capital santé et à maintenir un certain équilibre de vie. De la santé mentale à l'ancrage territorial, ces repères de proximité fonctionnent comme autant de digues contre les insécurités.

Prendre soin de soi avant tout

Pour les 15-29 ans, la santé mentale et physique n'est pas une variable d'ajustement que l'on sacrifie pour réussir ses études ou sa carrière, c'est la condition préalable à tout le reste. Dans la hiérarchie des priorités quotidiennes, les besoins physiologiques et psychologiques dominent tout le reste :

- Le sommeil et le repos sont sacrés : près de 9 jeunes sur 10 jugent essentiel de « bien dormir et se reposer » (88%) ;
- L'alimentation (87%) et le temps pour soi (87%) suivent immédiatement ;
- La préservation mentale (84%) et physique (sport à 77%) constituent le cœur de leur agenda idéal.

Ces fondamentaux représentent un fort consensus générationnel et passent devant des aspirations plus aventureuses comme « se lancer dans de nouveaux projets » (75%) ou « voyager » (72%). L'envie de projets et de voyages reste un marqueur de classe : elle est surreprésentée chez les jeunes cadres (82%), et/ou issus de milieux cadres (77%). Pour eux, l'épanouissement passe par l'action et la découverte.

Pour ne pas flancher face aux pressions extérieures (qu'elles soient scolaires, financières ou sociales), les 15-29 ans redéfinissent ce qu'est une vie réussie : c'est une vie équilibrée. Loin du mythe de la performance à tout prix, ils en revoient parfois leurs ambitions matérielles à la baisse.

Plutôt que l'effervescence, le calme s'impose comme la norme du bonheur :

- 2 jeunes sur 3 déclarent préférer « une vie calme et sereine » plutôt qu'une « vie à mille à l'heure ». Cet idéal résonne particulièrement chez les plus vulnérables : NEETs, ouvriers, locataires et jeunes en difficulté financière. Pour eux, le calme est avant tout l'absence de difficultés économiques et sociales ;
- La ville conserve un attrait non négligeable (44%), mais une majorité de jeunes préfère vivre à la campagne (52%).

Matériellement, cela se traduit par une aspiration à la suffisance financière et à la simplicité :

- L'argent perd sa valeur de statut pour redevenir un outil de protection : 60% des jeunes visent à « avoir suffisamment d'argent pour ne pas s'inquiéter », contre seulement 37% qui cherchent à « avoir le plus d'argent possible » ;
- 56% des répondants préfèrent avoir un mode de vie minimaliste, détaché des tendances.
- 59% préfèrent séparer clairement les deux plutôt que de pouvoir les mélanger si cela les arrange (38%).

L'équilibre « vie pro/vie perso » se définit d'abord par la préservation d'une disponibilité mentale pour soi-même, avant la gestion des contraintes familiales :

- Pour 35% des jeunes, l'équilibre vie pro/vie perso se définit comme la possibilité de « finir à une heure raisonnable pour profiter du reste de la journée pour faire une activité, me reposer, voir des amis » ;
- D'« avoir assez d'énergie après le travail pour mes loisirs, mes amis, mon couple » (34%) ;
- Ou encore de « ne plus avoir son travail en tête le soir ou le week-end » (30%) ;
- La nécessité de « se rendre disponible pour ses proches » arrive plus bas dans les priorités (27%).

La priorité donnée à l'équilibre personnel percute de plein fouet la projection familiale. La charge mentale parentale est désormais mise en balance avec le bien-être personnel. Le modèle « mariage et enfants », notamment, n'est plus un repère largement partagé :

- Pour près d'1 jeune sur 2, (48%) fonder une famille n'est « pas forcément un passage obligé ». Même chez les 25-29 ans, le doute persiste : seuls 52% en font une priorité ;
- Si ce modèle traditionnel est surtout remis en cause par les électeurs de gauche aux législatives 2024 (seuls 44% en font une priorité), les jeunes électeurs de droite ne le plébiscitent pas complètement non plus (62% en font une priorité) ;

Pour être un soutien solide pour son entourage, il faut d'abord être solide soi-même. Si les jeunes valorisent le lien social, ils posent désormais une limite claire : leur propre préservation. Près de 6 jeunes sur 10 (59%) affirment : « je ferai toujours passer ma santé avant tout, quelles que soient les contraintes » et seuls 38% acceptent d'être « toujours disponibles pour les autres, quitte à faire passer leur santé au second plan ».

« Si j'avais les moyens, je penserais d'abord à mon confort personnel avant de penser à faire bouger la société entière. »

Homme, 28 ans, commune de plus de 100 000 habitants, salarié du privé, diplômé de niveau master

Un repli relationnel vers le proche et le semblable

Dans un monde instable, les jeunes reconstruisent leurs bases de sécurité à l'échelle de ce qu'ils peuvent contrôler : l'intime et le local. Le clan familial passe avant le reste (réussite professionnelle, argent ou ambition sociale). Ce repère central contribue à la définition même de leur identité.

- 89% des jeunes jugent « important » (dont 58% « essentiel ») de passer du temps avec leurs proches. C'est la priorité n°1 dans la vie ;
- Ce besoin est aussi important chez les adolescents de 15-17 ans (91%) que chez les jeunes adultes de 25-29 ans (89%). Il traverse toute la jeunesse (tous types de territoires, classes sociales ou affiliations politiques). On retrouve aussi cette priorité chez les jeunes NEETs ;
- 31% placent leur situation personnelle (amoureuse, familiale) dans le top 3 de ce qui les définit le mieux, à jeu égal avec leur métier (31%).

Ce fait s'accompagne d'un resserrement des liens existants. On ne cherche plus à étendre son réseau à l'infini mais à consolider un noyau dur. Même les outils numériques sont mis au service de cet entretien du lien intime.

- Pour réussir sa vie personnelle, 76% des 15-29 ans préfèrent « avoir quelques amis très proches sur qui compter », contre une minorité (21%) qui cherche à « avoir beaucoup de monde dans son cercle » ;
- 82% utilisent les réseaux sociaux prioritairement pour « garder contact avec leurs proches », c'est le 2^{ème} usage principal de ces plateformes.

Mais ce repli révèle aussi, en creux, une volonté de confort relationnel et culturel : 55% des jeunes déclarent préférer « vivre entourés de gens qui leur ressemblent », contre 42% qui souhaitent « rencontrer des gens différents ».

Au-delà du refuge affectif, le premier cercle joue un rôle pivot dans la construction de l'avenir. Les parents et l'entourage sont les prescripteurs de confiance pour naviguer dans l'orientation et s'insérer professionnellement :

- Au moment de choisir leurs études ou leur futur métier, les jeunes se disent à l'écoute de leurs proches (51%) plus que de leur instinct (45%) ;
- Pour chercher une information, 44% se tournent vers leurs proches, amis ou collègues. C'est autant que vers une IA, et bien plus que vers les médias traditionnels ;
- 68% des jeunes estiment que « leurs parents et leur entourage les ont préparés au monde du travail ».

Le territoire comme zone de confort et de sécurité

La génération « mondialisée » et « connectée » se révèle profondément enracinée. Le mythe du jeune « citoyen du monde » mérite d'être largement nuancé car les jeunes français privilégient le local. Ce lien est puissant et constitutif de leur identité, devant des marqueurs culturels ou religieux.

- 76% se disent attachés à la France, 71% à leur ville ou village, 70% à leur région et 61% à leur quartier ;
- Seulement 55% se disent attachés à l'Europe ;
- 27% se définiraient par leur pays ou leur territoire pour donner un aperçu de qui ils sont, classant cet item devant leurs études (26%), leurs engagements politiques (13%) ou leur religion (11%).

Si l'attachement au territoire est majoritaire, il révèle une fracture d'intégration : l'exclusion sociale se traduit par une exclusion territoriale. Pour les jeunes fragilisés socialement, l'attachement au territoire devient alors un lien subi, une assignation à résidence :

- Le décrochage des NEETs est à ce titre significatif : s'ils restent attachés à la France (66%), ils sont nettement moins attachés que les autres à l'ensemble des échelles de territoires. Le fossé se creuse d'autant plus que l'on se rapproche du local (-17 pts pour la ville/le village et -20 pts pour le quartier par rapport aux autres jeunes), suggérant que l'insertion par le travail et la formation contribue à tisser un lien au territoire de proximité ;
- Le sentiment d'attachement local est d'ailleurs le marqueur de l'installation réussie : il culmine chez les propriétaires (78% sont attachés à leur ville) et les jeunes en premier emploi (75%) ;
- Enfin, l'Europe reste un marqueur de classe : l'attachement à l'UE est une réalité surtout pour les cadres (65%), tandis qu'elle reste plus abstraite pour les employés et ouvriers (52%).

Cet attachement au local ne relève pas uniquement de l'affect, il est pragmatique : le territoire est perçu comme un espace de sécurité et de services. C'est l'échelle où la vie est lisible, maîtrisable et fonctionnelle. Ce que les jeunes valorisent en premier concernant l'endroit où ils vivent, c'est la protection qu'il offre et la facilité du quotidien :

- 72% s'y sentent en sécurité, et c'est la caractéristique numéro une de leur lieu de vie ;

- 72% jugent l'accès aux services du quotidien facile ;
- 67% estiment qu'il est bien desservi par les transports en commun.

Ces chiffres sont toutefois gonflés par la région parisienne : 77% des jeunes habitants en région parisienne jugent facile l'accès aux services du quotidien contre 53% des jeunes habitants en communes rurales. De la même manière, ils sont 79% en région parisienne et 39% en zone rurale à estimer leur territoire bien desservi par les transports en commun.

Le territoire, c'est aussi un lieu de socialisation à deux vitesses :

- Au global, 68% des jeunes y trouvent une offre culturelle accessible et 62% trouvent qu'il est facile d'y rencontrer des gens
- Mais la réalité varie selon le type de territoire : 45% seulement des jeunes habitants en zones rurales sont satisfaits de l'offre culturelle sur leur territoire (contre 76% dans les agglomérations de + 100 000 habitants) ;
- La diversité de l'offre de formation est aussi inégalitaire : 69% en sont satisfaits dans les grandes agglomérations, contre 40% en zone rurale.

Par conséquent, les jeunes conservent une certaine lucidité sur les difficultés structurelles de leurs lieux de vie :

- Seuls 53% pensent qu'il est facile de trouver un logement qui leur correspond sur ce territoire ;
- 1 sur 2 juge facile de trouver un emploi.

Dès lors, cet enracinement dicte leurs trajectoires de vie : la sédentarité est valorisée comme une forme de réussite, au détriment de la mobilité géographique ou professionnelle. Que ce soit pour leurs études ou leur carrière, la proximité et la stabilité l'emportent sur l'aventure ou le changement :

- Réussir sa vie professionnelle, c'est majoritairement « faire un métier proche de chez moi » (60%) plutôt que de « pouvoir bouger et voyager loin » (37%) ;
- Dans le choix des études, « rester proche de mon lieu de vie actuel » (27%) compte bien plus que l'envie de « pouvoir profiter de la vie étudiante sans être trop stressé par mes études » (17%) ou de « partir de chez moi » (15%) ;
- Plus d'1 jeune sur 2 (54%) choisirait plutôt de « travailler dans une petite entreprise ou une entreprise locale » que dans une grande entreprise (43%).

Une tendance particulièrement marquée chez les jeunes les plus vulnérables pour qui la mobilité représente un risque : l'envie de « rester proche de mon lieu de vie actuel » ressort particulièrement chez les jeunes ruraux, les NEETs, les chômeurs et les jeunes précaires, pour qui la mobilité est plus difficile à envisager d'un point de vue financier.

L'attachement au lieu de vie, choisi ou subi, ainsi que la poursuite d'un idéal de stabilité et d'équilibre trouvent un aboutissement dans le rêve de propriété, un repère commun qui continue de rassurer. Pour 6 jeunes sur 10 (62%) devenir propriétaire demeure un pilier incontournable de la réussite personnelle, en particulier en zone rurale (70% contre 60% dans les grandes agglomérations).

Entre envie d'ouverture et exil forcé, 51% des jeunes manifestent une envie de quitter la France. Toutefois, seuls 10% ont entamé les démarches pour réaliser ce projet. Parmi les jeunes qui envisagent ce départ, deux profils se distinguent :

- Les jeunes à la recherche d'une expérience à l'étranger, l'envie d'aventure (40%). Ce sont principalement des jeunes qui ont une situation favorisée (situation financière plus aisée que la moyenne, enfants de cadres, diplômés du supérieur) ;
- Et les jeunes qui envisagent de partir faute de débouchés dans leur territoire, dans une impasse économique (19%) ou qui fuient le climat politique et social de la France (16%). Ce

sont principalement des jeunes plus précaires et défavorisés (difficultés financières, enfants d'ouvriers, CSP- ou NEETs).

2. Avancer : les réseaux sociaux et l'IA

Pour naviguer dans un monde incertain, les jeunes se tournent massivement vers les outils qu'ils maîtrisent. Réseaux sociaux et intelligence artificielle (IA) ne sont pas de simples divertissements. Ce sont aussi des coachs personnels indispensables pour s'informer, se former et se rassurer. Si cet usage intensif dessine un véritable consensus générationnel, transcendant les fractures sociales et territoriales habituelles, il produit des récits fragmentés et sur-mesure, adaptés à chacun.

L'usage 360 de l'IA et des réseaux sociaux

Les plateformes numériques sont des lieux d'apprentissage légitimes aux yeux des jeunes, qui plébiscitent des outils qui offrent une réponse personnalisée et immédiate.

- 78% des jeunes trouvent que les réseaux sociaux sont utiles « pour apprendre de nouvelles choses » ;
- 78% pensent que l'intelligence artificielle est utile pour « apprendre de nouvelles choses, répondre à des questions qu'on se pose ». L'usage pédagogique de l'IA est l'usage le plus massif et le plus homogène, quel que soit le milieu d'origine ou le territoire.

Ils sont aussi une source majeure de stimulation et de démultiplication des possibles :

- 80% utilisent les réseaux sociaux pour « trouver de l'inspiration et des bons plans » et 70% pour « être créatif » ;
- 69% ont recours à l'intelligence artificielle pour « trouver de l'inspiration et de l'aide à la créativité » ;
- 56% affirment que l'IA est utile pour créer du contenu sur les réseaux sociaux ;
- 63% estiment qu'elle permet de « faire des choses qu'on ne pourrait pas faire seul ».

Les réseaux sociaux sont également un levier d'affirmation de soi. Pour une majorité de jeunes, ils sont un moyen pour se faire sa place dans le monde, exister socialement, faire entendre sa singularité et parfois même se construire un avenir professionnel :

- 67% les trouvent utiles pour « s'exprimer et faire entendre sa voix » ;
- 61% y voient une utilité pour « rencontrer de nouvelles personnes » ;
- 54% pour se mettre en avant, se sentir valorisé ;
- Le rêve de réussite numérique est perçu comme une voie possible : 50% estiment qu'ils sont utiles pour « devenir célèbre » et 45% pour « gagner sa vie ».

Si les réseaux sociaux permettent de s'exposer, l'intelligence artificielle, elle, permet d'épauler. L'intelligence artificielle est perçue comme un assistant de vie. Levier d'efficacité, elle s'impose comme un partenaire indispensable pour les tâches quotidiennes :

- 64% des jeunes utilisent les outils d'IA pour « améliorer leur productivité au travail ou à l'école » ;
- 63% affirment que l'IA les aide à « être plus efficace, mieux apprendre ou mieux travailler » ;
- 60% y ont recours pour « gérer leur temps et s'organiser ».

Surtout, l'intelligence artificielle investit la sphère beaucoup plus intime du soutien psychologique. Elle joue un rôle de coach, voire de confident, comblant un vide relationnel ou offrant un espace de parole sans jugement, toujours disponible.

- 64% des jeunes trouvent l'IA utile pour « trouver des conseils et se faire coacher », un usage qui dépasse la simple requête technique ;

- 43% déclarent qu'elle est utile pour « trouver du soutien émotionnel », un chiffre qui témoigne de la profondeur du lien qui se tisse avec ces nouveaux assistants virtuels. Ce soutien est particulièrement recherché par les cadres (55%) ou les habitants de la région parisienne (53%).

Enfin, malgré cette diversité d'usage, la première vocation de ces outils reste la décompression : plus de 8 jeunes sur 10 (83%) utilisent les réseaux sociaux avant tout pour « se vider la tête, rire, se détendre », ce qui reste le premier usage.

L'usage du numérique constitue donc un véritable marqueur générationnel, transcendant les fractures sociales. L'adoption est massive partout, même chez les NEETs : 72% voient l'IA comme un levier d'apprentissage et 60% comme une source d'inspiration créative.

S'informer : un réflexe algorithmique plutôt que médiatique

La hiérarchie des supports de savoir a été renversée. Pour comprendre le monde ou chercher une information pratique, le réflexe n'est plus médiatique, il est algorithmique. La rapidité, la personnalisation et le format visuel des nouveaux outils ont supplanté la légitimité historique des canaux traditionnels, redessinant le paysage cognitif des jeunes.

- 58% des jeunes effectuent d'abord une recherche sur internet (Google, Bing) pour s'informer, dont 63% chez les 25-29 ans ;
- 1 sur 2 (51%) consultent prioritairement des vidéos explicatives sur les réseaux sociaux (YouTube, TikTok), dont 59% des 18-19 ans.

Dans ce nouvel écosystème, une mutation majeure est en cours : l'intelligence artificielle s'impose comme un interlocuteur direct. Elle n'est plus une curiosité technologique mais déjà un réflexe d'usage, et relègue les supports traditionnels des médias au rang de sources secondaires, voire marginales.

- 44% des jeunes demandent directement à un agent conversationnel (ChatGPT, Perplexity) quand ils souhaitent comprendre un sujet, une actualité ou rechercher une information ;
- En comparaison, seuls 26% regardent des reportages TV, 15% écoutent la radio ou des podcasts et 13% lisent la presse écrite.

Ce changement d'usage n'efface en rien la volonté de s'informer : 78% estiment que les réseaux sociaux sont utiles pour « suivre l'actualité et se tenir informés de ce qu'il se passe dans le monde » (dont 33% « très utile »).

3. S'engager : autrement, ici et maintenant

Aucune « grande cause » ne vient unifier la jeunesse dans un élan commun. Dans ce vide idéologique, l'engagement devient utilitaire et personnel. On ne cherche pas à sauver le monde, on cherche à aider les siens et à réparer ce qui est à portée de main, ce qui ne signifie pas pour autant que les jeunes ne sont plus touchés par de nombreuses causes, notamment sociales. Fatigués par l'impuissance publique et les promesses politiques lointaines, les 15-29 ans délaissent l'abstraction pour revenir au concret. La légitimité de parole est alors distribuée avec une plus grande exigence et repose sur l'expertise plutôt que sur la force de la démocratie représentative.

Pas de grande cause qui fédère la jeunesse

On caricature souvent cette génération comme étant celle du combat idéologique, notamment depuis les grandes manifestations du climat autour de Greta Thunberg et la réalisation que les jeunes sont les plus touchés par l'éco-anxiété.

La réalité est aujourd'hui plus nuancée : si l'urgence climatique reste intégrée en toile de fond, elle est largement supplantée par l'urgence matérielle et sa violence. La précarité immédiate écrase la projection à long terme. Parmi les sources d'angoisses testées, seuls 18% des 15-29 ans citent « les conséquences du dérèglement climatique », loin derrière les angoisses du quotidien (situation financière, avenir professionnel, santé...).

Cette tendance se confirme dans les attentes vis-à-vis du monde du travail : l'engagement RSE n'est pas une exigence prioritaire, c'est un bonus qui ne pèse pas lourd face à la protection individuelle. Pour améliorer la vie au travail, seuls 20% des répondants demandent à l'entreprise « d'agir pour réduire son impact écologique ».

Quand on leur donne la parole pour leur demander ce qu'ils feraient concrètement pour « changer les choses », aucune priorité massive ne se dégage spontanément. Les jeunes ont toujours des revendications, des causes à porter, mais leurs réponses sont atomisées et sans vision d'ensemble :

- Les revendications de justice sociale (14%) et l'économie et l'emploi (14%) arrivent timidement en tête, portées respectivement par les sympathisants de gauche et les jeunes les plus diplômés ;
- Les réformes politiques et de régulation (10%) mobilisent une frange plus étudiante et plutôt marquée à droite ;
- L'éducation (6%) est plutôt une préoccupation secondaire ;
- Symbole de cette fragmentation, seuls 4% des jeunes mentionnent l'écologie, confirmant qu'elle n'est plus un levier d'action universel – si elle ne l'a jamais été.

La politique politicienne ne répond plus

La rupture avec la sphère politique traditionnelle est consommée. Les jeunes ne se sentent ni représentés, ni considérés par un système qu'ils jugent clos sur lui-même. Ce sentiment d'exclusion et de mépris nourrit une défiance généralisée envers la politique, dont l'image morale est durablement dégradée :

- Près de 8 jeunes sur 10 (78%) jugent les responsables politiques « déconnectés de leur réalité » et le milieu politique comme étant « corrompu et offrant un triste spectacle » ;
- Seuls 37% parviennent à trouver ce milieu « inspirant ».

Au-delà du rejet moral, la grammaire politique ne parle plus à cette génération. L'incompréhension renforce la distance :

- Près de 7 jeunes sur 10 (68%) avouent ne pas tout comprendre à la politique, même en essayant ;
- 56% disent que cela ne les intéresse pas vraiment. Et de façon surprenante, ce sont surtout les plus diplômés, les cadres et ceux qui sont autonomes financièrement ;

Les 15-29 ans partagent largement le sentiment d'être négligés dans les arbitrages nationaux :

- Près de 8 jeunes sur 10 (78%) estiment que la politique est un milieu qui « écoute rarement les jeunes » ;
- 62% que le débat sur les retraites prend trop de place dans l'actualité par rapport à la prise en compte des besoins des jeunes.

« Pas d'idée, de toute manière pourquoi s'efforcer le gouvernement en a rien à faire de nous ... On travaille et c'est tout. »

Homme, 22 ans, commune de plus de 100 000 habitants, étudiant en master ou équivalent

Ce rejet cible spécifiquement le politique « lointain ». Le maire, figure de proximité, garde du crédit : 57% des jeunes lui font confiance pour faire avancer la société aujourd'hui, signe que l'échelon local reste un espace politique audible.

Mais les institutions nationales et les partis politiques s'effondrent :

- Une minorité fait confiance au Parlement français (36%) et au Président de la République (33%) ;
- Les partis politiques (31%) suscitent moins de confiance que les influenceurs (32%) pour faire avancer la société ;
- Le Parlement européen bénéficie d'un léger crédit supplémentaire (39%).

« Moins de loi, moins d'interlocuteur, plus réactivité car ça doit bouger MAINTENANT pas X mois ou années plus tard. Faire davantage confiance à la réalité du terrain »

Homme, 29 ans, commune de moins de 100 000 habitants, diplôme niveau baccalauréat technologique

Les corps intermédiaires et régulateurs conservent une image mitigée mais supérieure à celle du politique, témoignant d'une jeunesse qui croit encore en certains cadres de la société civile.

- Une courte majorité fait confiance aux juges et magistrats (53%) et aux entreprises (51%) ;
- En revanche, les représentants religieux (45%) et les journalistes (43%) peinent à convaincre plus d'1 jeune sur 2.

Enfin, si le politique est disqualifié, la confiance se maintient solidement envers les figures qui incarnent l'expertise, la transmission et la proximité. Ce n'est donc pas un rejet de toute autorité, mais une exigence de crédibilité. Les scientifiques (74%) et les enseignants (67%) sont les deux premiers acteurs de confiance pour changer la société.

Pas de démission citoyenne pour autant

Malgré la sévérité du constat sur la sphère politique, la jeunesse ne bascule ni dans le nihilisme, ni dans la tentation insurrectionnelle. Ce retrait institutionnel n'est pas non plus une démission citoyenne. Les 15-29 ans ne rejettent pas l'idée de politique en soi.

- 60% se sentent encore « légitimes pour donner leur avis et agir » ;
- 56% veulent croire que la politique permet de « faire changer les choses ».

Cette volonté de « faire avec » plutôt que de « tout casser » se confirme par le rejet des formes violentes de contestation et l'attrait pour des cadres structurants, comme le vote, qui résiste :

- 45% des jeunes considèrent le vote comme une forme majeure d'engagement, ayant un vrai impact ;
- « Désobéir, voire détruire pour montrer son désaccord » n'aurait d'impact réel que pour 18% des jeunes.

« Je pense que l'on peut tous agir un peu à petite échelle. Déjà j'ai décidé de voter en 2027 car les moins de 30 ans ne nous voient pas et je veux changer cela. Ensuite être la meilleure personne possible »

Femme, 27 ans, commune de plus de 100 000 habitants, salariée du privé, diplômée d'un bac +3

L'envie d'être utile ne disparaît pas, elle se déplace. L'engagement change de nature pour devenir une « solidarité de proximité ». On délaisse les concepts abstraits pour privilégier l'action concrète, immédiate et vérifiable. L'objectif n'est plus de changer le monde, mais d'aider les siens : pour près d'un jeune sur deux (48%), s'engager signifie en premier lieu « aider ses proches, sa communauté ».

« J'agirai dans mon cercle plus intime (famille et amis) et j'essayerai de faire avancer les choses de cette manière petit à petit. »

Femme, 25 ans, banlieue parisienne, cadre, salariée du privé, diplômée d'un bac + 5

« Faire prendre conscience aux autres que tout le monde doit agir à sa propre échelle !!!! »

Femme, 18 ans, commune de plus de 100 000 habitants, étudiante en licence ou équivalent

Les formes d'action publiques les plus plébiscitées sont celles du terrain :

- Le bénévolat (40%) ou l'associatif (40%) ;
- Elles arrivent bien loin devant l'engagement partisan (27%), les manifestations et les boycotts (26%) ou encore la signature de pétitions (24%) ;
- Plus de 6 jeunes sur 10 (62%) font confiance aux associations pour faire avancer la société.

Si les formes d'engagement contestataires (manifestations, pétitions) restent plus valorisées par les jeunes se disant de gauche que par ceux de droite, de tout bord politique ces méthodes restent jugées moins efficaces que l'action locale et associative.

« Je soutiendrais des projets locaux et solidaires : logement digne, accès à la santé, aide alimentaire, insertion professionnelle. Des actions proches du terrain, parce que ce sont elles qui changent la vie quotidienne des gens. Je mettrais aussi l'accent sur la transition écologique, non pas comme une contrainte, mais comme une opportunité : emplois durables, transports accessibles, énergie propre à prix juste. Enfin, je favoriserais la participation citoyenne réelle, en donnant plus de pouvoir aux citoyens dans les décisions qui les concernent. Changer la société, ce n'est pas imposer d'en haut, c'est permettre à chacun de devenir acteur du changement. »

Femme, 21 ans, banlieue parisienne, au chômage avec enfant, diplômée niveau CEP, vis chez ses parents

L'engagement militaire et citoyen, demandant un haut niveau d'investissement, garde une certaine force d'attraction. Rejoindre l'armée ou un service civique, c'est choisir l'action, avec un cadre clair, une utilité immédiate et le sentiment d'appartenir à un collectif structuré.

- 28% pensent que rejoindre le service militaire volontaire ou être réserviste de l'armée peut avoir un impact sur la société ;
- 27% pensent la même chose pour le service civique. Cela concerne plutôt des cadres (36%) et indépendants (37%).

Partie 3. Le travail : un repère central, des exigences redéfinies

L'entrée sur le marché du travail n'a rien d'évident, mais elle reste aux yeux des 15-29 ans en France la clé de l'indépendance et la voie de passage à la vie adulte. Lucides sur les difficultés mais loin de se résigner, les jeunes s'investissent activement dans leur orientation. Savoir-être, IA, crise du système des retraites... Les jeunes ont intégré les nouvelles règles du jeu du recrutement et anticipent les évolutions futures du travail. En retour, leurs propres attentes évoluent. Ils souhaitent un accompagnement plus flexible et durable pour réussir leur orientation, et plus d'équilibre et d'épanouissement personnel pour réussir leur vie professionnelle. À la condition, toutefois, de pouvoir d'abord sécuriser un emploi et un salaire. Enfin, pour les entreprises, leur message est clair : c'est à elles de jouer le jeu de l'intégration professionnelle de la jeunesse.

1. Le travail face à de nombreuses incertitudes

L'IA, à la fois opportunité et menace pour la génération *digital native*

Les jeunes sont directement confrontés à l'arrivée massive de l'intelligence artificielle dans les entreprises. Ils préfèrent l'apprivoiser plutôt que la subir, car ils savent que l'IA réorganise les processus d'embauche, bouleverse les compétences recherchées et les besoins en main-d'œuvre :

- 71% des jeunes pensent que savoir utiliser l'IA va devenir une nécessité pour évoluer dans le monde du travail. C'est principalement le cas des 15-17 ans (76%) et des étudiants (74%) ;
- Et les jeunes ressentent des attentes fortes à leur égard : 41% se sentent même « jugés » s'ils n'utilisent pas ou ne comprennent pas l'IA aussi bien que les autres.

Paradoxalement, la maîtrise de l'outil n'éteint pas les craintes sur leur employabilité :

- Même si 55% pensent que l'IA va créer de nouvelles opportunités de métiers qui peuvent les intéresser, 6 jeunes sur 10 (63%) ont « peur » que des métiers, y compris le leur, disparaissent à cause de l'IA ;
- Ceux qui craignent la disparition des métiers sont aussi ceux qui se disent le plus à l'aise avec ces outils (72% vs. 67% de l'ensemble des jeunes) et qui affirment que l'IA les aide à être plus efficace dans leur travail (69% vs. 63% de l'ensemble des jeunes).

Enfin, les jeunes ne sont pas complètement déconnectés des risques liés à l'IA. Nombreux sont ceux qui souhaitent alors mettre une distance critique nette avec son usage :

- 63% craignent que l'IA n'« accentue les injustices entre ceux qui y ont accès et les autres » ;
- 71% disent faire attention à l'utiliser de manière responsable dans le cadre du travail ou de leurs études ;
- L'adhésion n'est pas totale : plus d'1 jeune sur 2 (55%) affirment qu'il préférerait tout de même se passer des outils d'IA dans son quotidien, au travail ou dans les études.

« Je ferai en sorte de restreindre l'utilisation de l'IA dans tous les domaines en particulier dans le monde scolaire. »

Homme, 20 ans, ville isolée de moins de 20 000 habitants, étudiant en licence ou équivalent

La retraite, un repère en voie de disparition

La retraite reste un repère important de la vie pour 6 jeunes sur 10. Cet attachement est directement lié au niveau d'intégration à la vie active :

- Il culmine chez les jeunes actifs en premier emploi (67%), les cadres (68%) et les salariés en CDI (65%) ;

- Mais est plus flou pour ceux qui sont en marge de la vie professionnelle, comme les NEETs (54%) et les employés en contrats courts (56%) ;
- Et cela reste un repère lointain, donc pas encore préoccupant, pour 7 jeunes sur 10, notamment les étudiants (74%) et les jeunes qui terminent leurs fins de mois sans se restreindre (74%).

Surtout, ce repère vacille. D'abord, le fonctionnement du système et le montant de leurs droits sont jugés difficilement compréhensibles par 75% des jeunes, indépendamment de la CSP et du niveau de vie. Ensuite, la retraite fait face à une crise de confiance. Si les 15-29 ans tiennent au principe du financement de la retraite, la plupart d'entre eux n'y croient plus. Le système leur semble être à bout de souffle :

- Près de 8 jeunes sur 10 ne pensent pas que le système tiendra encore quand leur tour arrivera (77%) ;
- 78% jugent qu'ils devront travailler plus longtemps que prévu pour y arriver.

Au-delà de sa viabilité, c'est la justice et la pertinence du modèle qui sont remises en question :

- Les trois quarts des jeunes (75%) jugent le système injuste car il ne compense pas les inégalités de carrière (salaires, contrats précaires, études longues...) ;
- 72% estiment qu'on demande trop d'efforts aux actifs actuels ;
- 72% considèrent que la retraite telle qu'elle est conçue ne correspond plus aux parcours d'aujourd'hui (entrepreneuriat, indépendant, reconversions...).

Finalement, face à un système de répartition des retraites jugé illisible, inadapté et intenable, près de 8 jeunes sur 10 (78%) pensent qu'ils devront « se débrouiller » seuls pour financer leurs vieux jours.

Le travail demain : un horizon incertain

Très partagés sur l'avenir du travail, les 15-29 ans en France sont globalement plutôt pessimistes. Ils anticipent une dégradation générale du travail, de ses conditions, de son accès :

- Le travail sera plus dur, pénible ou exigeant qu'aujourd'hui pour 52% d'entre eux. Cette inquiétude s'élève à 61% chez les NEETs, les plus éloignés de l'emploi ;
- Pour 54% des jeunes, il sera moins protecteur et moins bien payé. Ce sentiment est partagé aussi bien par les NEETs (64%) que par les plus diplômés (60%) ;
- Il sera également plus inégalitaire (53%) et verrouillé par le déterminisme social : 1 jeune sur 2 pense que la réussite professionnelle dépendra plus du réseau et du milieu d'origine de chacun.

Dans cette projection peu réjouissante, l'épanouissement professionnel devient un luxe : la conviction que « faire un travail qui me plaît vraiment sera un privilège » est la plus partagée (64%), notamment chez les plus diplômés (70%). Certains jeunes (45%) pensent même que le travail pourrait disparaître dans le futur.

2. Le travail, un incontournable quoi qu'il en soit

Le travail reste la clé du passage à la vie adulte

Peu importe les incertitudes qui pèsent sur l'avenir du travail, celui-ci conserve aujourd'hui son rôle fondamental dans la capacité des jeunes à trouver leur voie. Le travail, c'est la clé de l'indépendance, qui est très largement le premier critère cité par les jeunes dans leur définition libre de ce qu'est « devenir adulte ».

Il s'agit d'abord d'indépendance matérielle, c'est-à-dire financière, car le travail permet d'accéder à son propre logement, payer ses factures, pouvoir fonder une famille, etc. Plus de 8 jeunes sur 10

(83%) jugent que le travail est un moyen de gagner sa vie et d'être indépendant. C'est le premier critère cité pour le définir.

Mais aussi d'indépendance immatérielle, car le travail reste un symbole de responsabilité et d'autonomie.

Pour les jeunes, « devenir adulte » c'est... (question ouverte, aucun item de réponse suggéré)

« Avoir des responsabilités. Pouvoir travailler dans une entreprise que j'aime et faire le métier qui me plaît. Être indépendant »

Homme, 16 ans, commune de moins de 20 000 habitants, lycéen, voie générale

« Prendre ses responsabilités, comme son choix d'études, devenir indépendant dans le sens de quitter le nid familial et de vivre dans son propre logement et trouver son propre travail »

Femme, 25 ans, commune de plus de 100 000 habitants, à son compte, diplômée d'un bac +5

Premier emploi, une étape sous pression

Les jeunes subissent de plein fouet la difficulté à trouver du travail : 56% des jeunes en France jugent que l'entrée sur le marché du travail est, ou a été, « une étape difficile à réaliser ».

Le constat est clair : pour la majorité des jeunes (51%), l'entrée sur le marché du travail est vécue, ou a été vécue, comme une étape angoissante. L'angoisse augmente avec l'éloignement de l'emploi et les difficultés à boucler ses fins de mois :

- 61% des jeunes qui bouclent très difficilement leur fin de mois y voient une étape angoissante (43% chez ceux qui arrivent à mettre de l'argent de côté) ;
- C'est un moment inquiétant pour 66% des NEETs ;
- A l'inverse, lorsque l'insertion professionnelle est déjà en cours ou palpable, la pression retombe et laisse place à l'excitation : 64% des jeunes apprentis y voient une étape excitante de leur vie.

Je suis épuisé et désespéré de trouver un nouvel emploi qui m'aidera à mieux profiter de la vie

Homme, 24 ans, commune de 20 000 à moins de 100 000 habitants, salarié du privé, diplômé d'un bac+3

Or, le premier emploi est perçu comme une étape déterminante pour le reste de la vie : un sentiment partagé par plus d'1 jeune sur 2 en France (54%).

Cette étape se teint alors d'une certaine gravité propre à susciter l'angoisse. Là où l'ère de l'orientation reste encore, selon les cas, le choix d'un « univers de possibles », le premier emploi marque le pas au sein d'une carrière, ou du moins une trajectoire, plus définie et définitive.

Angoissés mais motivés, les jeunes tracent leur propre voie

Tout n'est pas cassé dans l'ascenseur social car peu importe leur milieu, les jeunes grandissent encore majoritairement avec l'idée qu'ils sont libres de choisir leur voie, plutôt que de devoir faire ce que l'on attend d'eux :

- Une opinion partagée par 67% des jeunes, et en particulier par 74% des 15-17 ans ;
- Quel que soit leur âge ou leur territoire, « faire ce qui m'intéresse vraiment » arrive toujours en tête des critères de sélection des études ou d'une formation (39% en moyenne).

Cette liberté de choix et ce désir de suivre ses passions peut s'avérer à double-tranchant, car ils s'accompagnent d'un questionnement plus long sur la voie à suivre :

- Quel que soit son âge, 1 jeune sur 2 cherche encore ce qui lui plairait vraiment ;
- Mais la bonne nouvelle, c'est que 62% des jeunes gardent confiance malgré l'hésitation.

3. Réussir son insertion professionnelle : l'orientation en question

La fin de la « voie royale »

Lorsqu'ils sont amenés à s'exprimer spontanément sur les filières qui « ouvrent le plus de voies », les jeunes sont divisés sur la question et près d'1 sur 5 ne sait pas quelles filières sont porteuses (18%) :

- 16% citent ensuite les voies technologiques et d'ingénieries (informatique, IA, STEM, etc.)
- 16% des voies généralistes, ou liées au commerce et aux affaires (grandes écoles, écoles de commerce et notamment en finance) ;
- 12% citent des filières professionnalisantes ou des métiers « manuels » (bâtiment, industrie, restauration, etc.) ;
- 10% des filières et métiers liés à la médecine, au soin et service à la personne.

Moins consensuels, les parcours possibles sont aussi plus riches. Bien que des « classiques » tels que le commerce ou la médecine restent présents à l'esprit des jeunes, ils sont directement concurrencés par les métiers liés à la technologie et l'industrie, et en particulier par les métiers « cols bleus », un temps dévalorisé.

Aujourd'hui, les jeunes sont pleinement divisés sur l'avenir des filières et l'issue de la révolution de l'IA en cours :

- 47% des jeunes pensent que les métiers de demain seront plus techniques ou manuels ;
- 49% anticipent au contraire une prédominance des métiers intellectuels.

« Avec l'IA qui s'installe c'est difficile à dire. Ce qui est sûr c'est que les métiers intellectuels et artistiques sont directement menacés. Je pense que les filières les plus solides aujourd'hui sont celles où l'on "met la main dans le cambouis", ce que l'IA prendra plus de temps à remplacer. Et évidemment, les métiers en lien avec l'IA ont encore de l'avenir dans un futur proche, mais à voir pour combien de temps. »

Homme, 23 ans, commune de plus de 100 000 habitants, étudiant en master ou équivalent

L'orientation : un investissement personnel et continu

Puisque que le modèle de transmission s'est effacé et que les chemins se sont diversifiés, trouver sa voie relève de l'investissement personnel. Loin de certaines idées reçues, les jeunes encore étudiants ne se contentent pas d'attendre qu'on leur montre le chemin : 59% des étudiants se renseignent beaucoup contre seuls 37% qui déclarent « se laisser porter ».

Et pour cela, ils font appel à toutes leurs ressources :

- 51% des étudiants sont à l'écoute des conseils de leurs proches ou des professeurs ;
- 49% des jeunes jugent les outils d'IA « utiles pour rechercher un emploi et candidater », un score qui monte à 58% chez les cadres.

En revanche, malgré une présence avérée et reconnue, le système d'orientation peine parfois à suivre :

- 77% des jeunes étudiants disent avoir accès à plusieurs ressources (des personnes, des outils...) pour les aider, mais 32% parmi eux jugent que c'est tout de même insuffisant ;
- Et 17% n'ont pas le sentiment d'être accompagnés ou aidés dans leurs choix d'orientation.

L'étude dévoile notamment que l'efficacité ou la présence du système diminue au fil des études : 51% des étudiants de 15-17 ans se disent bien accompagnés, mais seuls 43% des 18-19 ans et 38% des 20-24 ans répondent ainsi. Pourtant, l'orientation ne s'arrête plus au seul choix de la filière post-bac. Seuls 9% des 20-24 ans ne ressentent pas le besoin d'être aidé dans ses choix d'orientation.

Il faudrait même dès à présent, à l'image de la formation tout au long de la vie, se projeter dans un modèle « d'orientation continue » : plus de 6 jeunes actifs en emploi sur 10 (64%) envisagent déjà de changer de métier ou d'orientation.

Accompagner autrement : rapprocher de l'entreprise et valoriser les compétences

Sensibles aux évolutions du marché du travail et lucides sur ses nouvelles attentes, les jeunes ne veulent plus qu'on leur dise « quoi faire », soit quelle filière choisir, pour se sentir mieux accompagnés, mais « comment faire » pour s'insérer très concrètement dans le monde du travail, en aidant les étudiants à :

- Mieux connaître les métiers (cité par 38%) ;
- Faire des rencontres professionnelles, développer son réseau (36%) ;
- Trouver un stage, une alternance (35%) ;
- Avoir plus confiance en eux (34%).

Chez les 20-24 ans, aux portes du premier emploi, la priorité reste de trouver un stage ou une alternance (41%), connaître les aides (financières, logement...) disponibles pour concrétiser leur projet professionnel (37%) et préparer un CV, une candidature ou un entretien (30%).

Cette priorisation de l'insertion concrète dans le monde professionnel se retrouve dans les critères de choix des études ou d'une formation, juste après l'envie de « faire ce qui m'intéresse vraiment » :

- Les opportunités offertes ensuite (pour poursuivre ses études, trouver du travail ou avoir un bon niveau de salaire...) sont un critère cité par 30% des jeunes, et gagne en importance avec le niveau de diplôme ;
- Vient ensuite la possibilité d'acquérir de l'expérience professionnelle (via des stages ou des alternances) (28%). Ce souhait que l'école ou la formation joue un rôle de « facilitateur » d'insertion professionnel est bien plus marqué chez les jeunes ruraux (32%) que les jeunes de l'agglomération parisienne (24%) ;
- Dans tous les cas, ces critères arrivent bien loin devant le prestige et la qualité de la formation ou de l'école (18%, un score qui remonte à 21% en région parisienne).

Si ces exigences en matière d'orientation évoluent, c'est parce que les jeunes ont intégré une transformation profonde du marché du travail. Une nouvelle réalité commence à s'installer, avec les compétences qui priment face aux « références », comme le diplôme, le nom de l'école ou son prestige.

« Les diplômes n'ont plus de valeurs sur le marché du travail ce sont les "skills" les compétences qui comptent. »

Femme, 26 ans, commune de moins de 20 000 habitants, salariée du public, diplômée d'un bac +5

Et au sein de ce remaniement des cartes à jouer pour s'insérer, les jeunes ont bien intégré que les *soft skills* (le savoir-être) concurrencent désormais les *hard skills* (le savoir technique). En ce qui concerne l'entrée sur le marché du travail, l'employabilité se mesure, selon eux, avant tout à l'attitude :

- Plus d'un jeune sur 2 (53%) des jeunes pensent que ce qui compte le plus pour un employeur, au moment du recrutement, c'est la motivation et la curiosité, devant l'expérience professionnelle (50%) ;
- Exception notable des diplômés du second cycle, pour qui l'expérience professionnelle arrive bien en tête, citée par 62%. Ce sont ceux à qui l'on confronte souvent les longues études au manque d'expérience professionnelle ;
- Viennent ensuite le savoir-être avec la personnalité (le fait de pouvoir s'intégrer dans l'équipe) (37%) et la posture lors de l'entretien (33%), avant le contenu de la formation (29%).

La première expérience professionnelle : un choc de réalité

Quand vient l'heure de la confrontation avec le monde du travail, le bilan dément certaines angoisses. Le « moment de vérité » se révèle majoritairement positif :

- Si 6 jeunes actifs sur 10 ont vécu une expérience globalement positive, en particulier chez les plus diplômés (68%), 37% des jeunes évoquent toutefois une « vraie déception » ;
- Les 25-29 ans ont un regard un peu plus positif sur cette expérience (63% « globalement positif ») face aux 20-24 ans (54%), peut-être à cause d'une forme de recul liée à l'âge.

Un second tableau encourageant se dessine : l'adéquation entre formation et emploi, entre promesse et réalité, fonctionne dans la majorité des cas.

- 76% des jeunes déclarent que leur premier poste correspondait à l'offre ;
- 73% que le métier, les tâches du quotidien correspondaient à leurs attentes ;
- S'il reste majoritaire, le sentiment d'adéquation entre le salaire et les attentes est toutefois un peu plus bas, 63% des jeunes partageant cette opinion ;
- Enfin, 62% des jeunes déclarent que leurs études les avaient bien préparés à leur métier.

Le procès parfois fait au système éducatif (« on ne nous prépare pas au monde du travail ») n'est donc pas validé massivement par les premiers concernés. L'étude dégage toutefois un point de vigilance majeur sur le sentiment de surqualification.

- 1 jeune sur 2 (51% - voire 60% en agglomération parisienne) estime que son niveau de formation, ses compétences acquises, dépassent ce qui lui est demandé dans son premier emploi ;
- Ce sentiment est majoritaire au sein de tous les niveaux de diplôme mais, à nouveau, une forme de prise de recul semble être à l'œuvre entre les jeunes en premier emploi dont 57% se sentent surqualifiés contre 44% des jeunes au deuxième emploi ou plus.

L'étude rappelle également que, une fois insérés professionnellement, le bien-être des jeunes travailleurs n'est pas assuré :

- Pour 7 jeunes sur 10, le travail est une source de stress et de fatigue ;
- Pour 6 sur 10, il est vécu comme une contrainte.

Au défi de l'insertion s'ajoute notamment le défi de l'intégration des jeunes au sein des équipes, des modes de fonctionnement, des codes de l'entreprise...

- Ainsi, moins d'1 jeune sur 2 se sent parfaitement à l'aise avec les diverses réalités du monde du travail : le travail en équipe (47%), les responsabilités (42%), les règles et les procédures internes (41%), les échanges avec son manager ou sa hiérarchie (36%).
- L'étude soulève en particulier que seuls 47% des jeunes se sentent parfaitement à l'aise avec le fait d'être soi-même (dans sa façon de parler, de s'habiller, etc.) et 36% avec le fait de prendre la parole, de s'exprimer ou de donner son avis, au sein de l'entreprise.

4. Nouveaux repères au travail : sécurité et épanouissement

En quête de sens mais aussi très attachés au salaire, les jeunes semblent poursuivre des aspirations incompatibles. Comment leurs exigences matérielles s'articulent-elles avec une nouvelle aspiration collective au bien-être qui vient bouleverser leur rapport au travail ?

L'étude révèle qu'il n'y a pas de contradiction, mais une hiérarchie des besoins à l'échelle du temps long : si un socle de garanties matérielles est nécessaire (salaire, sécurité), le besoin d'épanouissement immatériel (équilibre de vie, passion, etc.) vient redéfinir ce qu'est une vie professionnelle réussie.

Le socle matériel incontournable : salaire, sécurité, stabilité

Le travail reste d'abord défini par sa dimension économique et sécuritaire. Pour les jeunes, impossible de penser l'épanouissement sans avoir d'abord réglé la question de l'indépendance financière :

- Plus de 8 jeunes sur 10 (83% dont 44% de « tout à fait d'accord ») définissent avant tout le travail comme un moyen de gagner sa vie et d'être indépendant, et en particulier les jeunes ruraux et les plus diplômés (87%) ;
- 76% y voient une forme de sécurité (protection sociale), notamment les plus jeunes (15-17 ans, 81%).

Cette réalité matérielle se retrouve dans le choix de l'employeur. Le salaire reste systématiquement le critère n°1 :

- 43% des jeunes citent le salaire (49% chez les NEETs), loin devant l'intérêt des missions (26%) ou l'équilibre vie pro/vie perso (23%) ;

Les jeunes employés et ouvriers sont plus sensibles à l'enjeu du salaire (48% vs. 36% des cadres), mais le salaire reste le premier critère quel que soit le profil du jeune interrogé ;

- À noter que cette priorité se renforce à mesure que les jeunes progressent dans l'emploi : c'est le premier critère pour 1 jeune sur 2 en second emploi ou plus, contre seulement 36% des premiers emplois, dont une des priorités reste l'insertion.

Loin du cliché de la « génération zappeurs » qui changerait d'emploi tous les six mois, les jeunes aspirent au contraire majoritairement à la stabilité : près de 6 jeunes sur 10 (58%) préfèrent rester plusieurs années dans la même entreprise quand 39% déclarent préférer changer régulièrement pour découvrir de nouvelles choses.

Au-delà du salaire : apprendre, progresser et tisser des liens

Les jeunes ne perçoivent pas seulement le travail comme un moyen de gagner sa vie, mais aussi un levier de développement professionnel... et personnel :

- Pour les trois quarts (76%) des jeunes, et 80% des diplômés du supérieur, le travail est un moyen d'apprendre, de progresser et d'évoluer (autant qu'une forme de protection) ;
- Pour 75%, c'est une chance de rencontrer des gens et de créer du lien.

Et cette curiosité n'est pas incompatible avec le désir de stabilité évoqué plus haut. Au contraire, la stabilité est recherchée à condition qu'elle rime avec évolution : 1 jeune sur 2 (51%) préféreraient découvrir plein d'expertises différentes au sein d'une même structure (progression horizontale) plutôt que monter tous les échelons hiérarchiques (46%).

Autrement dit, la loyauté des jeunes dépend aussi de la capacité de l'entreprise à les mobiliser sur de nouvelles tâches, de nouvelles compétences ou encore de nouveaux métiers.

Quand la réussite professionnelle passe par l'épanouissement personnel

Le salaire est fondamental car sans indépendance financière, la quête de sens reste un vœu pieux... ou de privilégiés. Mais la vision de ce qu'est une « vie professionnelle réussie » révèle que les objectifs et aspirations, au long terme, des jeunes, ont profondément évolué. Confrontés à des arbitrages concrets (via des duos de scénarios), les jeunes dessinent une nouvelle hiérarchie des symboles de la réussite où l'aspect financier est rudement concurrencé par l'épanouissement personnel.

L'équilibre avant tout. Une vie professionnelle réussie, selon les jeunes, privilégie le temps libre et l'équilibre de vie... même si cela réduit leur salaire :

- Une majorité de jeunes (52%) préfèrent « gagner moins d'argent mais avoir plus de temps libre » plutôt que « gagner plus d'argent quitte à avoir moins de temps libre » (44%) et ce peu importe les différences socioéconomiques ;
- Une légère progression de ce choix se dessine avec l'âge et le niveau de diplôme : 57% des 25-29 ans et 58% des plus diplômés privilégient le temps libre.

Ce qui confirme la priorité accordée au bien-être et à la préservation de soi, véritable repère partagé à tout égard par la jeune génération.

Faire un métier qui plaît. La passion concurrence également la demande de sécurité salariale :

- Pour plus d'1 jeune sur 2 (56%), réussir sa vie professionnelle signifie plutôt « vivre de sa passion, même en gagnant moins » que « sécuriser un bon salaire, même si ce n'est pas ma passion » (41%) ;
- Sécuriser un bon salaire reste toutefois un peu plus important pour les jeunes employés et ouvriers (46%) mais sans être majoritaire.

L'ambition professionnelle change également de nature, devenant plus qualitative (faire ce qu'on aime) que hiérarchique (diriger les autres) :

- 60% des jeunes préfèrent « faire le métier qui leur plaît, même sans monter en grade », plutôt que de « faire une grande carrière avec beaucoup de responsabilités » (37%) ;
- Au moment de choisir un employeur, « avoir de l'autonomie et des responsabilités » (17%) arrive même derrière des critères de bien-être comme l'ambiance (23%) ou la relation avec le manager (17%).

Être utile : au-delà de l'épanouissement personnel, les jeunes cherchent du sens collectif. Le travail doit servir à quelque chose, contribuer à la société :

- Pour près de 3 jeunes sur 4 (74%), le travail est perçu comme un moyen d'« être utile aux autres » ;
- Une majorité (55%) définit aussi la réussite professionnelle comme « avoir un travail utile à la société, en accord avec mes valeurs » contre 42% qui privilégient « un travail qui permet surtout de vivre confortablement ».

En somme, ces nouvelles exigences redessinent aussi le rôle des entreprises et doivent les alerter, car l'attractivité du modèle salarial n'est plus acquise : si 52% des jeunes misent encore sur le salariat en entreprise, 45% n'hésitent plus à se projeter vers l'indépendance (freelance, entrepreneuriat...).

L'appel aux entreprises : « Embauchez-nous, formez-nous... faites-nous une place ! »

Dans cette nouvelle vision du travail, les entreprises ont un rôle actif à jouer. Les jeunes attendent d'elles qu'elles les aident concrètement à trouver leur voie dans le monde professionnel.

Avant tout, les entreprises doivent accompagner la jeunesse par la formation et le recrutement :

- 45% des jeunes attendent qu'elles accompagnent leur insertion professionnelle par le recrutement (premiers emplois, stages). Cette demande particulièrement forte chez les plus diplômés et les NEETs (50%) ;
- Ensuite, 42% souhaitent qu'elles forment directement les jeunes via l'alternance ou l'apprentissage. Une attente qui grimpe à 61% chez les jeunes apprentis eux-mêmes.

Au-delà de ces deux leviers d'entrée dans le monde du travail, les jeunes attendent de l'entreprise qu'elle soit un acteur social, pas seulement économique. Interrogés de manière plus large sur le rôle général d'une entreprise, ils confirment leur vision :

- Pour 45%, l'entreprise doit d'abord « offrir des opportunités » (par la création d'emploi, la formation, l'insertion, etc.) et « protéger ses salariés » (en garantissant leur sécurité, leur équilibre de vie, etc.) ;
- « Faire tourner l'économie » (41%) n'arrive ainsi qu'en troisième, et loin devant « trouver des solutions aux grands défis de notre siècle » (climat, inégalités, technologies) (cité par 29% des jeunes, 35% des cadres et 34% des jeunes de l'agglomération parisienne).

« J'offrirai plus de stages rémunérés aux ados plus tôt dans plusieurs métiers différents pour comprendre le monde du travail »

Homme, 16 ans, commune de moins de 20 000 habitants, lycéeen, voie technologique

La hiérarchie entre les priorités est claire : l'entreprise doit d'abord *ouvrir ses portes* (recruter, former), puis *prendre soin* de ceux qui y sont. Et sur ce second volet, les jeunes sont particulièrement exigeants.

- Pour améliorer la vie au travail, la priorité absolue est de « réduire le stress et mieux protéger la santé mentale des salariés », cité par 47% des jeunes ;
- Et ce bien devant le fait d'accorder plus de liberté dans l'organisation du travail (38%) ou encore d'agir en faveur de la transparence des salaires (34%).