



Les Français et la solitude

Janvier 2024

Sondage Ifop pour Goodflair



N° 120549

Contact Ifop :

Jean-Philippe Dubrulle

Département Opinion et Stratégies d'Entreprise

01 45 84 14 44

prenom.nom@ifop.com



MÉTHODOLOGIE

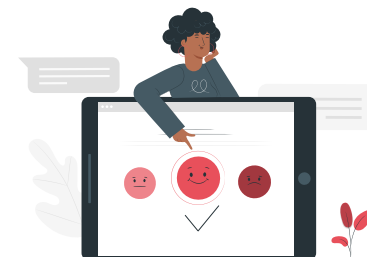
Etude réalisée par l'Ifop pour Goodflair



L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **2 432** personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. Parmi elles, **1 100** déclarent se sentir régulièrement seules.



La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération.



Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne **du 9 au 11 janvier 2024**.

A person with long hair, seen from behind, is sitting on a grassy hill at night. Next to them is a small, dark-colored dog, also seen from behind. They are both looking out over a cityscape with many blurred lights in the background, creating a bokeh effect. The sky is a deep blue.

02

Résultats de l'étude

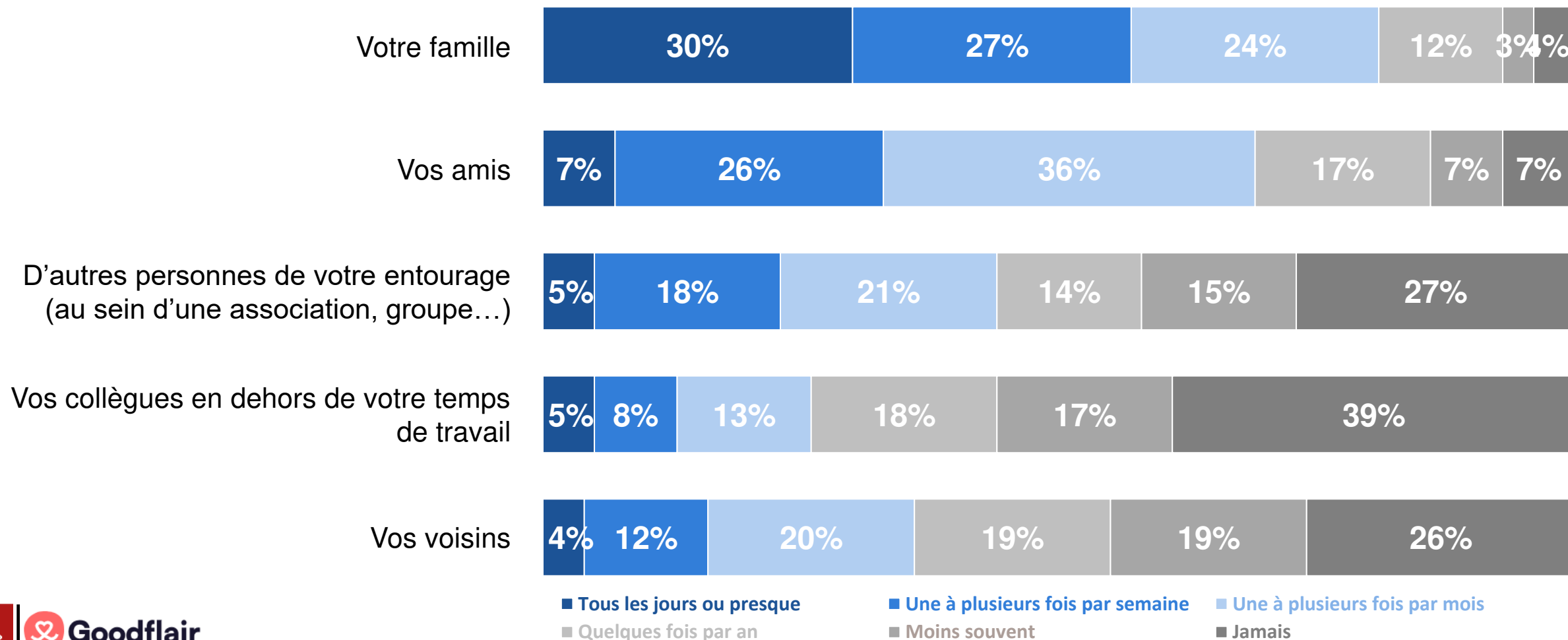
A photograph of an older man with grey hair and a beard, looking out of a window. He is resting his chin on his hand. The background shows a blurred view of greenery and a wooden fence.

A

L'ampleur du sentiment de
solitude au sein de la population

Solitude objective : la famille comme principal réseau de socialisation

QUESTION : En moyenne, à quelle fréquence passez-vous du temps avec... ?



Solitude objective : typologie selon les réseaux de socialisation (personnes voyant des proches au moins une fois par mois)

QUESTION : En moyenne, à quelle fréquence passez-vous du temps avec... ?

Personnes isolées
(ne voit personne
au moins une fois par mois)

9%

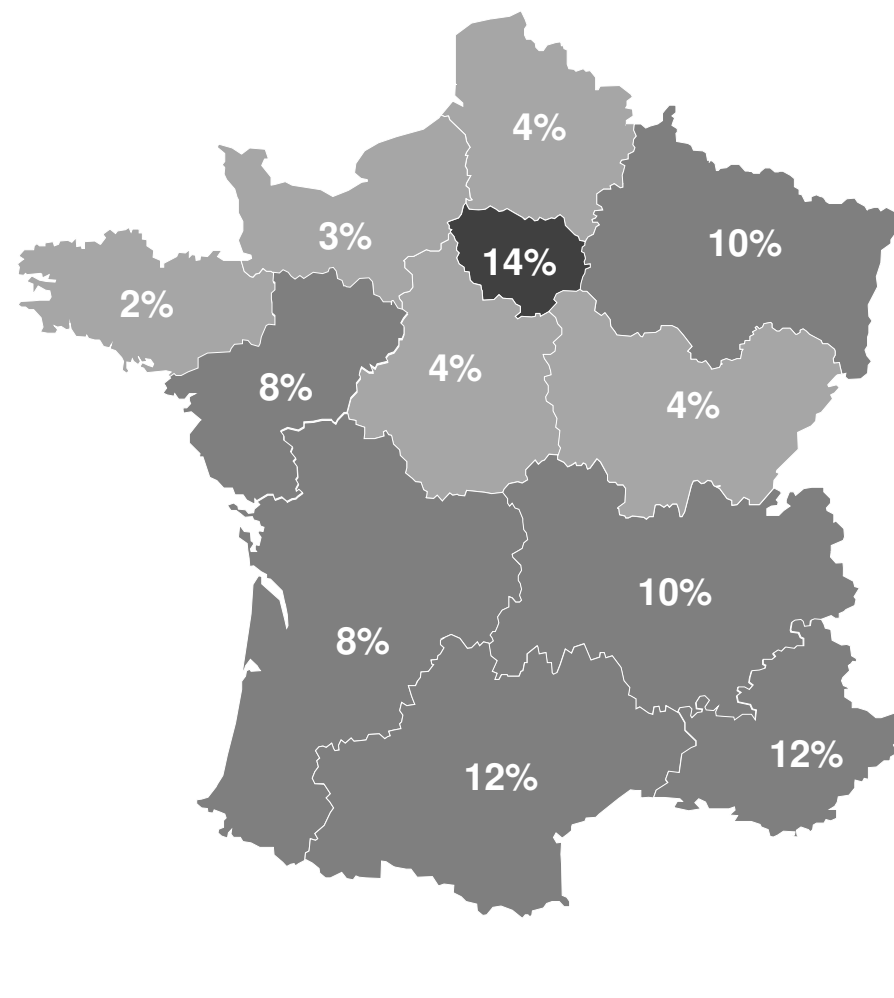
Personnes avec un
seul réseau de
sociabilité
(au moins une fois par mois)

17%

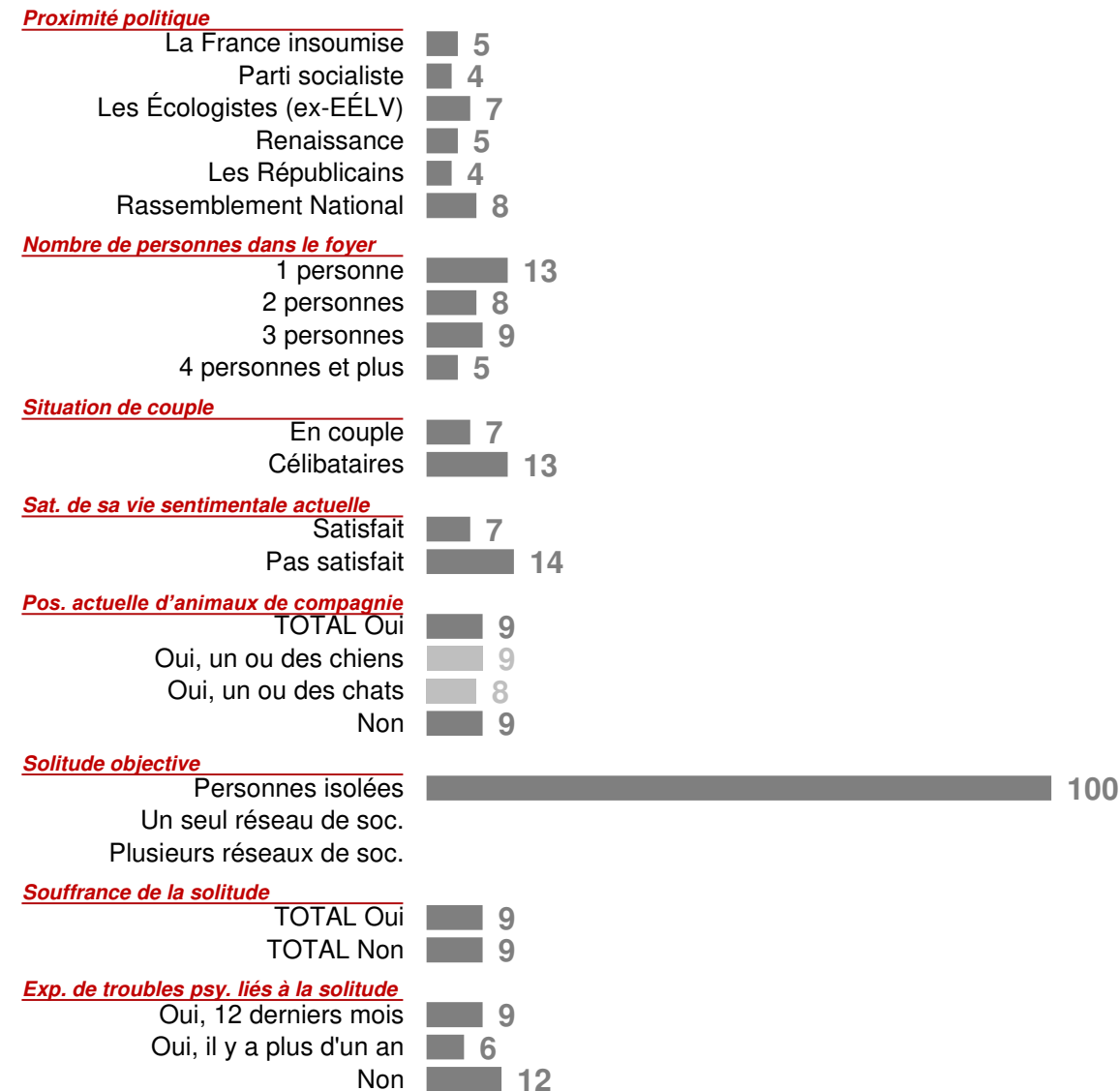
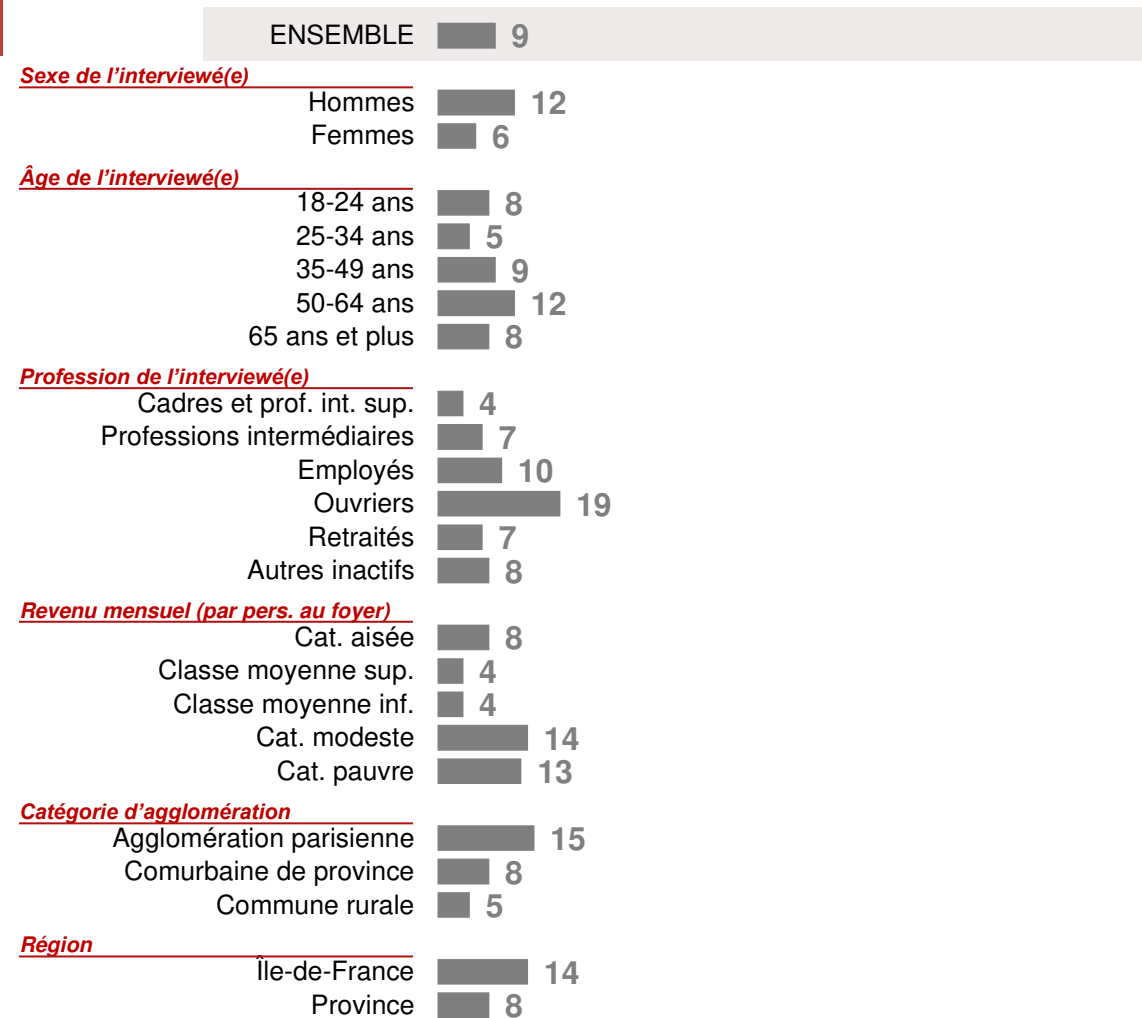
Personnes avec
plusieurs réseaux de
sociabilité
(au moins une fois par mois)

74%

Taux de personnes isolées par région

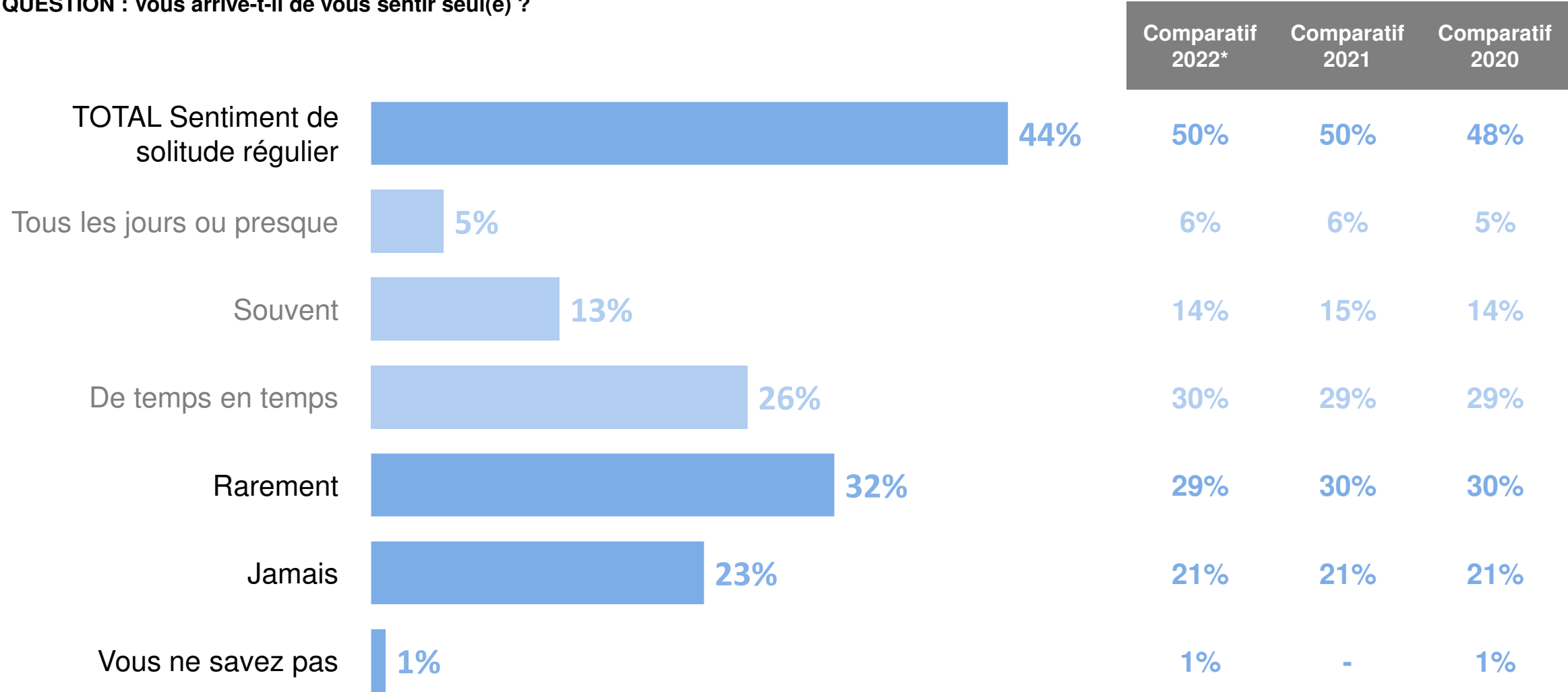


Solitude objective : zoom sur le profil des personnes isolées (qui ne voient personne au moins une fois par mois)



Solitude ressentie : plus de quatre Français sur dix se sentent régulièrement seuls

QUESTION : Vous arrive-t-il de vous sentir seul(e) ?



Solitude ressentie :

zoom sur le profil des personnes se sentant régulièrement seules

ENSEMBLE 44

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 40
Femmes 48

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 62
25-34 ans 49
35-49 ans 43
50-64 ans 44
65 ans et plus 37

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 34
Professions intermédiaires 36
Employés 55
Ouvriers 43
Retraités 39
Autres inactifs 60

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 32
Classe moyenne sup. 36
Classe moyenne inf. 40
Cat. modeste 50
Cat. pauvre 59

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 52
Comurbaine de province 44
Commune rurale 41

Région

Île-de-France 49
Province 43

Proximité politique

La France insoumise 42
Parti socialiste 57
Les Écologistes (ex-EÉLV) 52
Renaissance 33
Les Républicains 43
Rassemblement National 46

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 57
2 personnes 36
3 personnes 46
4 personnes et plus 42

Situation de couple

En couple 36
Célibataires 60

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 34
Pas satisfait 76

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 45
Oui, un ou des chiens 45
Oui, un ou des chats 44
Non 44

Solitude objective

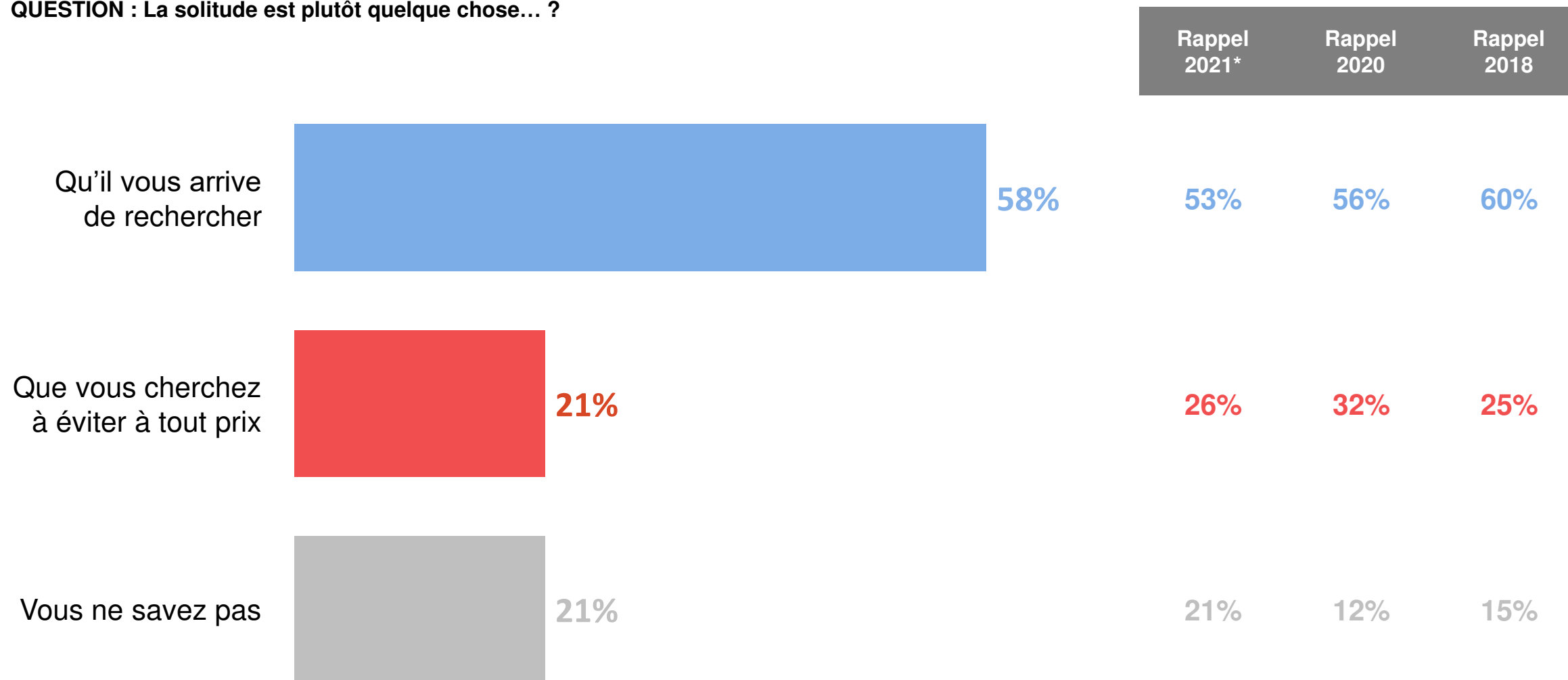
Personnes isolées 44
Un seul réseau de soc. 44
Plusieurs réseaux de soc. 45

Souffrance de la solitude

Exp. de troubles psy. liés à la solitude

Solitude subie ou choisie : pour une majorité de Français, c'est une situation recherchée... quand on peut la contrôler

QUESTION : La solitude est plutôt quelque chose... ?



Solitude subie ou choisie : zoom sur le profil des personnes à qui il arrive de la rechercher

ENSEMBLE 58

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 58
Femmes 59

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 49
25-34 ans 56
35-49 ans 63
50-64 ans 63
65 ans et plus 53

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 68
Professions intermédiaires 66
Employés 59
Ouvriers 60
Retraités 54
Autres inactifs 48

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 68
Classe moyenne sup. 65
Classe moyenne inf. 59
Cat. modeste 54
Cat. pauvre 52

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 51
Comurbaine de province 57
Commune rurale 67

Région

Île-de-France 52
Province 59

Proximité politique

La France insoumise 69
Parti socialiste 65
Les Écologistes (ex-EÉLV) 65
Renaissance 64
Les Républicains 52
Rassemblement National 54

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 56
2 personnes 57
3 personnes 63
4 personnes et plus 60

Situation de couple

En couple 61
Célibataires 53

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 60
Pas satisfait 53

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 59
Oui, un ou des chiens 58
Oui, un ou des chats 62
Non 57

Solitude objective

Personnes isolées 47
Un seul réseau de soc. 61
Plusieurs réseaux de soc. 59

Souffrance de la solitude

TOTAL Oui 37
TOTAL Non 71

Exp. de troubles psy. liés à la solitude

Oui, 12 derniers mois 49
Oui, il y a plus d'un an 53
Non 74

Solitude subie ou choisie :

zoom sur le profil des personnes qui cherchent à l'éviter à tout prix

ENSEMBLE 21

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 19
Femmes 23

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 26
25-34 ans 21
35-49 ans 17
50-64 ans 19
65 ans et plus 25

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 18
Professions intermédiaires 15
Employés 19
Ouvriers 24
Retraités 25
Autres inactifs 23

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 19
Classe moyenne sup. 18
Classe moyenne inf. 20
Cat. modeste 21
Cat. pauvre 30

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 30
Comurbaine de province 21
Commune rurale 15

Région

Île-de-France 28
Province 20

Proximité politique

La France insoumise 18
Parti socialiste 28
Les Écologistes (ex-EÉLV) 14
Renaissance 16
Les Républicains 31
Rassemblement National 22

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 20
2 personnes 22
3 personnes 24
4 personnes et plus 19

Situation de couple

En couple 22
Célibataires 20

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 20
Pas satisfait 24

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 23
Oui, un ou des chiens 23
Oui, un ou des chats 22
Non 19

Solitude objective

Personnes isolées 22
Un seul réseau de soc. 16
Plusieurs réseaux de soc. 22

Souffrance de la solitude

TOTAL Oui 41
TOTAL Non 10

Exp. de troubles psy. liés à la solitude

Oui, 12 derniers mois 29
Oui, il y a plus d'un an 27
Non 9

A man in profile, looking towards a Christmas tree with warm, bokeh lights. The scene is dimly lit, with the primary light source being the out-of-focus lights of the tree on the left. The man's face is partially in shadow, and his gaze is directed towards the festive lights.

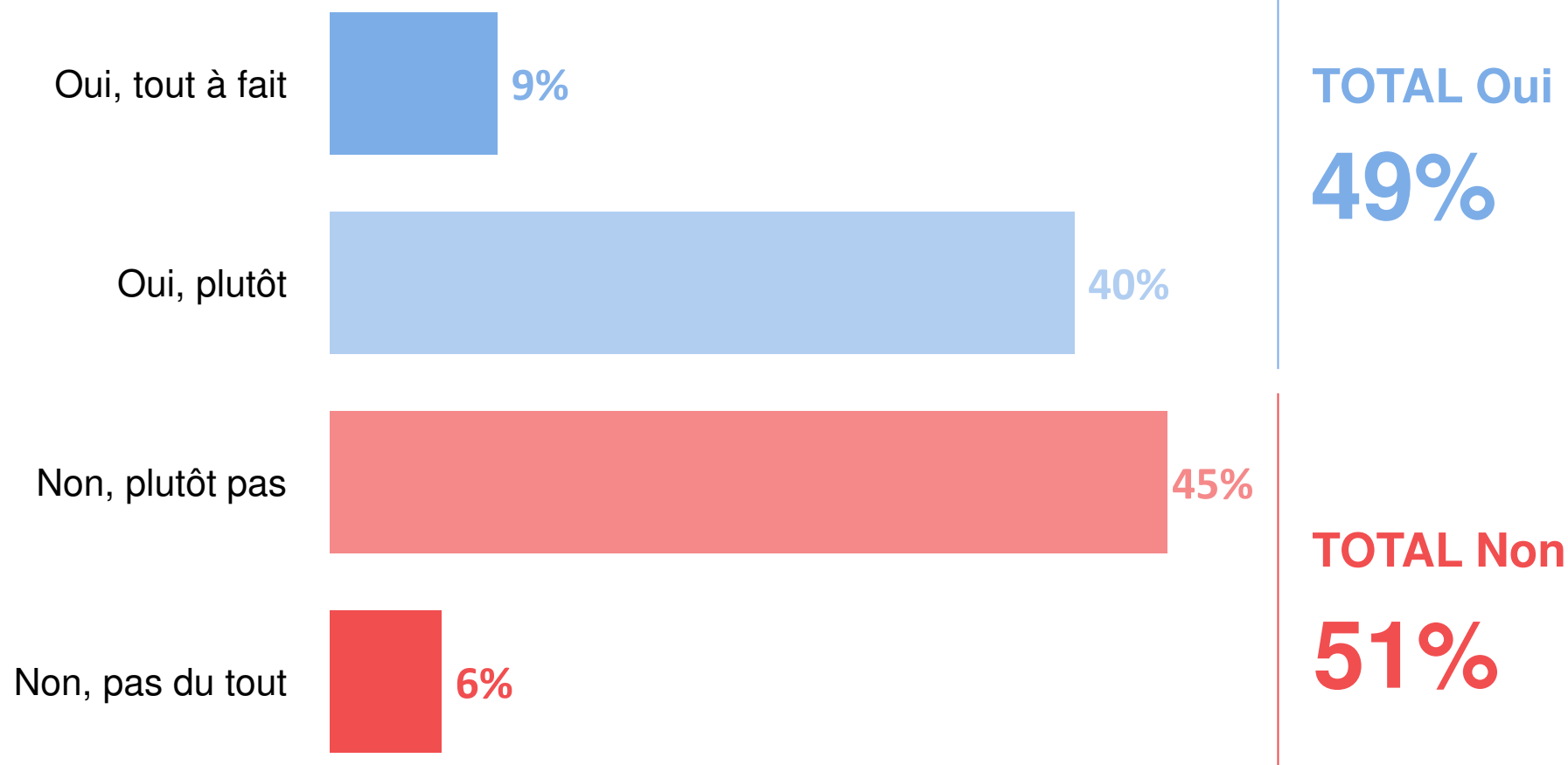
B

L'impact de la solitude
chez les Français qui en souffrent

Souffrance de la solitude : pile ou face, une personne se sentant seule sur deux souffre de cette situation

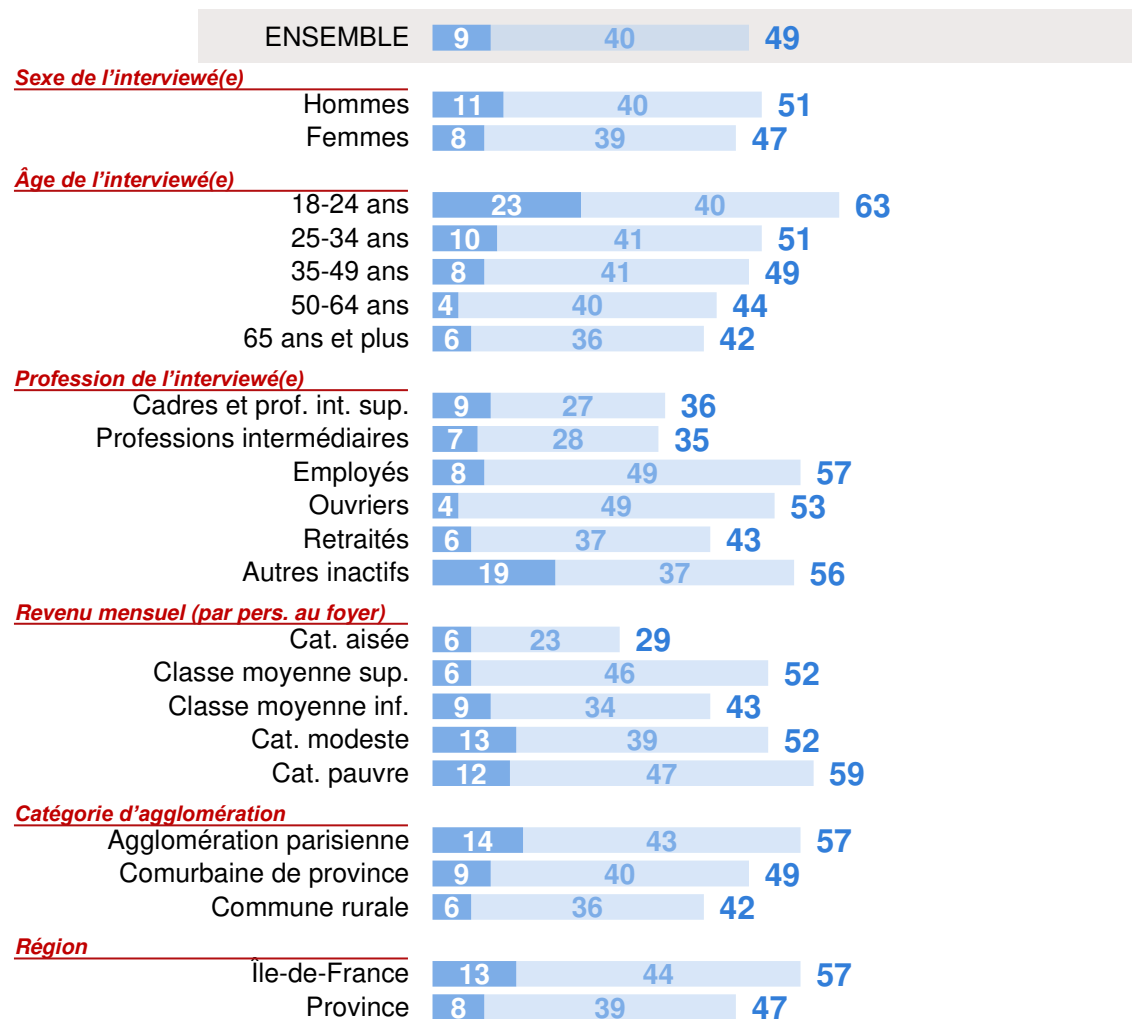
QUESTION : Souffrez-vous du fait de vous sentir seul(e) ?

Base : aux personnes qui se sentent régulièrement seules, soit 44% de la population.

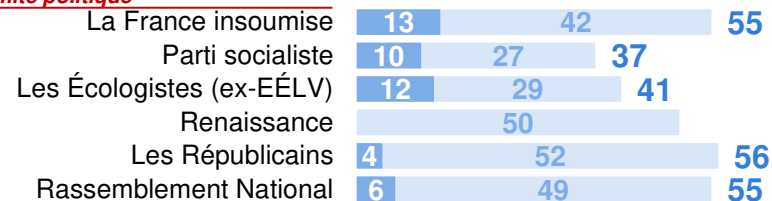


Souffrance de la solitude :

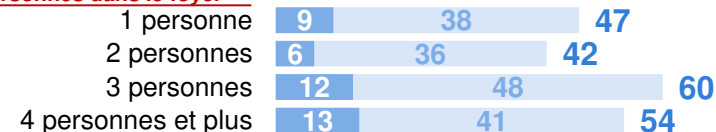
zoom sur le profil des personnes déclarant souffrir de cette situation



Proximité politique



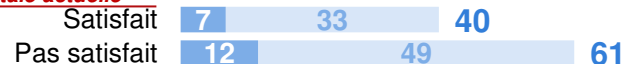
Nombre de personnes dans le foyer



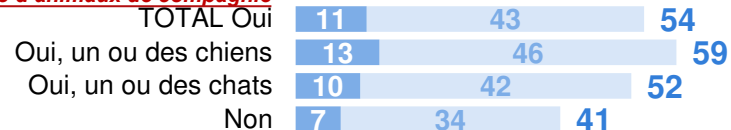
Situation de couple



Sat. de sa vie sentimentale actuelle



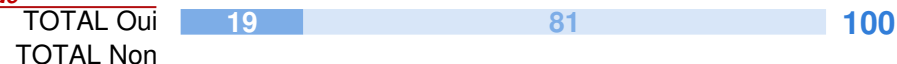
Pos. actuelle d'animaux de compagnie



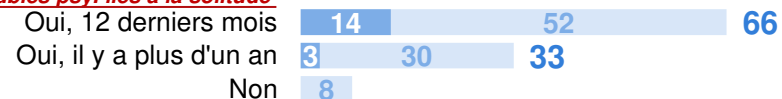
Solitude objective



Souffrance de la solitude



Exp. de troubles psy. liés à la solitude

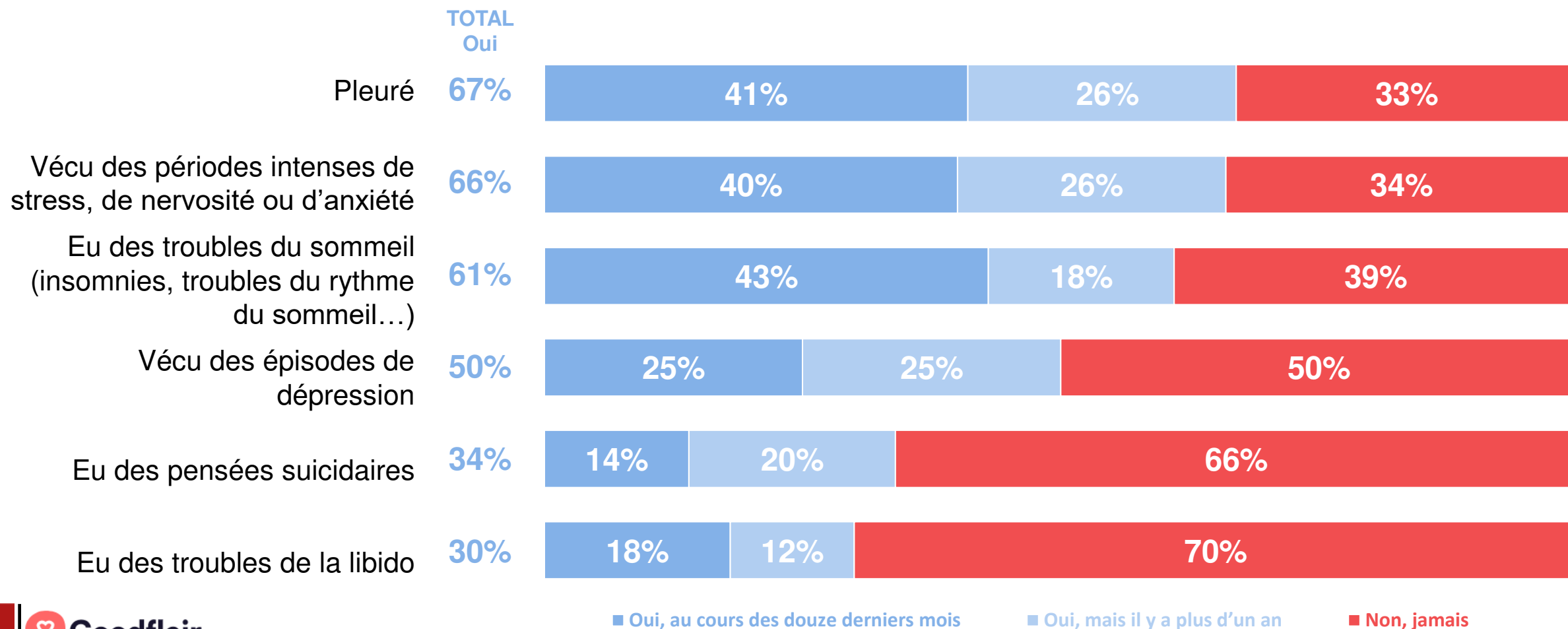


Légende : Oui, tout à fait Oui, plutôt TOTAL Oui

Expérience de troubles psychiques liés à la solitude : la solitude pèse de manière préoccupante sur la santé

QUESTION : Et à cause de la solitude, avez-vous déjà... ?

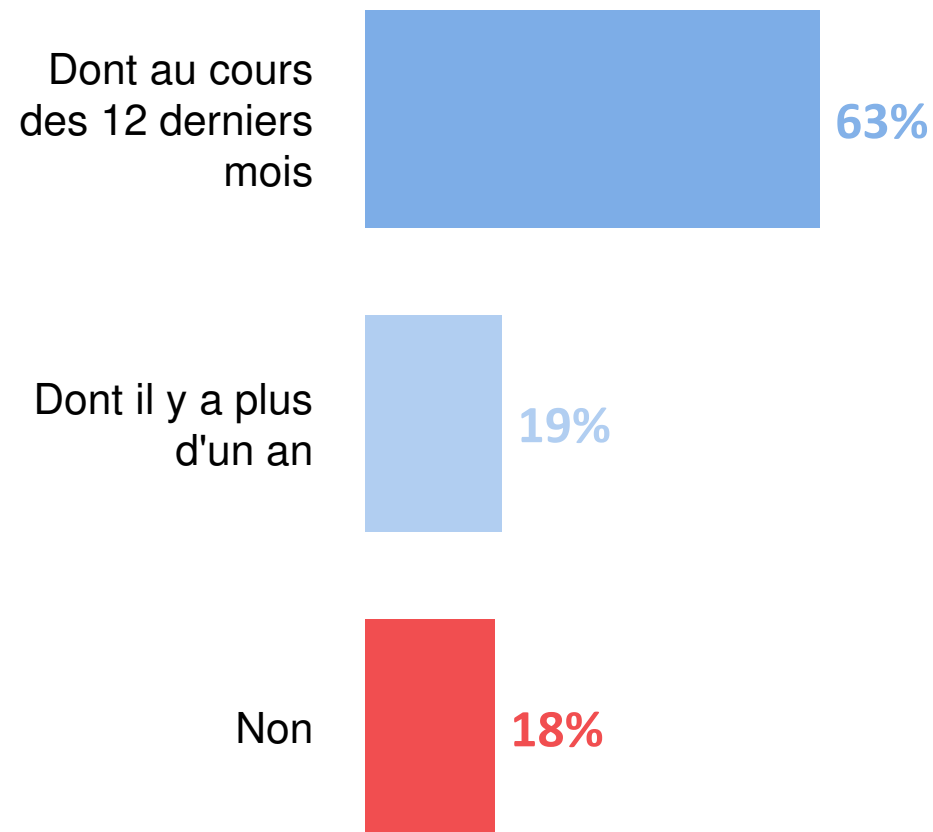
Base : aux personnes qui se sentent régulièrement seules, soit 44% de la population.



Expérience de troubles psychiques liés à la solitude : les troubles concernent une large majorité des personnes seules

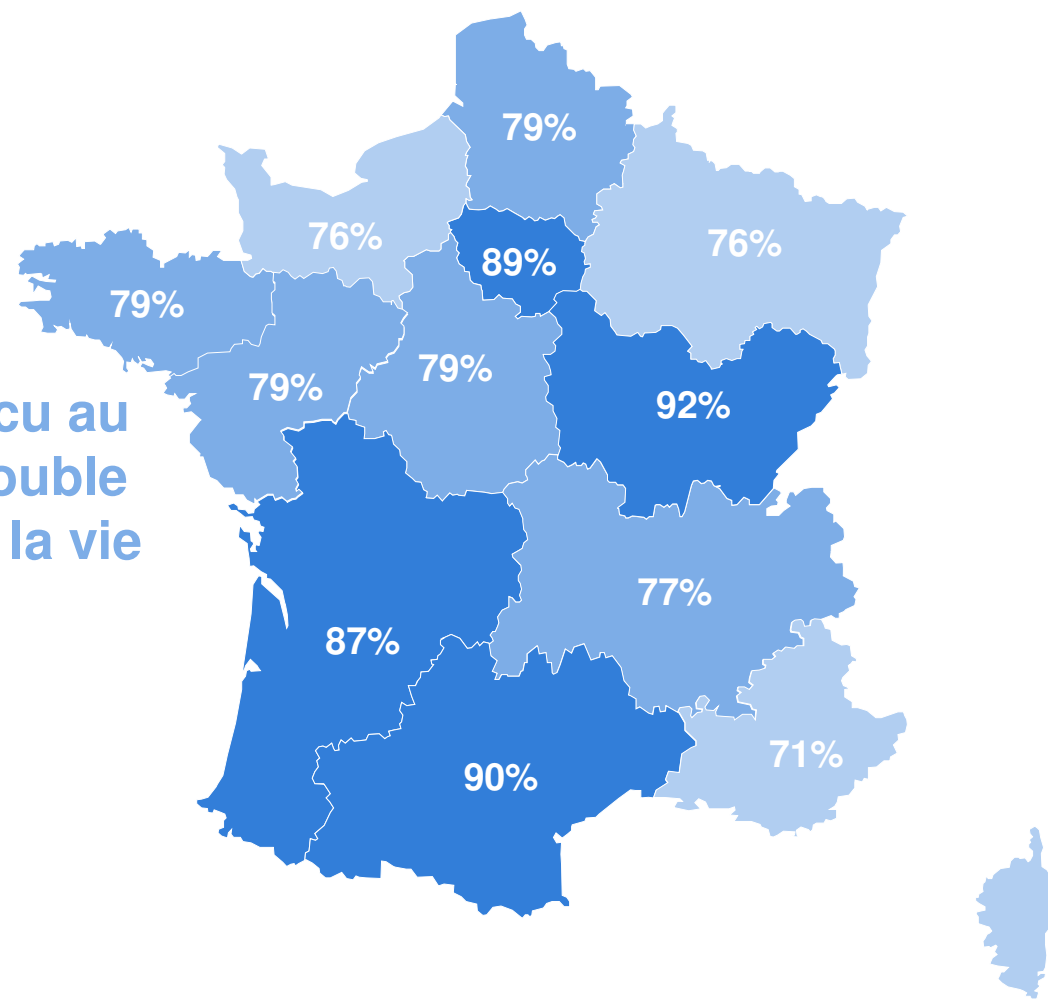
QUESTION : Et à cause de la solitude, avez-vous déjà... ?

Base : aux personnes qui se sentent régulièrement seules, soit 44% de la population.

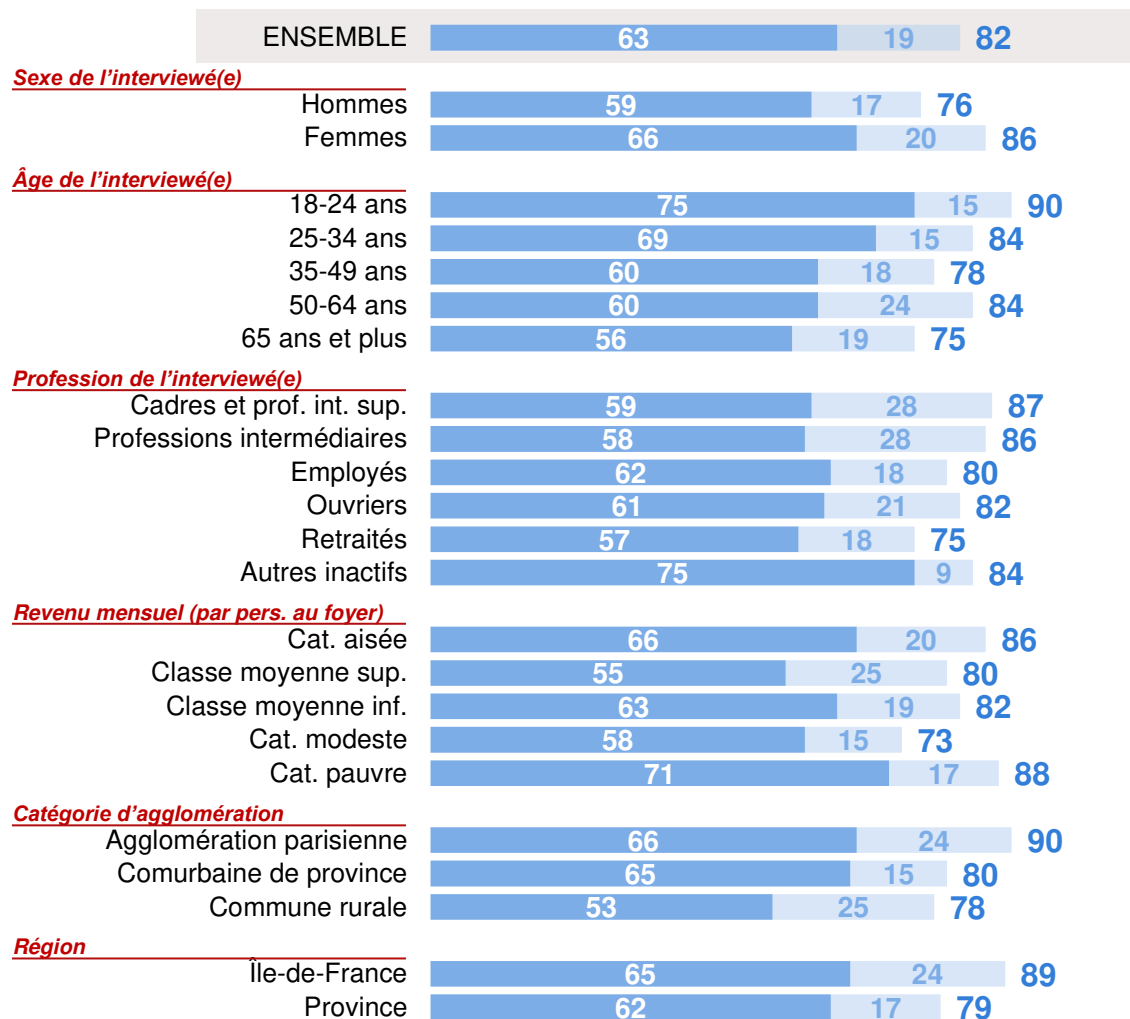


Taux de personnes ayant vécu au moins un trouble au cours de la vie

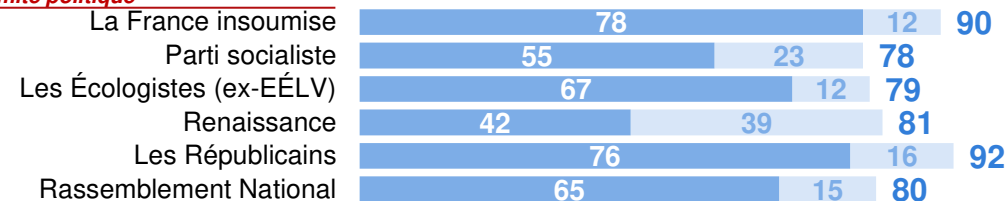
TOTAL A vécu au moins un trouble au cours de la vie
82%



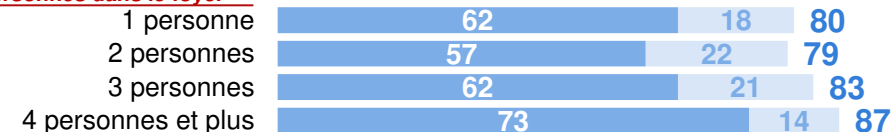
Expérience de troubles psychiques liés à la solitude : zoom sur le profil des personnes en ayant déjà souffert



Proximité politique



Nombre de personnes dans le foyer



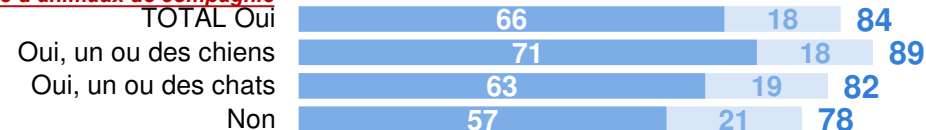
Situation de couple



Sat. de sa vie sentimentale actuelle



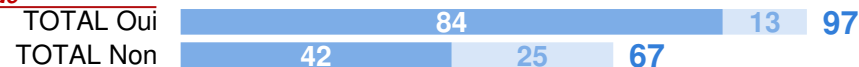
Pos. actuelle d'animaux de compagnie



Solitude objective



Souffrance de la solitude



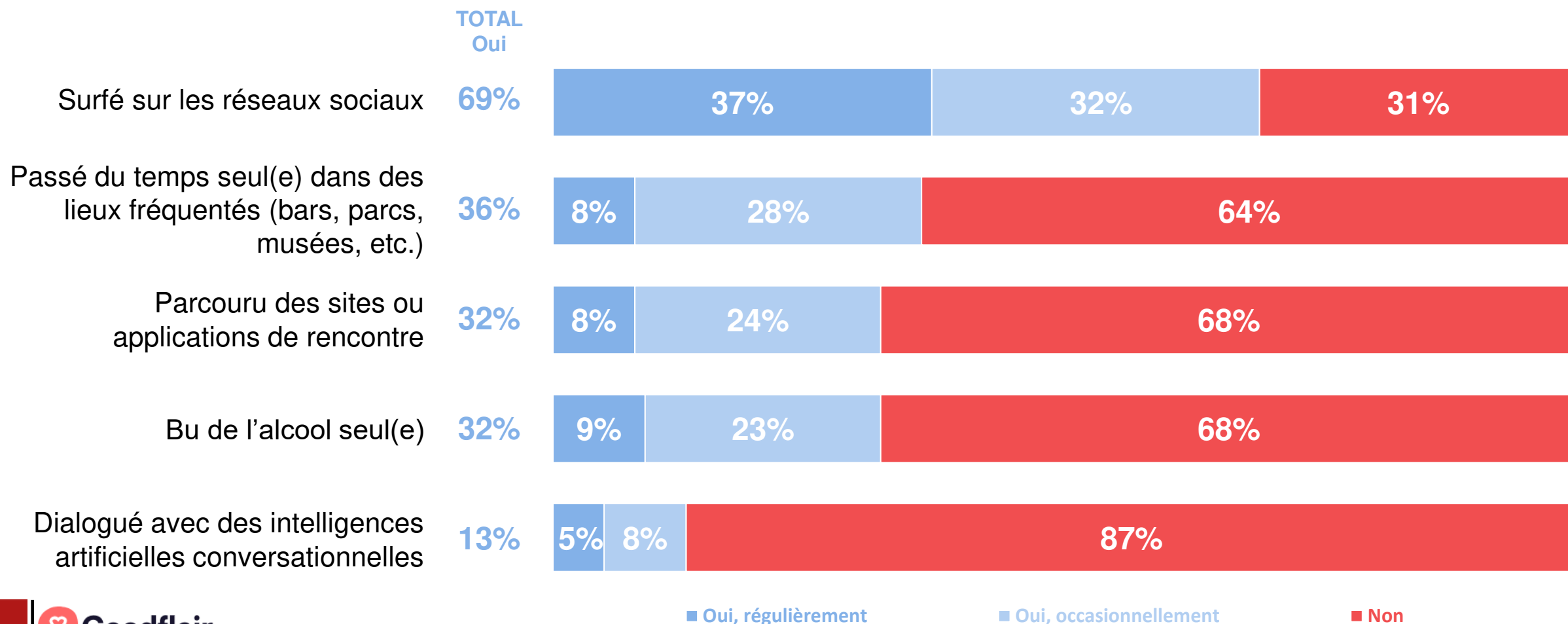
Exp. de troubles psy. liés à la solitude



Ce qu'on fait parce qu'on est seul : les réseaux sociaux, moyen le plus répandu (et le plus simple ?) pour tromper la solitude

QUESTION : Pour pallier votre sentiment de solitude, avez-vous déjà... ?

Base : aux personnes qui se sentent régulièrement seules, soit 44% de la population.



Ce qu'on fait parce qu'on est seul : zoom sur le profil des personnes parcourant les sites ou applis de rencontre

ENSEMBLE 8 24 32

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 12 29 41
Femmes 5 21 26

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 14 21 35
25-34 ans 19 34 53
35-49 ans 5 18 23
50-64 ans 7 29 36
65 ans et plus 20

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 5 26 31
Professions intermédiaires 10 24 34
Employés 10 27 37
Ouvriers 9 20 29
Retraités 22
Autres inactifs 12 24 36

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 6 33 39
Classe moyenne sup. 8 22 30
Classe moyenne inf. 5 27 32
Cat. modeste 9 24 33
Cat. pauvre 12 24 36

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 8 21 29
Comurbaine de province 9 27 36
Commune rurale 5 18 23

Région

Île-de-France 9 20 29
Province 8 25 33

Proximité politique

La France insoumise 18 32 50
Parti socialiste 6 31 37
Les Écologistes (ex-EÉLV) 5 33 38
Renaissance 7 21 28
Les Républicains 14 19 33
Rassemblement National 9 21 30

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 7 29 36
2 personnes 3 22 25
3 personnes 15 16 31
4 personnes et plus 12 25 37

Situation de couple

En couple 8 20 28
Célibataires 8 29 37

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 9 24 33
Pas satisfait 7 24 31

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 10 22 32
Oui, un ou des chiens 14 21 35
Oui, un ou des chats 8 23 31
Non 5 28 33

Solitude objective

Personnes isolées 5 30 35
Un seul réseau de soc. 4 18 22
Plusieurs réseaux de soc. 9 25 34

Souffrance de la solitude

TOTAL Oui 14 22 36
TOTAL Non 2 26 28

Exp. de troubles psy. liés à la solitude

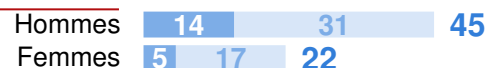
Oui, 12 derniers mois 11 25 36
Oui, il y a plus d'un an 1 32 33
Non 4 15 19

Ce qu'on fait parce qu'on est seul :

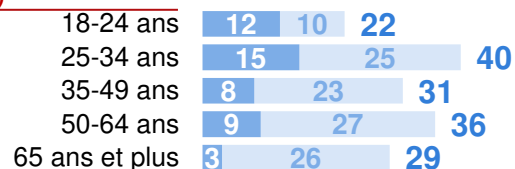
zoom sur le profil des personnes buvant de l'alcool seules

ENSEMBLE 9 23 32

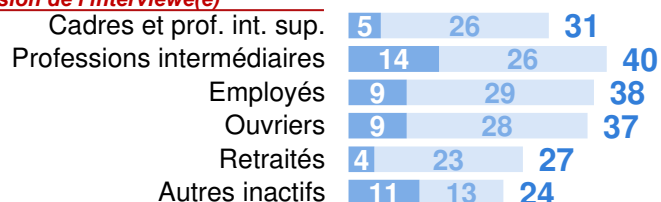
Sexe de l'interviewé(e)



Âge de l'interviewé(e)



Profession de l'interviewé(e)



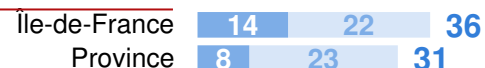
Revenu mensuel (par pers. au foyer)



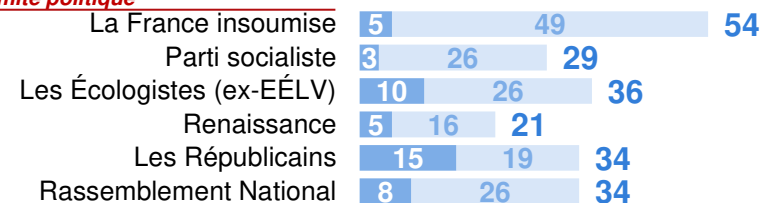
Catégorie d'agglomération



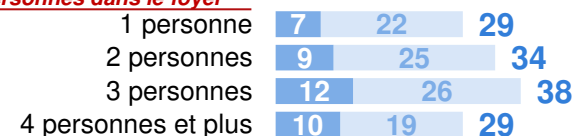
Région



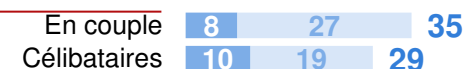
Proximité politique



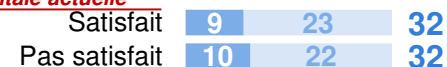
Nombre de personnes dans le foyer



Situation de couple



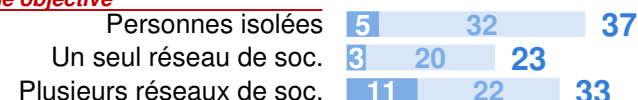
Sat. de sa vie sentimentale actuelle



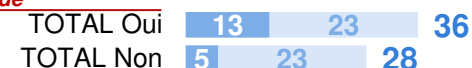
Pos. actuelle d'animaux de compagnie



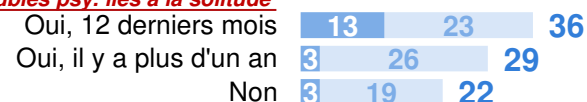
Solitude objective



Souffrance de la solitude



Exp. de troubles psy. liés à la solitude



Légende : Régulièrement Occasionnel. TOTAL Oui



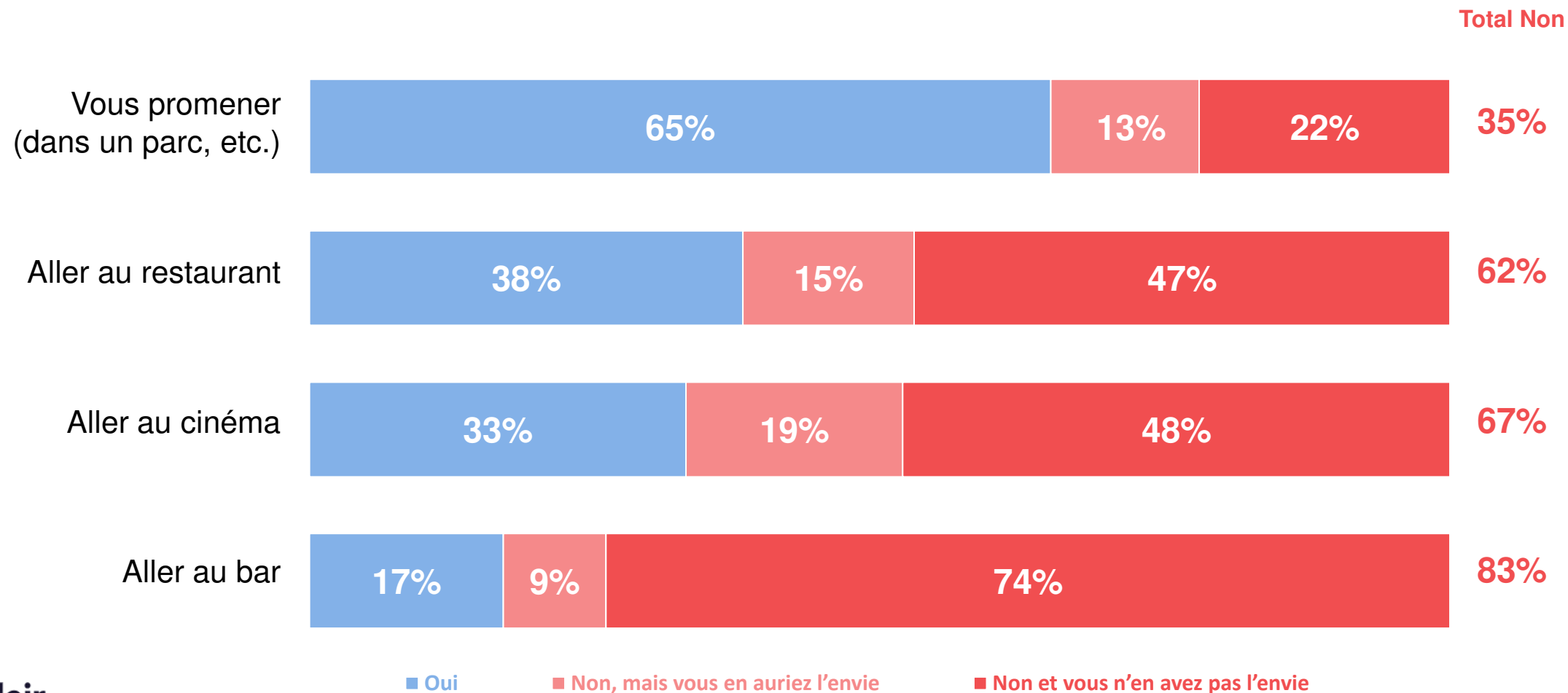
C

Les moyens de lutter
contre la solitude



La tendance du *solo date* : à part la promenade, les sorties restent majoritairement vues comme des activités à faire à plusieurs

QUESTION : Vous arrive-t-il de réaliser les activités suivantes seul(e) ?



La tendance du *solo date* : plus d'un tiers des Français ont déjà songé à sortir seuls sans oser le faire

QUESTION : Vous arrive-t-il de réaliser les activités suivantes seul(e) ?

A déjà fait l'une des activités seul(e)

75%

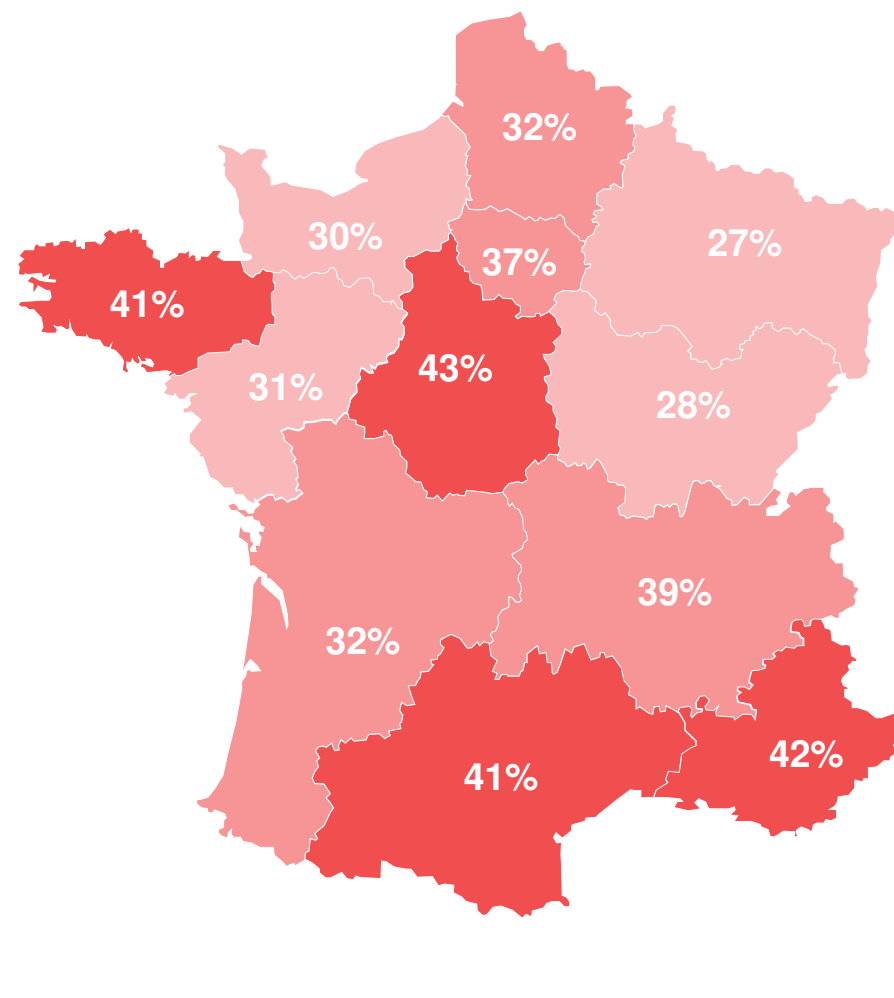
S'est déjà privé(e) de faire une activité seul(e)

36%

Hermétique à faire l'une des activités seul(e)

13%

Taux de personnes s'étant déjà privées



La tendance du *solo date* : zoom sur le profil des personnes s'étant déjà privées de sortir seules

ENSEMBLE 21

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 19
Femmes 23

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 26
25-34 ans 21
35-49 ans 17
50-64 ans 19
65 ans et plus 25

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 18
Professions intermédiaires 15
Employés 19
Ouvriers 24
Retraités 25
Autres inactifs 23

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 19
Classe moyenne sup. 18
Classe moyenne inf. 20
Cat. modeste 21
Cat. pauvre 30

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 30
Comurbaine de province 21
Commune rurale 15

Région

Île-de-France 28
Province 20

Proximité politique

La France insoumise 18
Parti socialiste 28
Les Écologistes (ex-EÉLV) 14
Renaissance 16
Les Républicains 31
Rassemblement National 22

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 20
2 personnes 22
3 personnes 24
4 personnes et plus 19

Situation de couple

En couple 22
Célibataires 20

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 20
Pas satisfait 24

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 23
Oui, un ou des chiens 23
Oui, un ou des chats 22
Non 19

Solitude objective

Personnes isolées 22
Un seul réseau de soc. 16
Plusieurs réseaux de soc. 22

Souffrance de la solitude

TOTAL Oui 41
TOTAL Non 10

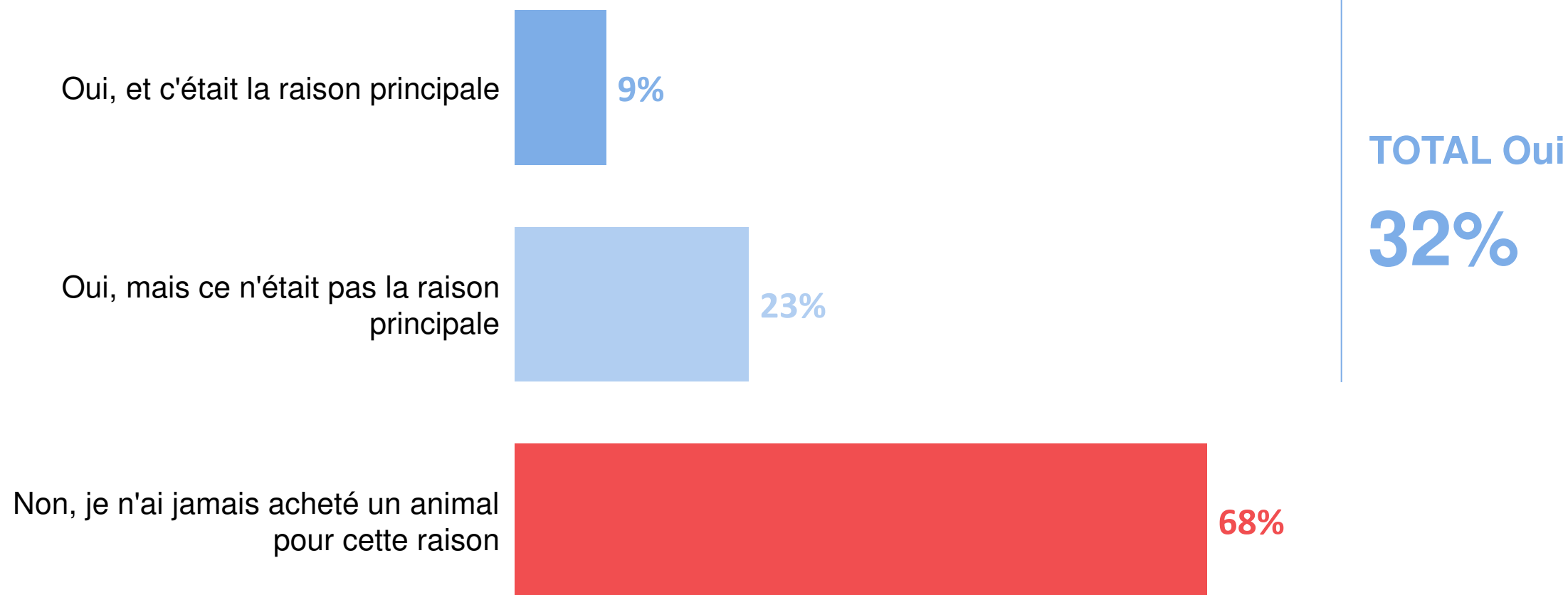
Exp. de troubles psy. liés à la solitude

Oui, 12 derniers mois 29
Oui, il y a plus d'un an 27
Non 9

L'animal de compagnie comme remède à la solitude : une motivation pour un tiers des propriétaires d'animaux

QUESTION : Avez-vous déjà acheté ou adopté un animal pour vous sentir moins seul(e) ?

Base : aux personnes ayant déjà acheté ou adopté un animal de compagnie, soit 73% de la population.



L'animal de compagnie comme remède à la solitude : zoom sur le profil des personnes pour qui cela a joué un rôle

ENSEMBLE 9 23 32

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 7 23 30
Femmes 10 23 33

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 14 31 45
25-34 ans 12 30 42
35-49 ans 7 17 24
50-64 ans 11 20 31
65 ans et plus 4 24 28

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 5 21 26
Professions intermédiaires 8 24 32
Employés 10 23 33
Ouvriers 16 19 35
Retraités 3 24 27
Autres inactifs 12 26 38

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 4 21 25
Classe moyenne sup. 11 19 30
Classe moyenne inf. 6 19 25
Cat. modeste 9 22 31
Cat. pauvre 14 32 46

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 15 30 45
Comurbaine de province 8 23 31
Commune rurale 6 20 26

Région

Île-de-France 15 28 43
Province 7 22 29

Proximité politique

La France insoumise 3 28 31
Parti socialiste 10 21 31
Les Écologistes (ex-EÉLV) 9 26 35
Renaissance 3 22 25
Les Républicains 11 22 33
Rassemblement National 9 22 31

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 10 23 33
2 personnes 6 24 30
3 personnes 11 22 33
4 personnes et plus 11 21 32

Situation de couple

En couple 9 21 30
Célibataires 9 27 36

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 8 23 31
Pas satisfait 9 24 33

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 11 26 37
Oui, un ou des chiens 14 28 42
Oui, un ou des chats 9 25 34
Non 12 13

Solitude objective

Personnes isolées 10 35 45
Un seul réseau de soc. 9 14 23
Plusieurs réseaux de soc. 8 24 32

Souffrance de la solitude

TOTAL Oui 23 27 50
TOTAL Non 5 31 36

Exp. de troubles psy. liés à la solitude

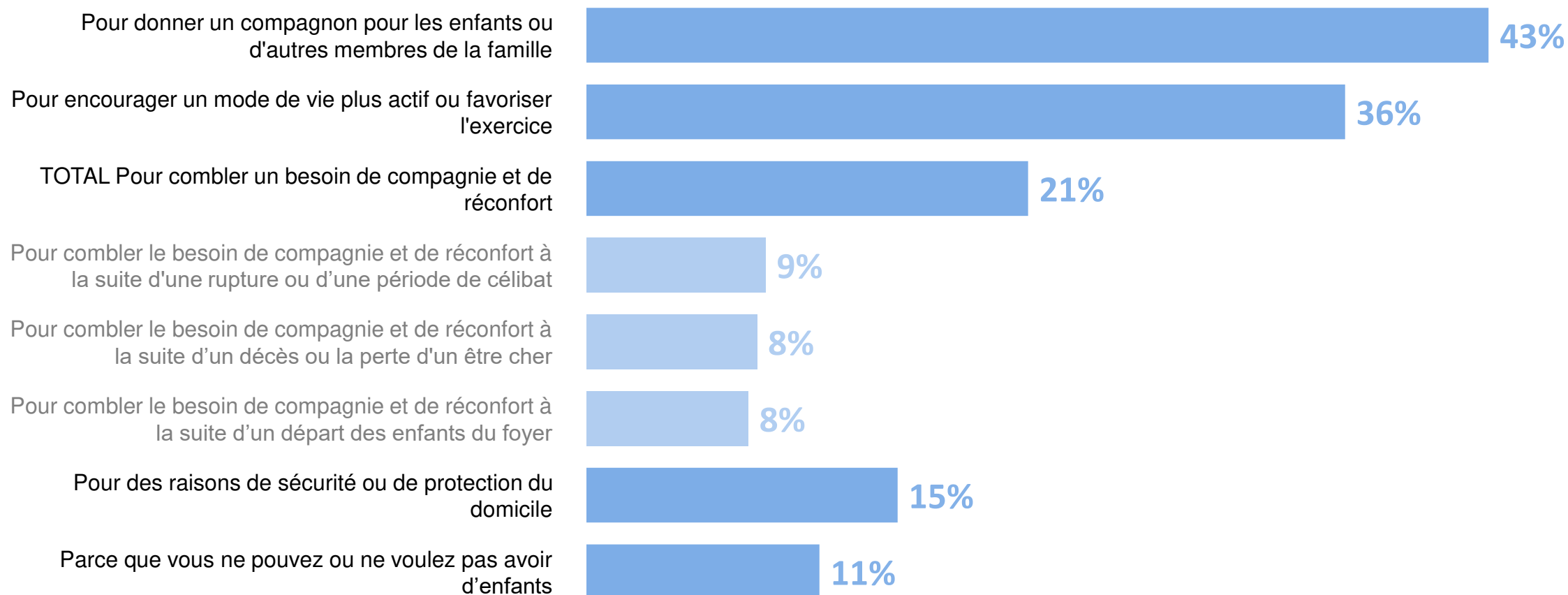
Oui, 12 derniers mois 18 30 48
Oui, il y a plus d'un an 10 33 43
Non 2 19 21

Légende : Raison princ. Raison pas princ. TOTAL Oui

Les raisons de l'adoption d'un animal de compagnie : la compagnie avant tout, pour sa famille ou pour soi-même

QUESTION : Parmi les propositions suivantes, quelles sont les principales raisons qui ont motivé votre décision de prendre un animal de compagnie ?

Base : aux personnes ayant déjà acheté ou adopté un animal de compagnie, soit 73% de la population.



Les raisons de l'adoption d'un animal de compagnie : zoom sur le profil des personnes l'ayant fait combler un besoin de réconfort

ENSEMBLE 21

Sexe de l'interviewé(e)

Hommes 21
Femmes 22

Âge de l'interviewé(e)

18-24 ans 36
25-34 ans 23
35-49 ans 16
50-64 ans 23
65 ans et plus 19

Profession de l'interviewé(e)

Cadres et prof. int. sup. 18
Professions intermédiaires 20
Employés 19
Ouvriers 23
Retraités 20
Autres inactifs 24

Revenu mensuel (par pers. au foyer)

Cat. aisée 16
Classe moyenne sup. 19
Classe moyenne inf. 17
Cat. modeste 22
Cat. pauvre 22

Catégorie d'agglomération

Agglomération parisienne 32
Comurbaine de province 22
Commune rurale 14

Région

Île-de-France 29
Province 20

Proximité politique

La France insoumise 28
Parti socialiste 16
Les Écologistes (ex-EÉLV) 25
Renaissance 11
Les Républicains 22
Rassemblement National 18

Nombre de personnes dans le foyer

1 personne 27
2 personnes 18
3 personnes 21
4 personnes et plus 21

Situation de couple

En couple 21
Célibataires 23

Sat. de sa vie sentimentale actuelle

Satisfait 19
Pas satisfait 30

Pos. actuelle d'animaux de compagnie

TOTAL Oui 24
Oui, un ou des chiens 23
Oui, un ou des chats 25
Non 14

Solitude objective

Personnes isolées 32
Un seul réseau de soc. 23
Plusieurs réseaux de soc. 20

Souffrance de la solitude

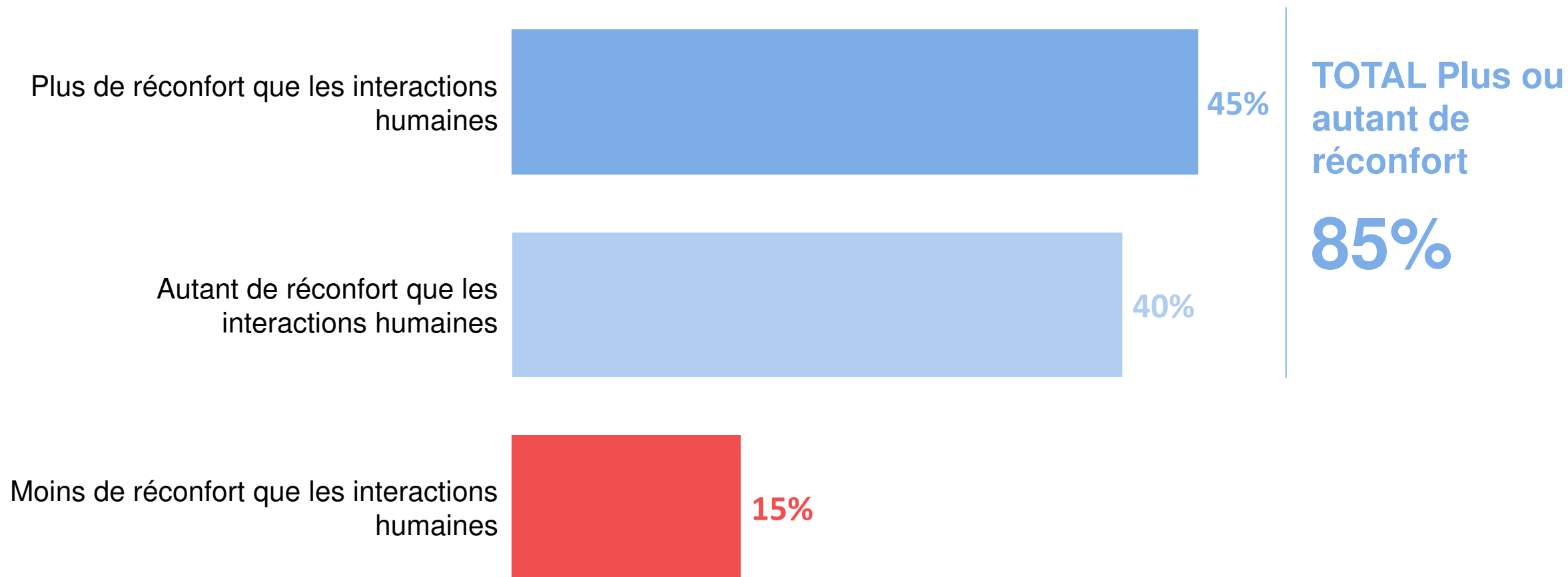
TOTAL Oui 39
TOTAL Non 22

Exp. de troubles psy. liés à la solitude

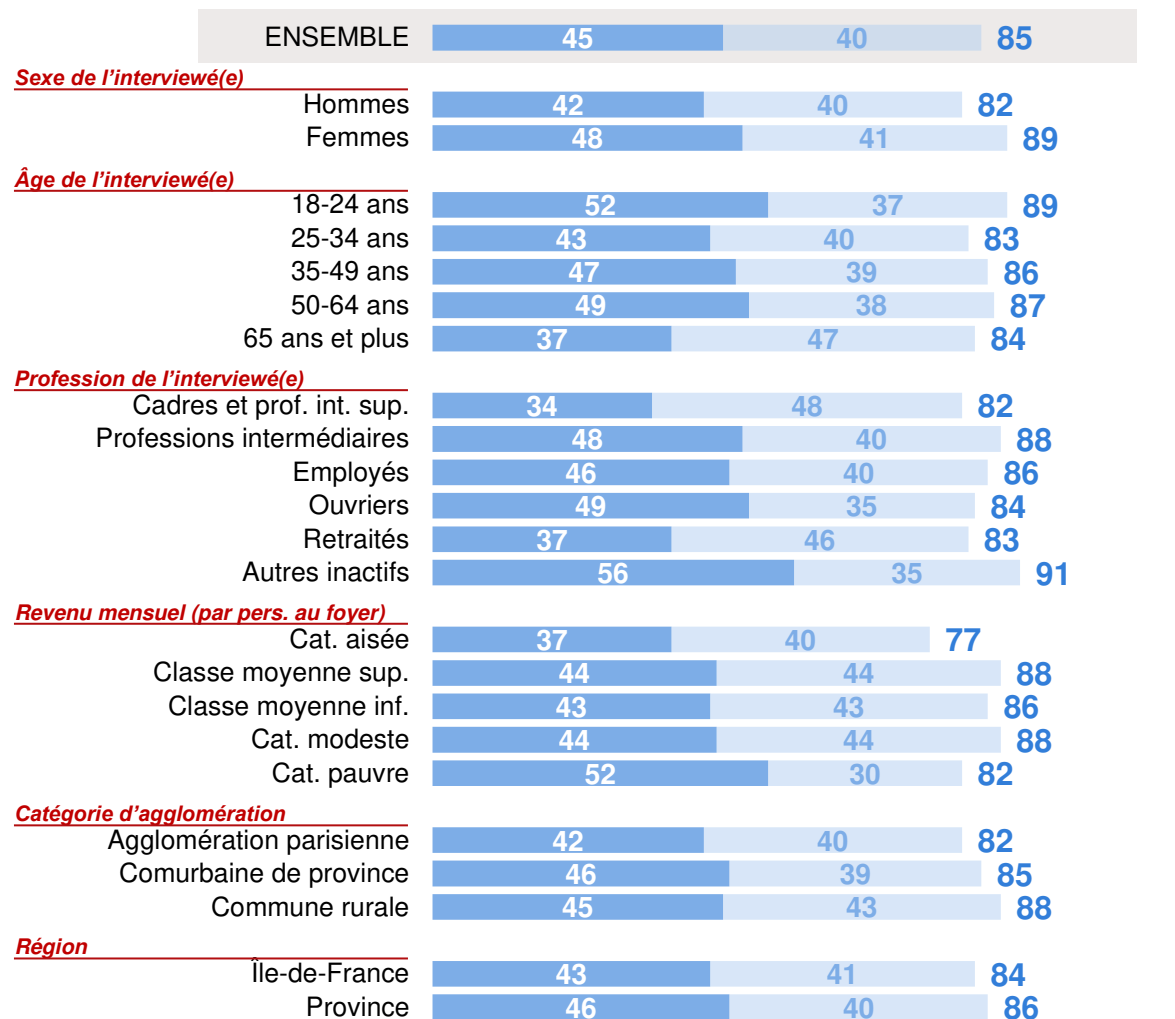
Oui, 12 derniers mois 33
Oui, il y a plus d'un an 27
Non 23

Le jugement sur le rôle des animaux de compagnie dans le sentiment de solitude : déterminant pour une écrasante majorité des Français

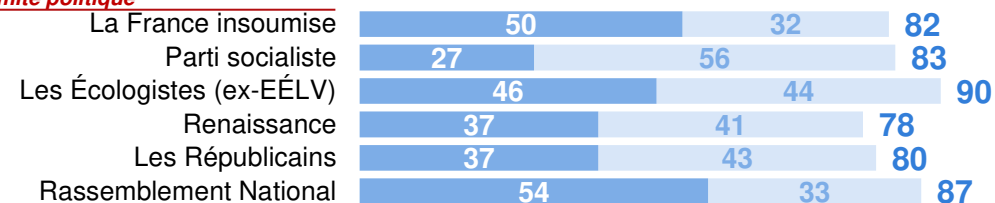
QUESTION : Selon vous, lorsque l'on se sent seul, la présence d'un animal de compagnie peut-elle procurer... ?



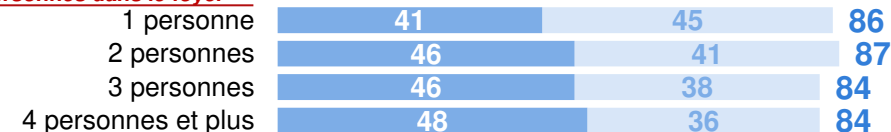
Le jugement sur le rôle des animaux de compagnie : zoom sur le profil des personnes pour qui y trouvent du réconfort



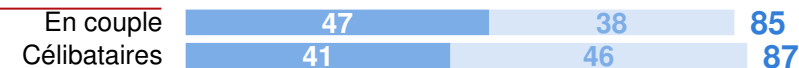
Proximité politique



Nombre de personnes dans le foyer



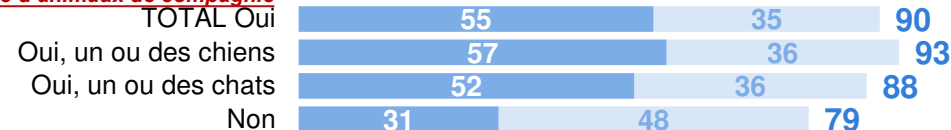
Situation de couple



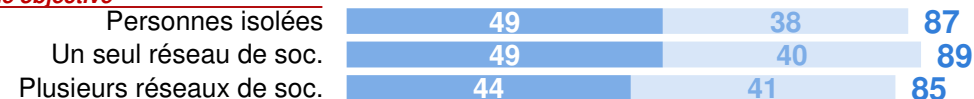
Sat. de sa vie sentimentale actuelle



Pos. actuelle d'animaux de compagnie



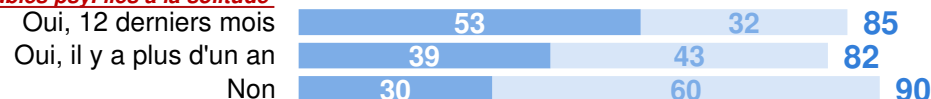
Solitude objective



Souffrance de la solitude



Exp. de troubles psy. liés à la solitude



Légende : Plus que les h. Autant que les h. TOTAL