

Une étude



pour

**les zooms** 2022  
de L'Observatoire Cetelem

## *Thème 2*

### *Les contours du plaisir en temps de crises*

**Enquête 2/3 : Du repli à l'évasion, quelles stratégies pour le quotidien ?**

**Mai 2022**

---

**Magalie Gérard**, Directrice adjointe du Département Politique – Opinion  
**Morgane Hauser**, Directrice d'études au Département Politique – Opinion  
**Rosalie Ollivier**, Chargée d'études au Département Politique – Opinion



# Sommaire

<b>Méthodologie d'enquête</b>	<b>P.3</b>
<b>I. Pour trouver du plaisir, commencer par se détendre</b>	<b>P.6</b>
<b>II. S'évader : un possible au quotidien, selon certaines modalités</b>	<b>P.10</b>
<b>III. « <i>Home, sweet home</i> » : des Français plutôt casaniers</b>	<b>P.16</b>
<b>IV. Le goût de la foule, en déclin ?</b>	<b>P.21</b>

# Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **19** au **23 mai** 2022.



Échantillon de **1 108** personnes représentatif des Français âgés de 18 ans et plus.



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

# Méthodologie d'enquête 2/2



## *Aide à la lecture des résultats détaillés*

- ❖ Les chiffres présentés sont exprimés en pourcentage.
- ❖ Les chiffres en italique sont ceux qui apparaissent significativement au-dessus de la moyenne.
- ❖ Dans le cadre de ce rapport, nous distinguons 3 tranches de revenus :
  - Revenus faibles* : revenus mensuels nets du foyer inférieurs à 2 000 €
  - Revenus moyens* : revenus mensuels nets du foyer compris entre 2 000€ et 4 000 €
  - Revenus élevés* : revenus mensuels nets du foyer supérieurs à 4 000 €

### ...Et 3 tailles d'agglomération :

- Zone rurale* : agglomération de moins de 2 000 habitants
- Petite agglomération* : agglomération de 2 000 à 100 000 habitants
- Grande agglomération* : agglomération de 100 000 habitants et plus (dont agglomération parisienne)

# Intervalle de confiance

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

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



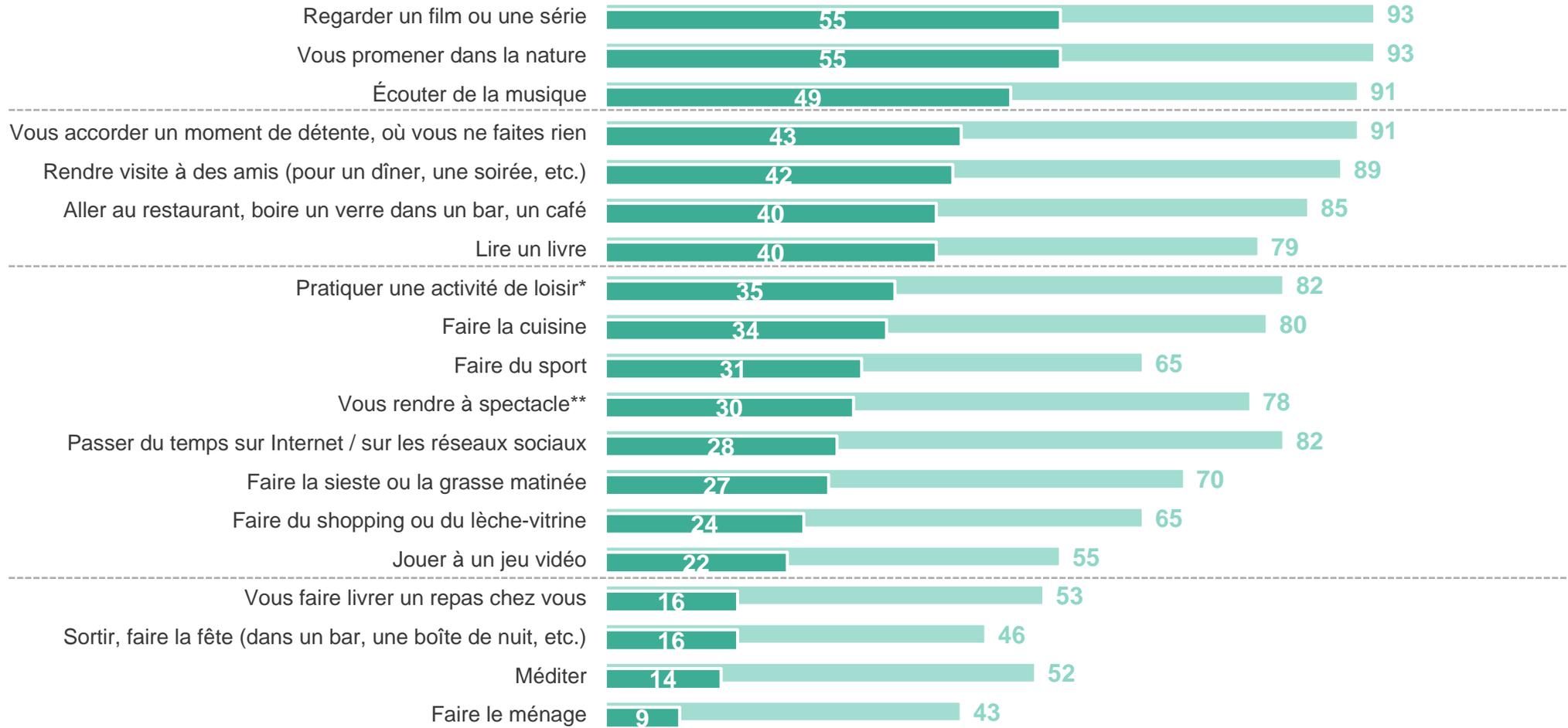
# I. Pour trouver du plaisir, commencer par se détendre

- Pour se faire plaisir, les Français comptent surtout sur des activités favorisant la détente. Ainsi, environ 1 Français sur 2 déclare aimer « beaucoup » **regarder un film ou une série** (55%), **se promener dans la nature** (55%), ou encore **écouter de la musique** (49%). Et 43% avouent même aimer beaucoup le *far niente* : s'accorder un moment de détente pure, sans rien faire. On peut noter que passer du temps sur **Internet et les réseaux sociaux** constitue un véritable plaisir pour 28% de la population : les Français apprécient donc cette activité presque autant que de se rendre à un spectacle (30%). Nombreux sont les plaisirs et loisirs partagés par l'ensemble des tranches d'âge : ainsi, le goût du 7<sup>e</sup> art se retrouve tant chez les jeunes que chez leurs aînés. Mais **d'autres plaisirs sont plus marqués du point de vue générationnel**. Par exemple, les promenades dans la nature et la lecture sont plus appréciées des 50 ans et plus, contrairement à la musique, le sport, Internet et les jeux vidéos, plus souvent affectionnés par les moins de 35 ans. Aussi, bien que la cuisine soit également vue comme un plaisir par toutes les tranches d'âge, les plus jeunes apprécient nettement davantage le fait se faire livrer un repas à la maison.
- La plupart de ces activités sources de plaisir semblent être **pratiquées avec la même fréquence qu'il y a 3 ans**, avant la crise sanitaire : ainsi, pour la plupart des activités évoquées (13 parmi les 19 activités au total), plus de la moitié des Français indiquent les pratiquer autant qu'il y a 3 ans. Mais lorsqu'on observe la nature des activités qui ont le plus progressé ou régressé, force est de constater une dichotomie assez marquée entre les **loisirs d'intérieur ou solitaires** d'une part, et les **activités sociales et festives** d'autre part. Les premiers, centrés sur le domicile, comme la cuisine, le visionnage de films ou de séries ou encore la fréquentation d'Internet et des réseaux sociaux, ont eu plutôt **tendance à augmenter**. Les secondes – visites à des amis, sorties au spectacle, au restaurant, soirées à l'extérieur etc. – **ont au contraire plutôt subi un ralentissement**. Aussi, parmi les activités que les Français ont l'impression d'avoir réduit depuis 3 ans, figurent **le shopping et le lèche-vitrine**, une diminution qui peut être interprétée à la lumière du contexte de tension économique actuel. À noter que les promenades dans la nature figurent parmi les seules activités extérieures qui connaissent une progression chez de nombreux Français, en réaction, peut-être, aux mois passés en confinement.

# Dans leurs loisirs, les Français privilégient en premier lieu la détente : films, promenades, musique,... apparaissent comme les activités les plus consensuelles, étant très appréciées d'environ 1 Français sur 2

Dans quelle mesure aimez-vous ou non chacune des choses suivantes ?

- À tous, en % -

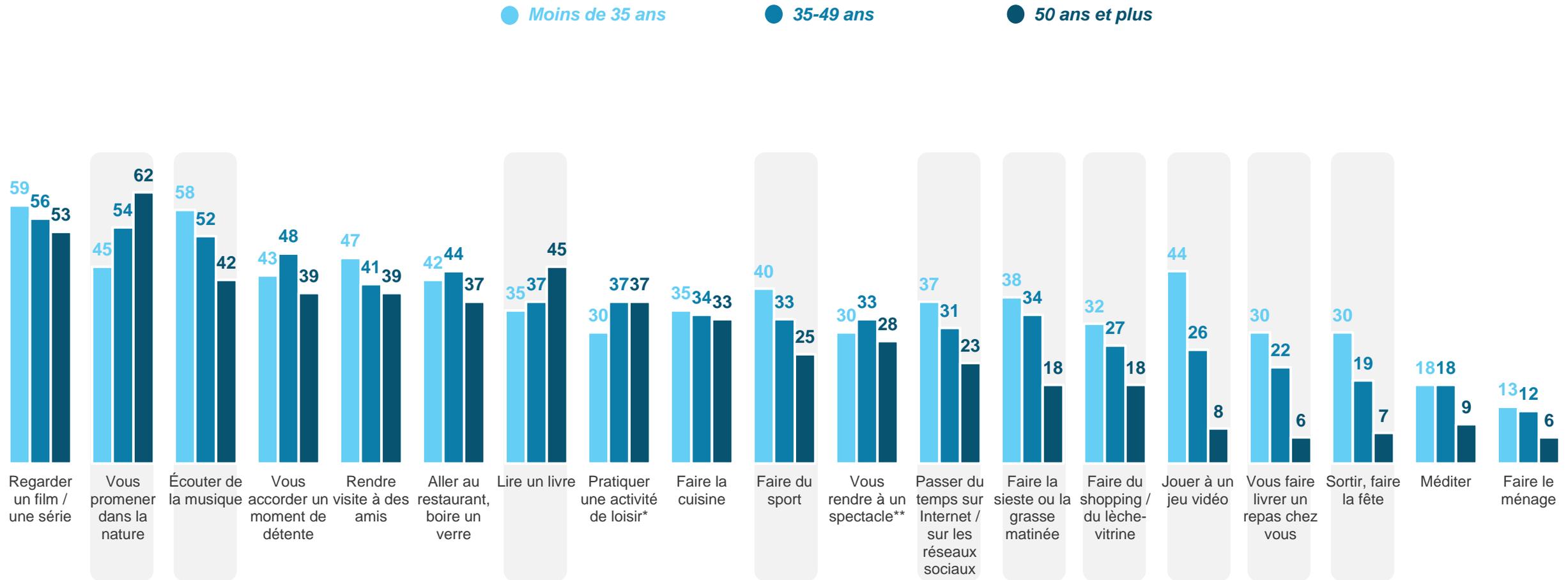


- Vous aimez cela
- Dont : Vous aimez beaucoup cela

# Si certains plaisirs transcendent les générations (les films, la cuisine...), d'autres attirent plutôt les plus âgés (à l'instar des promenades ou de la lecture) ou plutôt les plus jeunes (musique, sport, Internet, jeux vidéos, sorties...)

Dans quelle mesure aimez-vous ou non chacune des choses suivantes ?

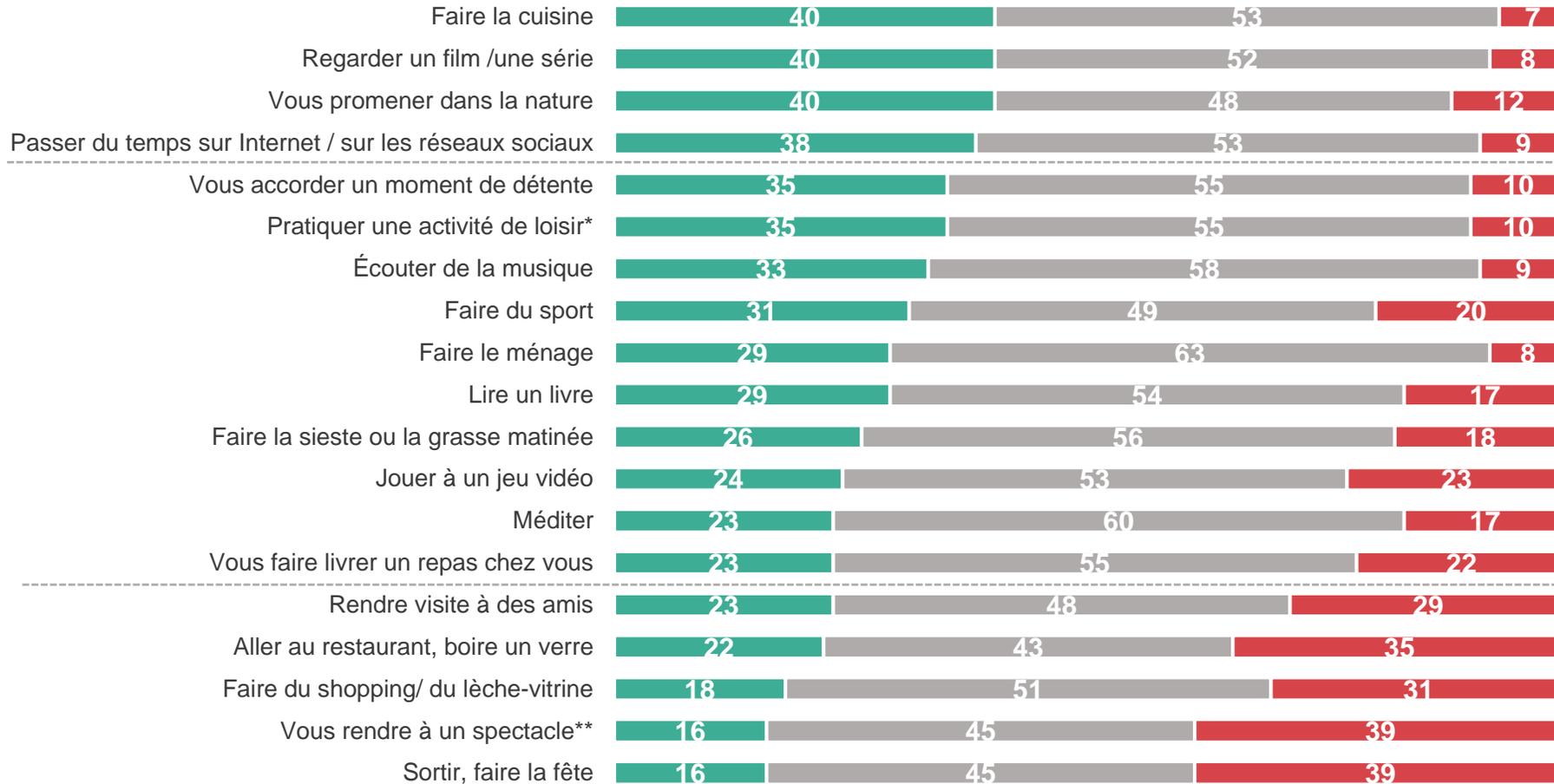
- À tous, en % de réponses « Vous aimez beaucoup cela » -



# Le plus souvent, lorsqu'ils comparent leurs loisirs d'aujourd'hui avec ceux d'il y a 3 ans, avant la crise sanitaire, les Français constatent peu d'évolutions. Néanmoins, ils sont nombreux à avoir accentué les activités à domicile et/ou solitaires au détriment d'activités plus sociales comme les sorties nocturnes, les spectacles, ou les restaurants

À votre avis, faites-vous chacune de ces choses plus souvent ou moins souvent aujourd'hui qu'il y a 3 ans ?

- À tous, en % -



- Plus souvent qu'il y a 3 ans
- Ni plus, ni moins souvent qu'il y a 3 ans
- Moins souvent qu'il y a 3 ans

\*(bricolage, jardinage, activités manuelles ou artistiques, etc.)

\*\* (concert, pièce de théâtre, danse, cinéma, etc.)



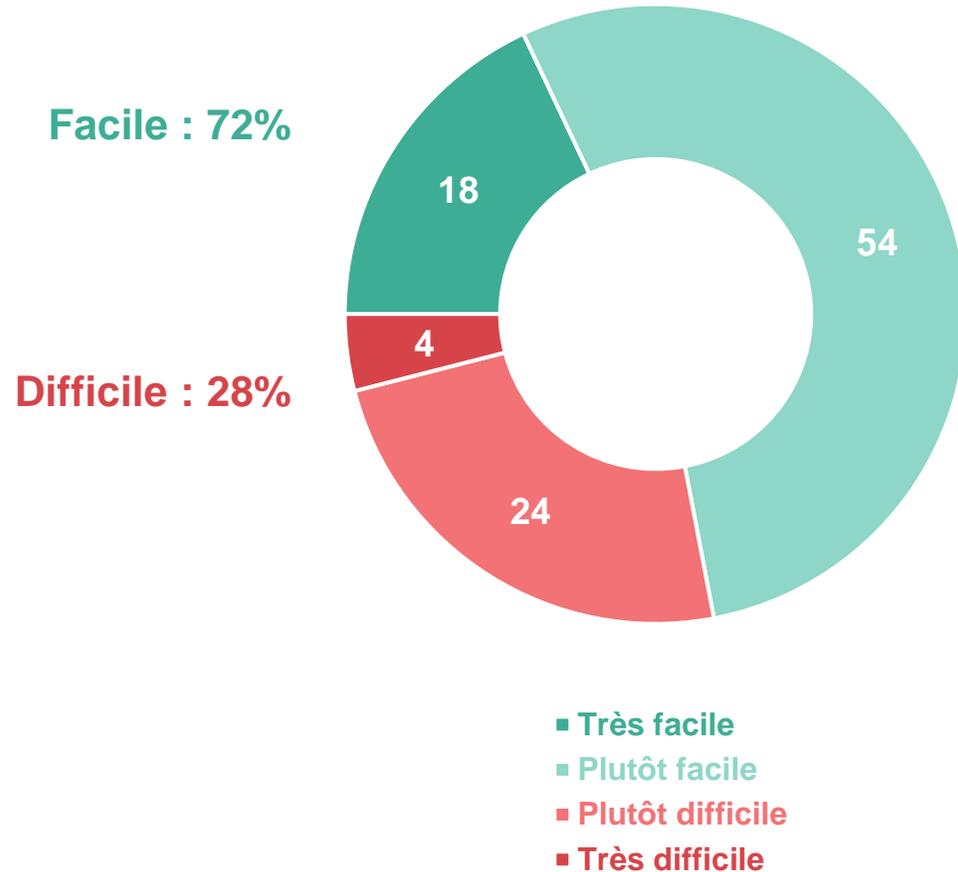
## II. S'évader : un possible au quotidien, selon certaines modalités

- La possibilité de s'évader, de se couper de la vie quotidienne, est loin d'apparaître comme un souhait irréalisable aux yeux des Français. **72% affirment qu'il est facile pour eux de s'évader** dans leur cadre de vie actuel. Une perception de facilité à nuancer cependant, car seuls 18% voient cela comme « très facile », contre 54% qui trouvent cela seulement « plutôt facile ». Femmes et hommes ne partagent pas exactement les mêmes perceptions sur ce point, **celles-ci ayant plus de mal à trouver la possibilité de s'évader** (68% pour elles, contre 76% pour eux) dans leur quotidien. Une inégalité selon le genre qui se retrouve aussi dans une **inégalité selon les ressources financières** : en effet, les Français les plus modestes parviennent plus difficilement à se couper de leur quotidien.
- Quelles sont les activités les plus propices à l'évasion aux yeux des Français ? **Les escapades courtes et les vacances bien sûr** (88%), mais aussi plus simplement les **promenades dans la nature** (91%), qui ont d'ailleurs augmenté pour de nombreux Français au cours des dernières années. Des activités qui sont plus souvent citées que le voyage lointain (83%), probablement vu comme efficace mais moins accessible au quotidien. Même s'ils privilégient les stratégies d'évasion dans le réel (déplacements physiques), les Français ne renient pas **l'évasion « immobile »**, dans un monde fictionnel par exemple : ainsi, pour 86% d'entre eux, regarder un film ou une série permet efficacement de couper avec le quotidien, et 77% en disent de même à propos des livres. **Internet apparaît également comme une source d'évasion** pour 60% des Français. On note néanmoins de vraies différences d'appréciation concernant les possibilités d'évasion offertes par les mondes imaginaires. Les jeunes sont bien plus nombreux que leurs aînés à apprécier les **mondes numériques** – notamment à travers les jeux vidéo – tout comme les hommes. Mais les **femmes et les plus âgés ne rejettent pas non plus les univers fictionnels**, ils préfèrent seulement davantage les découvrir via des moyens plus traditionnels, en pointant plus que la moyenne la capacité des films et des livres à leur permettre de s'évader.
- Interrogés sur leur **idéal d'évasion**, les Français indiquent pour la plupart d'entre eux qu'ils choisiraient, libres de toute contrainte, de s'évader principalement via des **sorties dans le monde réel** (73%), qu'ils trouvent, on l'a vu, plus efficaces pour leur permettre de se libérer. Néanmoins, leur réalité s'y confronte souvent, puisque **seuls 51% indiquent qu'ils réussissent à faire advenir à cette envie d'extériorité dans leur quotidien**. 49% confient avoir plus souvent l'occasion de s'évader dans des mondes virtuels ou fictionnels (films, jeux vidéo).

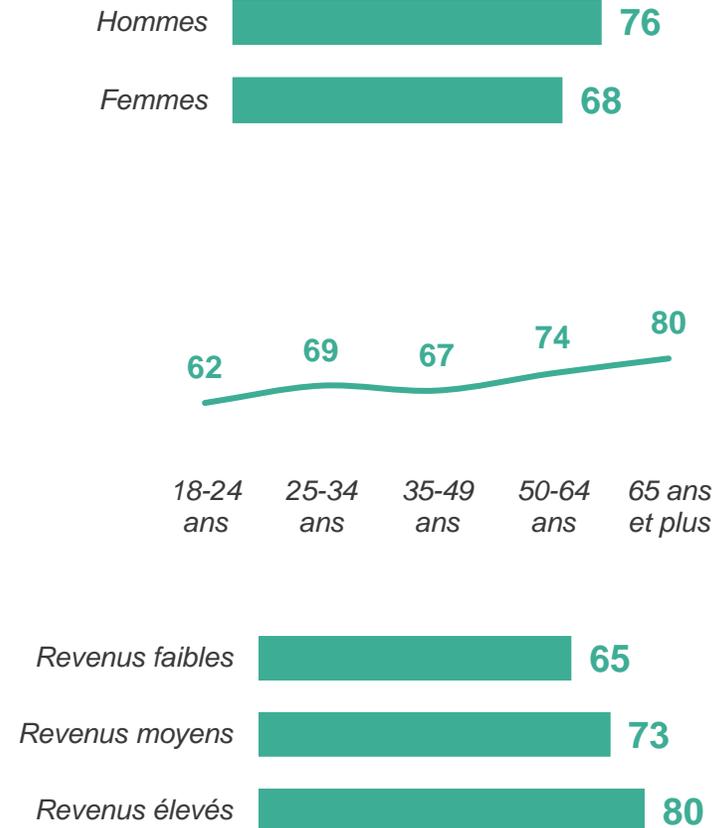
## 7 Français sur 10 indiquent parvenir à se couper de leur quotidien facilement. Une capacité d'évasion dont les femmes, ainsi que les personnes les plus modestes, témoignent moins souvent que les autres

Dans votre vie actuelle, est-il facile ou difficile pour vous de vous évader, de couper avec votre quotidien ?

- À tous, en % -



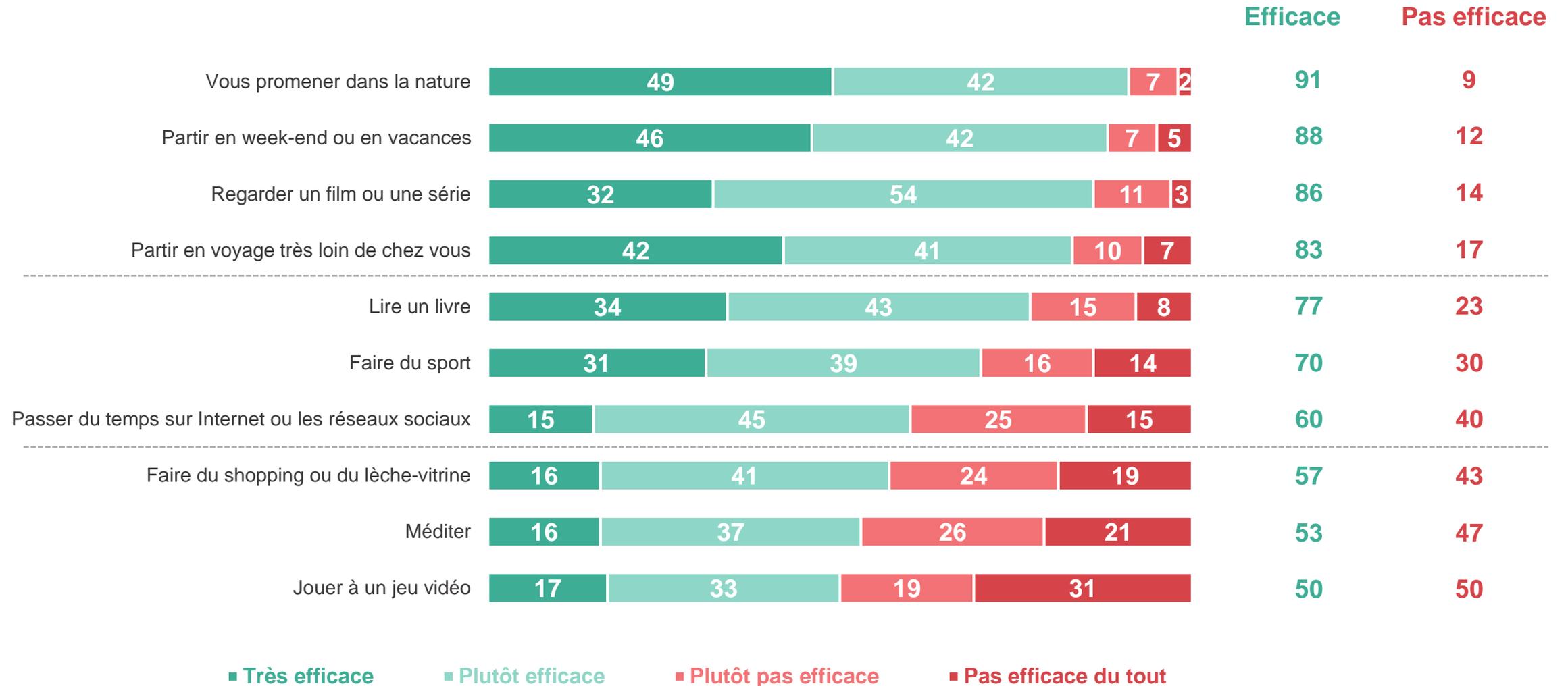
### % de réponses « Facile »



# Pour s'évader, les Français estiment que les escapades et déplacements physiques (promenades dans la nature, week-ends ou vacances...) sont les solutions les plus efficaces. Néanmoins, ils sont également sensibles au potentiel de la fiction (film, série ou livre) pour s'évader intérieurement

Chacune de ces activités est-elle efficace ou non pour vous permettre de vous évader ?

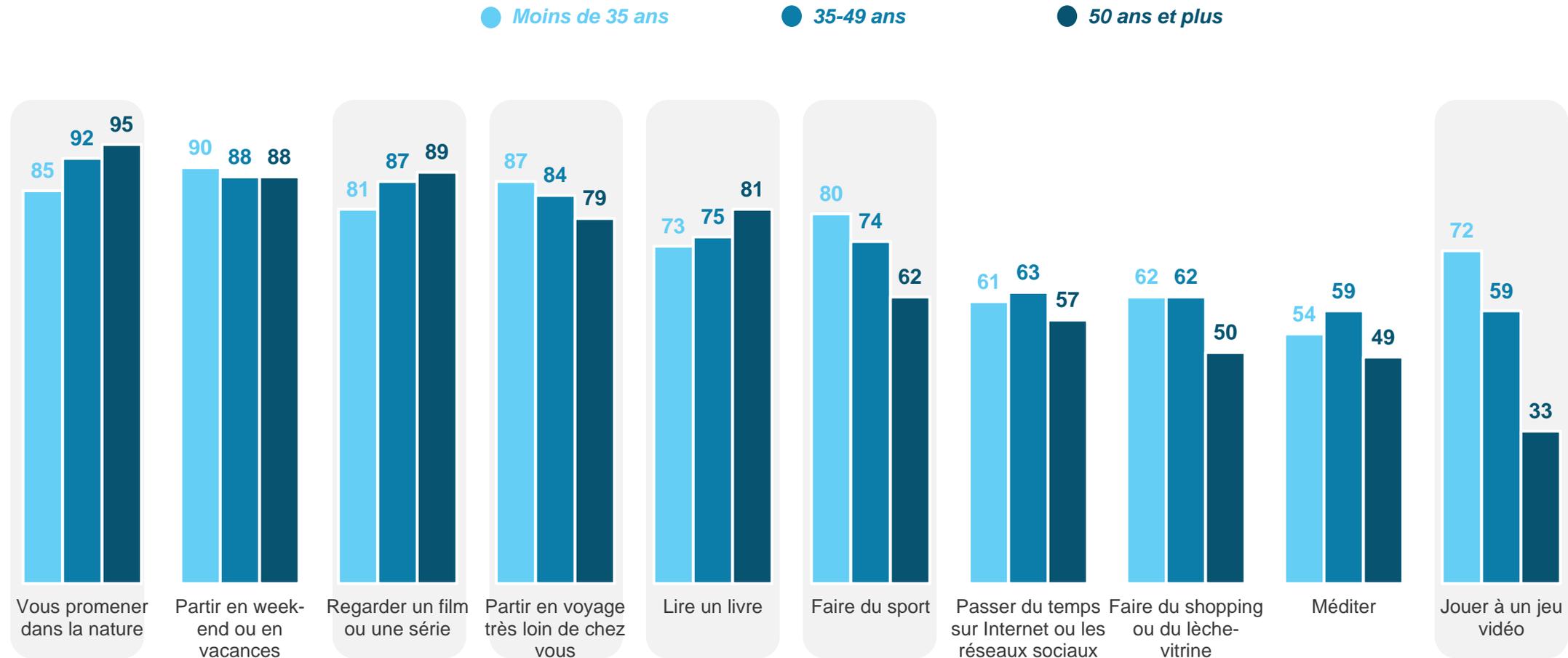
- À tous, en % -



# Si les escapades courtes mettent d'accord toutes les générations, les plus âgés sont davantage sensibles aux bénéfices du contact de la nature et de la lecture, tandis que les plus jeunes mettent plutôt l'accent sur les voyages lointains, le sport ou encore les jeux vidéo

Chacune de ces activités est-elle efficace ou non pour vous permettre de vous évader ?

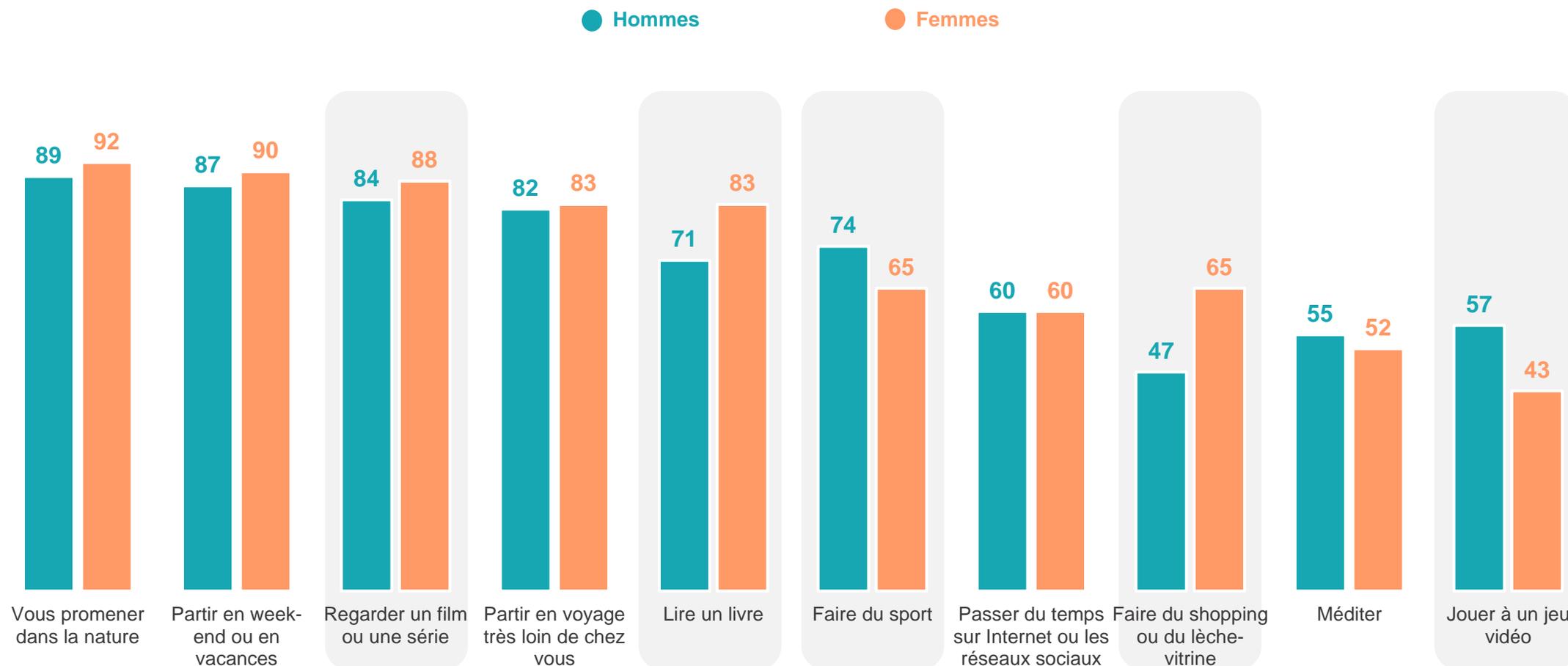
- À tous, en % de réponses « Efficace » -



## Femmes et hommes ne témoignent pas toujours des mêmes stratégies d'évasion : celles-ci comptent davantage sur le recours à la fiction (livres, films) ou le shopping tandis que ceux-là mettent plutôt l'accent sur l'efficacité du sport et des jeux vidéo

Chacune de ces activités est-elle efficace ou non pour vous permettre de vous évader ?

- À tous, en % de réponses « Efficace » -



# Concernant leurs envies d'évasion, les Français témoignent d'un véritable écart entre leurs idéaux, qui se portent plutôt sur des expériences dans le réel, et leur réalité quotidienne, où l'évasion leur est donnée bien plus souvent par la fiction et le virtuel

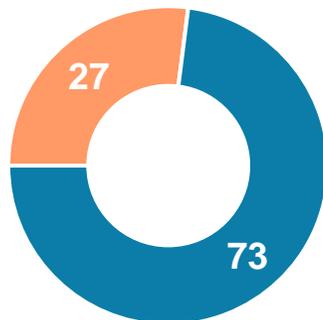
Dans l'idéal, dans votre temps libre, entre ces deux options, vous préférez plutôt...?

Et en réalité, dans votre temps libre, entre ces deux options, il vous arrive le plus souvent de... ?

- À tous, en % -

## Loisirs dans l'idéal

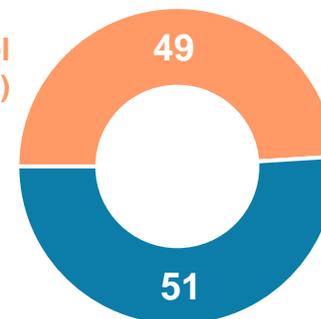
**Vous évader dans le virtuel**  
(film, livre, jeu vidéo, etc.)



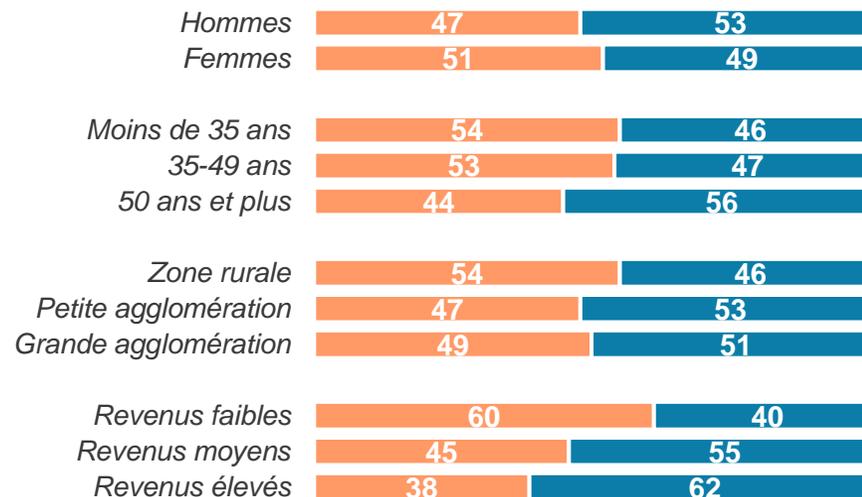
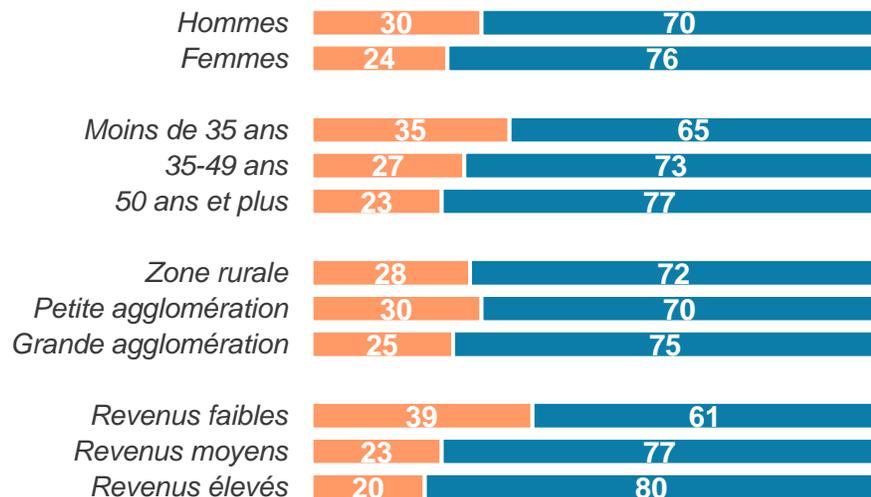
**Vous évader dans le réel**  
(voyage, découverte d'un nouvel endroit, promenade, etc.)

## Loisirs dans la réalité

**Vous évader dans le virtuel**  
(film, livre, jeu vidéo, etc.)



**Vous évader dans le réel**  
(voyage, découverte d'un nouvel endroit, promenade, etc.)





### III. *Home, sweet home* : des Français plutôt casaniers

- Passer une journée sans sortir de chez soi, le cauchemar des Français après les confinements successifs ? Loin s'en faut. D'une part, **plus de 9 Français sur 10 indiquent que cela peut leur arriver**, dont 1 sur 2 affirment le faire souvent. Une habitude qui traverse l'ensemble des territoires, même si elle se fait plus fréquente chez les habitants de zones rurales, et, dans une moindre mesure, chez les femmes. D'autre part, **plus des ¾ des Français (76%) indiquent même qu'ils apprécient le fait de ne pas sortir de chez eux pendant toute une journée**, dont ¼ affirment que cela leur plaît « beaucoup ». Ce goût de l'intérieur traverse les différentes populations, les hommes comme les femmes, les jeunes comme les plus âgés.
- Appréciant plutôt l'idée de passer une journée sans sortir de chez eux, une majorité de Français est satisfaite de l'équilibre entre l'intérieur et l'extérieur dans sa vie quotidienne, puisque **54% estiment ne passer ni trop, ni pas assez de temps chez eux**. Néanmoins, près d'1/3 (29%), peut-être dans l'auto-critique d'une tendance un peu casanière, estiment passer **trop de temps chez eux**. Un sentiment plus fréquent chez les jeunes et les habitants de grandes agglomérations.
- Lorsqu'on les interroge sur leur choix idéal entre rester chez soi et sortir, les Français se montrent assez divisés sur leur préférence, mais **une majorité d'entre eux (56%) indiquent choisir le cocooning au détriment de la sortie**. Et ils sont 70% à indiquer, dans les faits, rester le plus souvent chez eux dans leur temps libre : on observe donc un **léger écart entre l'idéal et la réalité perçue**, mais ce différentiel n'est pas si marqué qu'on pourrait le croire. Là encore, hommes et femmes témoignent de réalités un peu différentes : elles restent plus souvent dans le cocooning, sans pour autant le souhaiter beaucoup davantage dans l'absolu.

# Plus de 9 Français sur 10 déclarent qu'il leur arrive de passer toute une journée sans sortir de chez eux. Pour 1 personne sur 2, c'est même quelque chose de régulier, en particulier parmi les personnes habitant en zone rurale

Pour vous, passer toute une journée sans sortir de chez soi, c'est... ?

- À tous, en % -

## Quelque chose que vous faites souvent

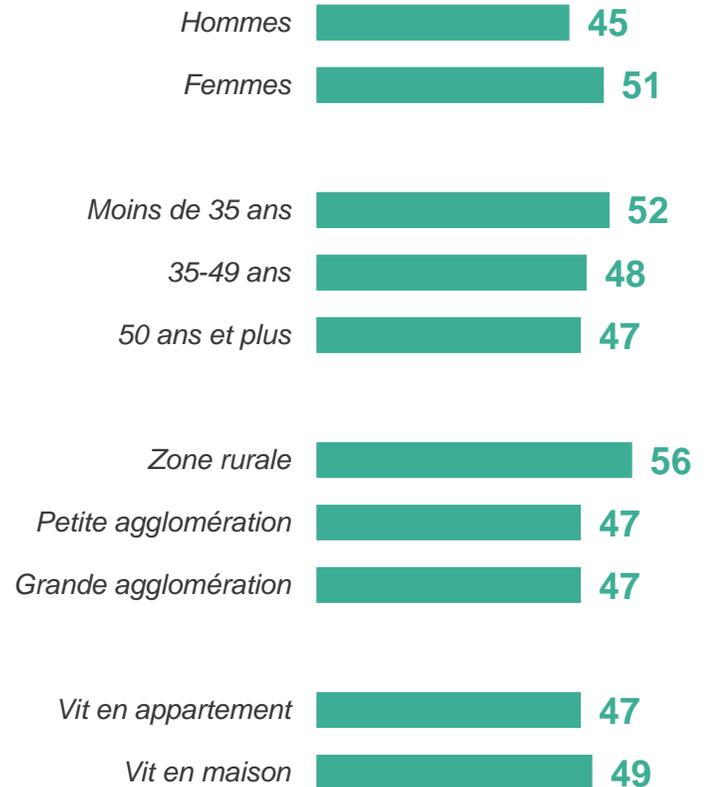


Quelque chose que vous ne faites jamais, vous avez toujours quelque chose à faire à l'extérieur

Quelque chose qu'il vous arrive de faire de temps en temps

**92%** des Français indiquent qu'il leur arrive au moins de temps en temps de passer toute une journée sans sortir de chez eux

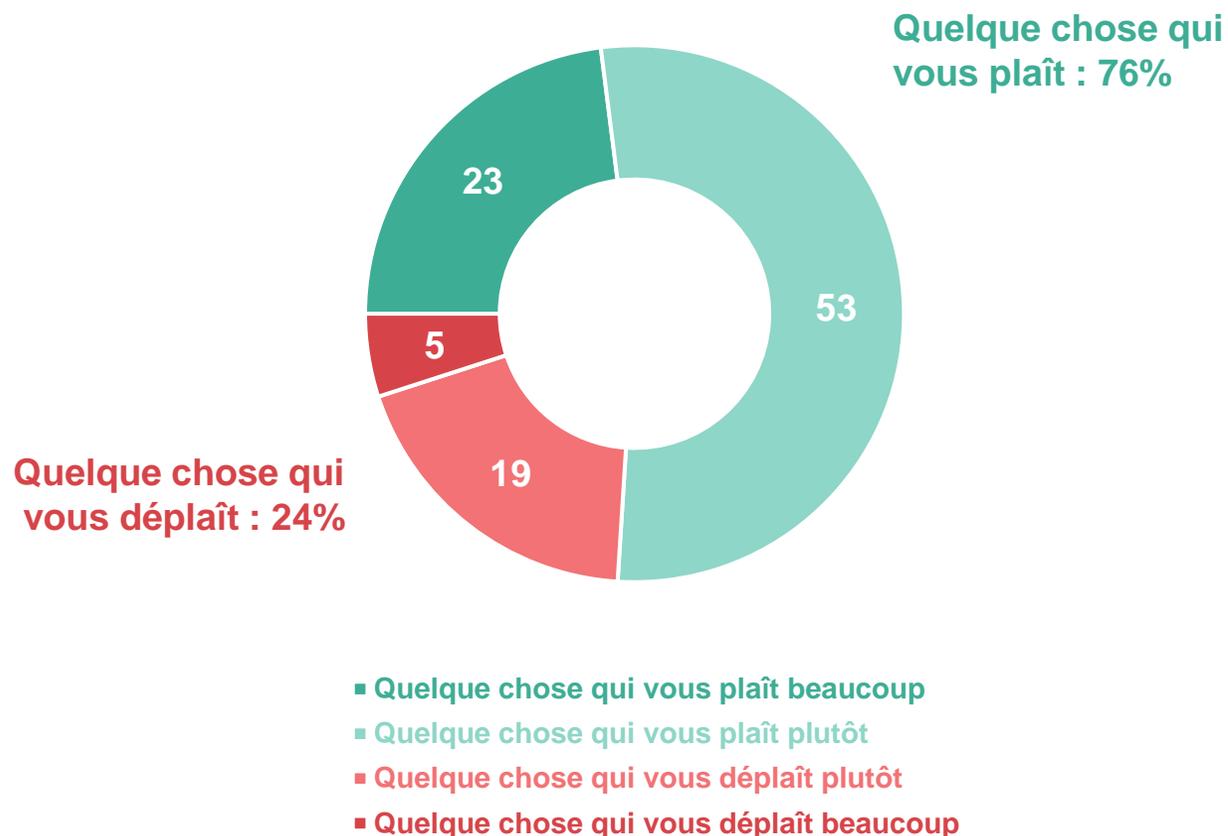
## % Quelque chose que vous faites souvent



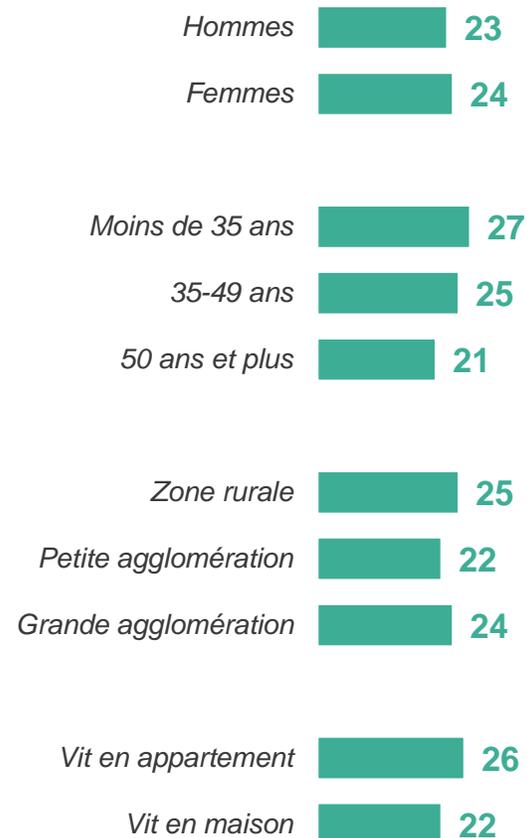
# Passer une journée complète chez soi n'a rien de déplaisant pour la majorité des Français (76%). Près d'1/4 affirment même que cela leur plaît beaucoup, y compris chez les jeunes générations et les habitants de grandes agglomérations

Pour vous, passer toute une journée sans sortir de chez soi, c'est... ?

- À tous, en % -



## % Quelque chose qui vous plaît beaucoup

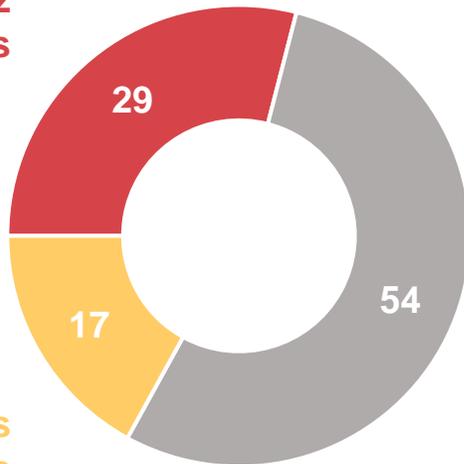


# Si la majorité des Français se satisfont de l'équilibre entre le temps passé chez eux et celui qu'ils passent à l'extérieur, et quoique la plupart indiquent aimer rester chez eux, 1/3 déplore des tendances parfois un peu trop casanières (29%)

Aujourd'hui, trouvez-vous que vous passez... ?

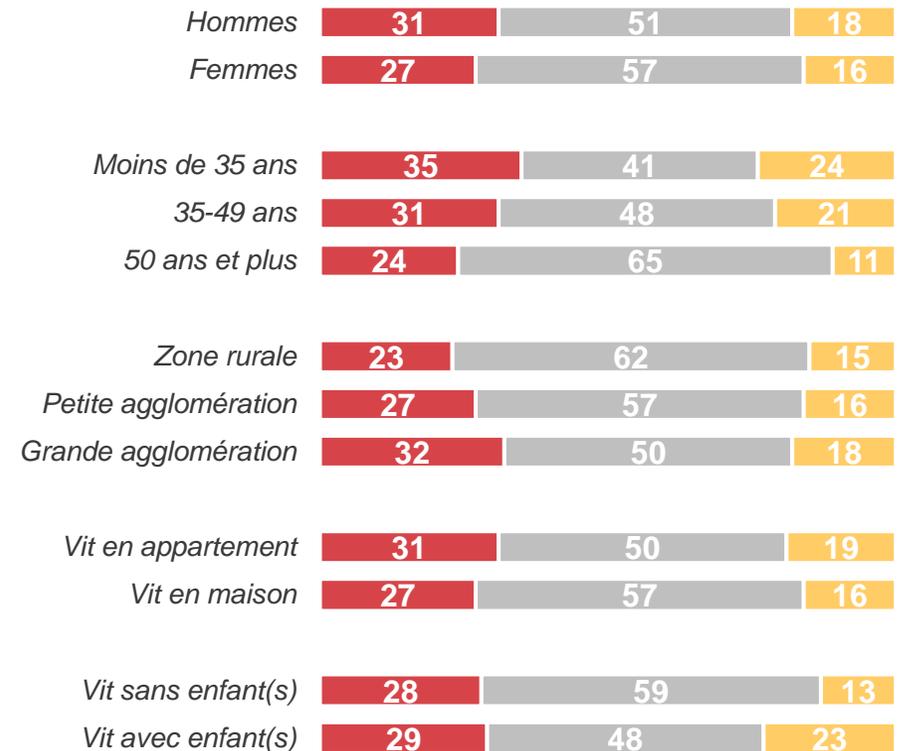
- À tous, en % -

Trop de temps chez vous



Ni trop, ni pas assez de temps chez vous

Pas assez de temps chez vous



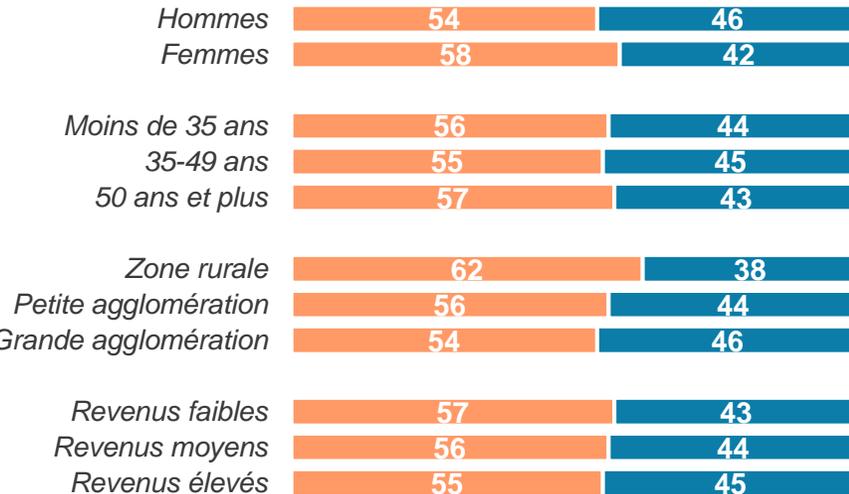
# Les loisirs des Français correspondent-ils à leurs aspirations profondes ? Il semble que oui, au moins en partie, concernant leurs envies de sorties : dans l'idéal, ils montrent une légère préférence pour le cocooning, au détriment des sorties. Et dans la réalité quotidienne, ils sont en effet plus nombreux à indiquer passer du temps chez eux plutôt que de sortir

Dans l'idéal, dans votre temps libre, entre ces deux options, vous préférez plutôt... ?

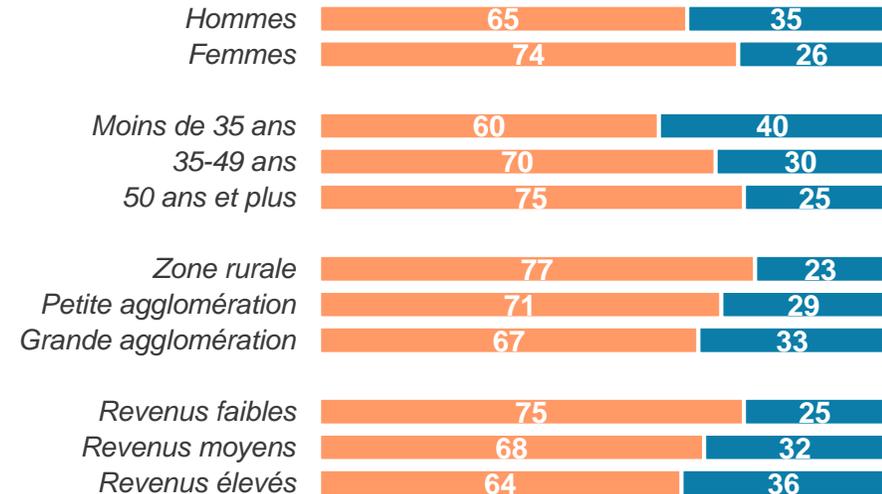
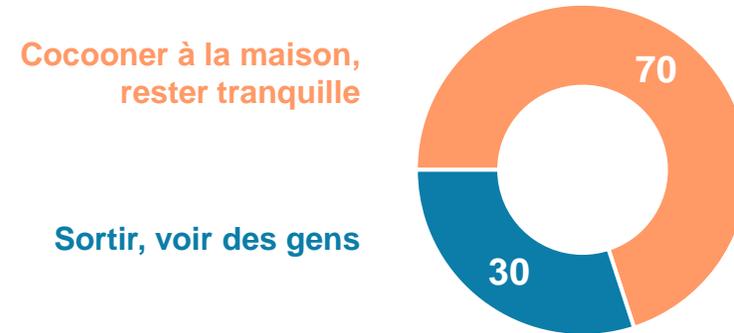
Et en réalité, dans votre temps libre, entre ces deux options, il vous arrive le plus souvent de... ?

- À tous, en % -

### Loisirs dans l'idéal



### Loisirs dans la réalité





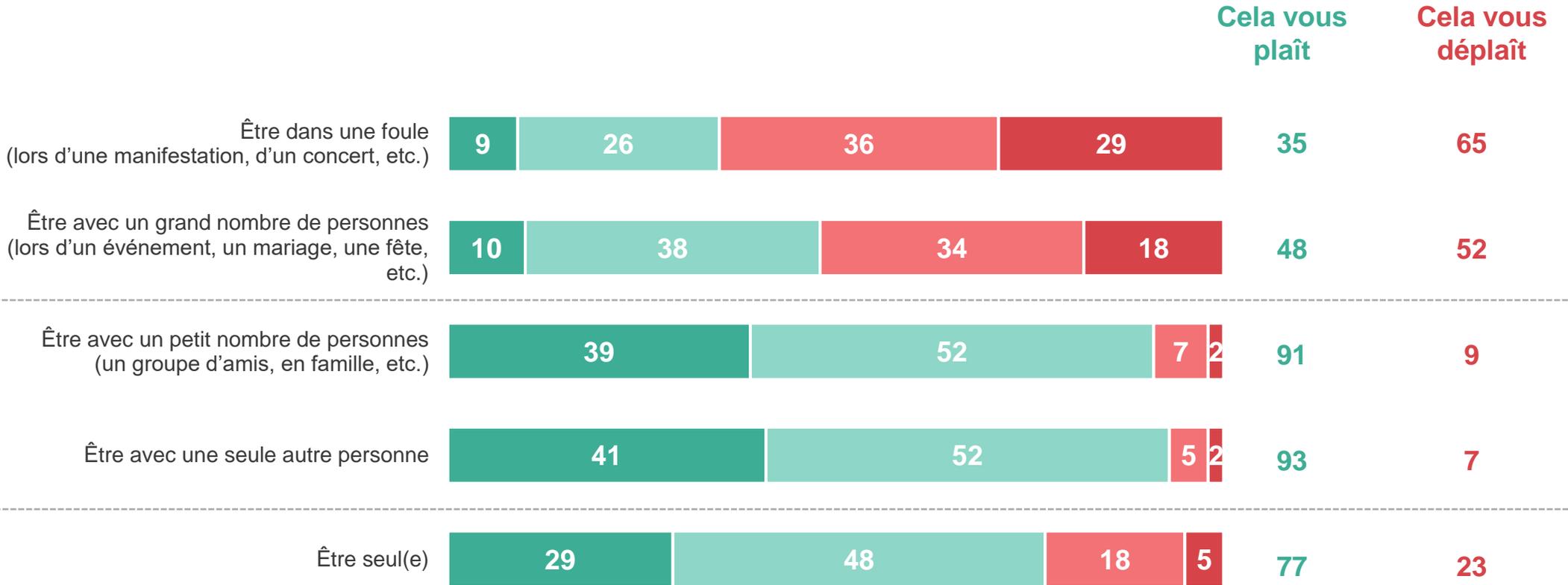
## IV. Le goût de la foule, en déclin ?

- Sociables, les Français préfèrent généralement la **compagnie des autres** à la solitude. Mais pas n'importe quel type de compagnie : ils préfèrent les **petits comités** (91%) ou les **échanges à deux** (93%) aux grands rassemblements (48%) et à la foule (35%), qui ne sont appréciés que d'une minorité. La **solitude**, elle, occupe une place intermédiaire, 77% des Français déclarant l'apprécier. Ce goût pour la solitude touche indifféremment les jeunes et les plus âgés.
- Nombreux sont les Français qui ont le sentiment que la pandémie a **porté atteinte à leur goût pour les autres**, au moins en ce qui concerne les grands rassemblements. Ainsi, 39% indiquent avoir moins de plaisir à se trouver dans des grands événements (mariages, etc.) qu'avant la pandémie, et 43% affirment que faire partie d'une foule leur plaît moins qu'avant. Respectivement, seuls 18% et 14% rapportent au contraire y trouver plus de plaisir qu'avant.
- Cette perte d'intérêt pour les rassemblements de grande ampleur, lorsqu'elle est ressentie, est la plupart du temps perçue comme **transitoire** (73%) et non définitive. 54% pensent que leur goût pour ces événements va revenir à la normale à moyen terme.

# Une très large majorité de Français indique apprécier la compagnie d'une personne ou d'un petit groupe de personnes. À l'inverse, faire partie d'une foule ne plaît qu'à une minorité et les grandes réceptions divisent... Quant à la solitude, elle est appréciée de plus des ¾ de la population

D'une manière générale, est-ce que cela vous plaît ou vous déplaît d'être dans chacune de ces situations ?

- À tous, en % -

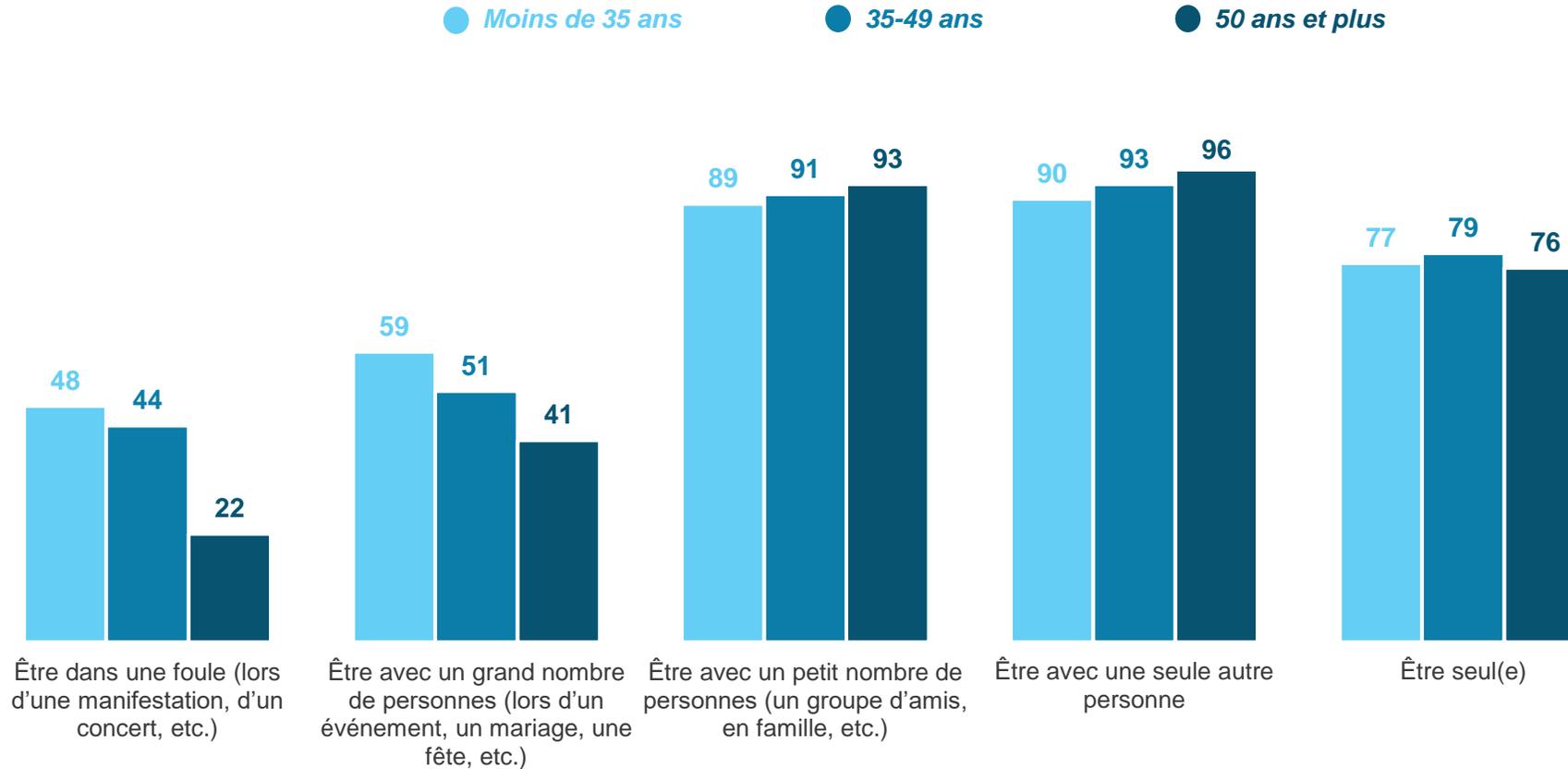


■ Cela vous plaît beaucoup ■ Cela vous plaît plutôt ■ Cela vous déplaît plutôt ■ Cela vous déplaît beaucoup

# Si les plus jeunes sont moins réticents à la foule et aux événements de grande ampleur, ils semblent apprécier autant la solitude que leurs aînés

D'une manière générale, est-ce que cela vous plaît ou vous déplaît d'être dans chacune de ces situations ?

- À tous, en % de réponses « **Cela vous plaît** » -



## Depuis la pandémie, les Français ont souvent le sentiment de trouver plus de plaisir à la compagnie des autres, à condition d'être peu nombreux. En effet, le goût de la foule et des grands événements semble plutôt s'être atténué

Et depuis la pandémie, pour chacune de ces situations, avez-vous le sentiment d'y trouver davantage ou au contraire moins de plaisir qu'avant ?

- À tous, en % -



Être dans une foule  
(lors d'une manifestation, d'un concert, etc.)



Être avec un grand nombre de personnes  
(lors d'un événement, un mariage, une fête, etc.)



Être avec un petit nombre de personnes  
(un groupe d'amis, en famille, etc.)



Être avec une seule autre personne



Être seul(e)



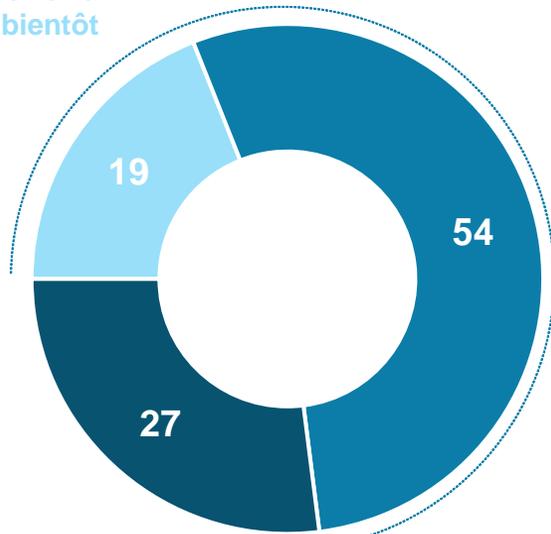
- Vous y trouvez davantage de plaisir qu'avant la pandémie
- Vous n'y trouvez ni plus, ni moins de plaisir qu'avant la pandémie
- Vous y trouvez moins de plaisir qu'avant la pandémie

# Chez ceux qui ont moins de plaisir à être entourés d'un grand nombre de personnes, la plupart pensent qu'il s'agit d'un rejet passager, et qu'ils vont revenir à la normale à court ou moyen terme

Vous avez indiqué que vous trouviez moins de plaisir qu'avant la pandémie à être dans une foule / être avec un grand nombre de personnes. Personnellement, estimez-vous que... ?

- À ceux qui ont indiqué avoir moins de plaisir à être dans une foule ou avec une grand nombre de personnes, en % -

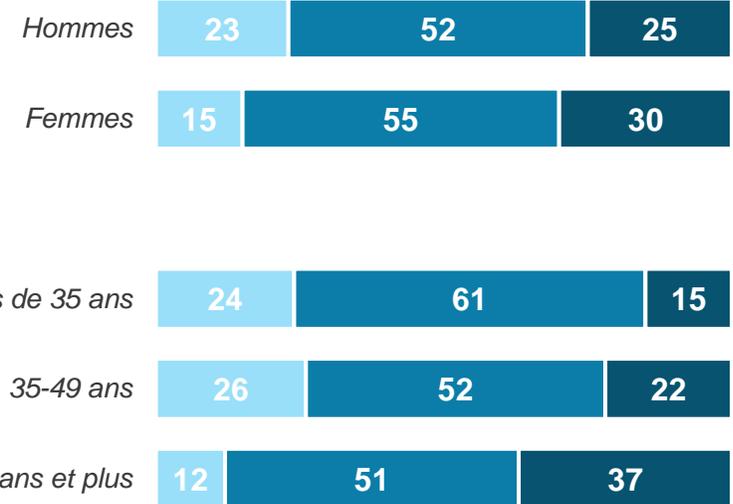
C'est seulement passager,  
votre plaisir à le faire va  
sûrement revenir bientôt



C'est une question de moyen terme, votre plaisir reviendra, mais vous avez encore besoin de temps pour retrouver ces habitudes

C'est définitif : vous ne pensez pas pouvoir retrouver le même plaisir qu'auparavant à vous trouver dans cette/ces situations

73% pensent que leur goût des grands rassemblements de personnes va revenir à la normale après un certain temps



# Contacts

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

---

Suivez l'actualité de Harris Interactive sur :



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



[Facebook](#)



[Twitter](#)



[LinkedIn](#)

---

## Contacts Harris Interactive en France :

- Jean-Daniel Lévy – Directeur délégué – Stratégies politiques et d'opinion – 01 44 87 60 66 – [jdlevy@harrisinteractive.fr](mailto:jdlevy@harrisinteractive.fr)