



Présentation de l'indicateur du bien-être numérique

Chez Snap Inc., rien ne compte plus que la sécurité et le bien-être de notre communauté Snapchat. Nous avons mis en place des politiques et des règles qui expliquent en détail le type de contenu et de comportement que nous acceptons sur Snapchat, et nous veillons à ce qu'elles soient appliquées en toutes circonstances. Nous mettons à la disposition des Snapchatters des outils et des ressources qui les aident à assurer leur sécurité. Nous collaborons également avec d'autres entreprises de notre secteur et de l'écosystème des technologies afin de mettre l'accent sur la protection des adolescents et des jeunes.

En 2022, nous avons mené des recherches sur le bien-être numérique de la génération Z pour en savoir plus sur les habitudes en ligne des adolescents et des jeunes adultes, notamment à la sortie de la pandémie de COVID-19. Fondée sur plus de 40 ans de recherches sur le bien-être subjectif en milieu numérique, cette étude nous a permis d'obtenir un indicateur de bien-être numérique (Digital Well-Being Index en anglais, ou DWBI) qui mesure le bien-être psychologique en ligne de la génération Z.

Nous avons interrogé des adolescents (de 13 à 17 ans), de jeunes adultes (de 18 à 24 ans) et des parents d'adolescents de 13 à 19 ans, tous originaires de six pays différents : Allemagne, Australie, États-Unis, France, Inde et Royaume-Uni. Grâce à leurs réponses à plusieurs questions comportementales, notamment sur leur exposition à divers risques en ligne, nous avons pu établir un DWBI propre à chaque pays ainsi qu'un score combiné pour les six territoires. Les recherches ont commencé le 22 avril 2022 et se sont terminées le 10 mai 2022.

Scores du DWBI 2022

Pour cette première édition, l'indicateur de bien-être numérique s'élève à 62 pour l'ensemble des six pays. Ce score, proche de la moyenne sur une échelle de 0 à 100, n'est ni favorable ni inquiétant. À l'échelle de chaque pays, c'est l'Inde qui présente le DWBI le plus élevé avec un score de 68, contre 60 pour la France et l'Allemagne qui n'atteignent donc pas la moyenne générale. En Australie et aux États-Unis, les scores s'élèvent respectivement à 63 et 64, encadrant le Royaume-Uni qui arrive pile dans la moyenne de 62.

L'indicateur s'appuie sur le modèle ÉÉRÉS, lui-même inspiré d'une méthode de recherche établie. Ce modèle analyse 20 affirmations liées aux sentiments dans 5 catégories : **É**motion positive, **E**ngagement, **R**elations, **É**motion négative et **S**uccès. Les répondants ont indiqué le degré auquel ils étaient d'accord avec chacune des 20 affirmations, en prenant en compte toutes leurs expériences vécues en ligne au cours des mois précédents, tous appareils confondus. Ci-dessous, un exemple illustre chacune des 5 catégories. Pour consulter l'ensemble des 20 affirmations, cliquez sur [ce lien](#).

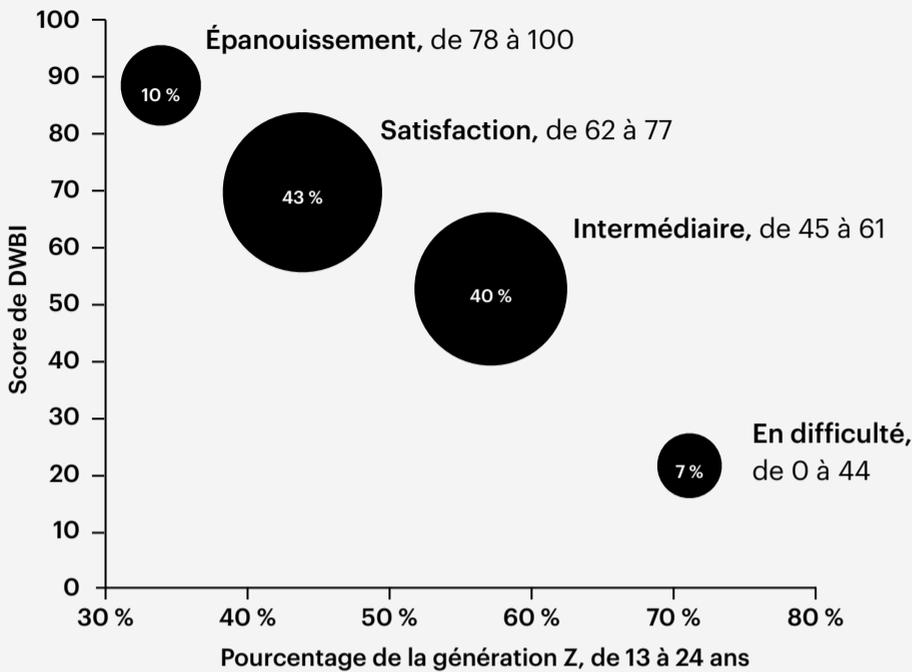
Rôle des réseaux sociaux

Chaque répondant s'est vu attribuer un score de DWBI basé sur ces 20 affirmations liées aux sentiments. Les scores ont ensuite été répartis dans 4 groupes : Épanouissement (10 %), Satisfaction (43 %), Intermédiaire (40 %) et En difficulté (7 %). (Voir la page suivante pour plus de détails.)

Catégorie de l'indicateur	Exemple d'affirmation liée à un sentiment
Émotion positive	Je ressens souvent de la joie.
Engagement	Quand je suis en ligne, mes activités occupent toute mon attention.
Relations	Certaines de mes connaissances en ligne font partie de mes proches.
Émotion négative	J'ai peur de ce que les autres pourraient dire de moi en ligne.
Succès	J'ai l'occasion de développer mes compétences et capacités.



Taille des groupes et fourchette des scores pour le DWBI



Base : génération Z, N = 6 002

Groupe de bien-être numérique	Description
Épanouissement (très élevé)	Expérience très positive, uniquement des notes élevées
Satisfaction (élevé)	Toutes les dimensions dans les deux catégories les plus élevées, expériences globalement très positives sans l'être toutes
Intermédiaire (moyen)	Évaluations en milieu de fourchette, notes à la fois élevées et basses, expérience mitigée
En difficulté (bas)	Notes basses (entre 1 et 3) dans toutes les dimensions, expériences et événements négatifs récurrents

Q5 : Le cas échéant, lesquelles des expériences suivantes avez-vous personnellement vécues EN LIGNE au cours des trois derniers mois, tous appareils numériques confondus ? Sélectionnez toutes les réponses qui s'appliquent.

Sans surprise, les recherches montrent que les réseaux sociaux jouent un rôle central dans le bien-être de la génération Z. En effet, plus des trois quarts (78 %) des répondants affirment que les réseaux sociaux ont une influence positive sur leur qualité de vie, un sentiment davantage partagé par les adolescents (84 %) et le groupe masculin (81 %) que par les jeunes adultes (71 %) et le groupe féminin (75 %). L'approbation des parents (73 %) quant aux effets positifs des réseaux sociaux dépasse légèrement celle des adultes de la génération Z.

Au sein du groupe Épanouissement, les répondants considèrent que les réseaux sociaux ont une influence positive sur leur vie (95 %), ce qui est moins le cas pour ceux du groupe En difficulté (43 %). Concernant l'affirmation « Je ne peux pas me passer des réseaux sociaux », plus d'un tiers (36 %) des répondants du groupe Épanouissement se sont montrés d'accord, contre seulement 18 % de ceux du groupe En difficulté. Ces pourcentages reflètent ceux de l'affirmation inverse, « Le monde se porterait mieux sans les réseaux sociaux » (Épanouissement : 22 %, En difficulté : 33 %).

Autres résultats clés

Nos recherches sur le bien-être numérique ont révélé d'autres informations intéressantes. Quelques-uns des points clés sont mentionnés ci-dessous. Pour consulter le rapport entier, [cliquez ici](#).

- Le bien-être numérique dépend plus de la nature et de la qualité des interactions en ligne que du temps passé sur les réseaux sociaux.
- Plus les risques s'éloignent de la « normalité » (comme l'usurpation d'identité ou la désinformation) pour cibler une personne en particulier (comme le harcèlement ou les risques d'ordre sexuel), plus le lien avec le bien-être numérique se renforce.
- De manière générale, les parents sont conscients du bien-être numérique de leurs adolescents. Les adolescents qui ont régulièrement l'occasion de se confier à leurs parents sur leurs activités en ligne et sociales présentent même un bien-être numérique plus élevé et inspirent davantage confiance à leurs parents. À l'inverse, le sous-ensemble de parents qui n'ont pas régulièrement invité leurs adolescents à se confier sur leurs expériences en ligne a fortement sous-estimé l'exposition des enfants aux risques (de près de 20 points de pourcentage).
- Comme on peut s'y attendre, les jeunes de la génération Z qui bénéficient de vastes réseaux d'assistance ont plus de chances d'appartenir aux catégories Épanouissement ou Satisfaction quant à leurs activités en ligne, alors que ceux dont les ressources d'assistance se font plus rares ont davantage tendance à rentrer dans les groupes En difficulté ou Intermédiaire. Ces ressources d'assistance désignent un large éventail de personnes dans l'entourage de l'adolescent ou du jeune adulte, qui l'écourent ou qui croient en sa réussite. Il peut s'agir de parents, de tuteurs, d'enseignants ou d'autres adultes et amis de confiance.