



## **Réseaux sociaux : les ados sont moins accros qu'on ne le pense, révèle un sondage sur leur rapport aux écrans**

29 août 2025

[Réseaux sociaux : les ados sont moins accros qu'on ne le pense, révèle un sondage sur leur rapport aux écrans - ladepeche.fr](https://www.ladepeche.fr)

Contrairement aux idées reçues, les adolescents ne sont pas complètement dépendants des réseaux sociaux. Selon un sondage réalisé par Odoxa pour Acadomia, publié par Le Parisien, ils se montrent plutôt conscients des risques et ouverts à l'idée de réguler leur usage.

Ainsi, 76 % accepteraient de supprimer une application qui leur cause de l'anxiété et plus d'un sur deux limiterait son temps d'écran à une heure quotidienne. Les lycéens, plus connectés que les collégiens, apparaissent toutefois moins disposés à ces efforts.

Les parents en faveur de règles plus strictes

Les parents, eux, se prononcent massivement pour des règles plus strictes : 79 % soutiennent l'interdiction des réseaux avant 15 ans. Fait notable, 67 % des jeunes jugent cette mesure légitime.

Les dangers sont bien identifiés : près d'un ado sur deux avoue s'être déjà senti mal en se comparant aux autres, et 18 % disent avoir subi du harcèlement en ligne. Les filles sont plus touchées, mais la conscience des risques est largement partagée.

Enfin, si 78 % des parents affirment être prêts à réduire leur propre temps d'écran, seul un tiers pense pouvoir le faire sans difficulté.