

DAVID DUHAMEL

COUPLES, ENGAGEMENT, ENFANT :

QUELLES ÉVOLUTIONS
POUR LA **GÉNÉRATION Z** ?
QUELLES RÉPONSES
POUR **DEMAIN** ?

A PROPOS



Dynamiques Familiales est un centre d'études et de réflexion indépendant destiné à **comprendre les familles et leurs évolutions en vue d'éclairer les décideurs** publics et privés.

dynamiques-familiales.com

Etudes déjà publiées :

- *Novembre 2025, Familles & Municipales : attentes, priorités et propositions.*
- *Mars 2026, Regards croisés pour une meilleure conciliation vie familiale/vie professionnelle des mères.*
- *Mars 2026, étude comparative des programmes famille & natalité des candidats aux Municipales.*
- *Mai 2026, Le triomphe des animaux de compagnie : phénomène de société ou symptôme d'une crise familiale plus profonde ?*

P.4 INTRODUCTION

P.12 LA DÉTÉRIORATION DES RAPPORTS HOMMES/FEMMES AU CŒUR DE LA BAISSÉ À VENIR, TANT DE LA FÉCONDITÉ QUE DE LA MISE EN COUPLE

P.13 Le coût d'avoir un enfant ne cesse d'augmenter

P.17 La crise du couple... hétérosexuel

P.23 La guerre de Sexcession

P.30 La force du mimétisme

P.33 LE RÔLE DE LA TECHNOLOGIE

P.34 L'écosystème numérique et l'économie de l'attention

P.41 L'intelligence artificielle et l'économie de l'intimité

P.46 LA GÉNÉRATION ANXIEUSE

P.46 Le Covid et la solitude

P.50 Une poly-inquiétude ?

P.51 Tu m'étonnes !

P.53 Weltschmerz

P.54 CONCLUSION

P.57 BIBLIOGRAPHIE



INTRODUCTION

« J'avais vingt ans. Je ne laisserai personne dire que c'est le plus bel âge de la vie. Tout menace de ruine un jeune homme : l'amour, les idées, la perte de sa famille, l'entrée parmi les grandes personnes. Il est dur à apprendre sa partie dans le monde. »¹

Le terme « Gen Z » ou « génération Z » est apparu « naturellement » dans la presse américaine au début des années 2000. Après la Gen X conceptualisée par Douglas Copeland en 1991, puis les Millennials, c'était suivre une pente douce que de nommer Gen Z la génération suivante. Par convention, **je considérerai ici qu'il s'agit des cohortes nées entre 1997 et 2012** tout en reconnaissant que d'autres datations existent. Au sein de la Gen Z, les aînés ont 29 ans et les benjamins 14. Si bien que, vus de 2026, ils constituent ce qu'en d'autres temps on aurait appelé : la jeunesse. Capables d'autonomie et de volonté mais encore très majoritairement en amont des grands choix qui structurent une vie d'adulte, parmi lesquels le plus engageant d'entre eux : la parentalité. En France, en 2026, les femmes ont en moyenne leur premier enfant à 29 ans, autrement dit la Gen Z commence à peine à se poser la question d'avoir ou de ne pas avoir d'enfants.

L'objet de cette étude est d'évaluer dans quelle mesure les évolutions des comportements relationnels, des contraintes économiques et des usages technologiques ont transformé la capacité des jeunes à former des couples, et comment ces mêmes transformations affecteront-elles la fécondité de la génération Z ?

Ce sujet, par essence multi-dimensionnel, exige de commencer par un travail de définition, comme une cartographie liminaire qui irait au-delà de l'homogénéité de façade de la génération Z. Outre une temporalité arbitraire (1997-2012), **la Gen Z a grandi avec l'écosystème numérique et c'est bien le rapport à la technologie qui la distingue de ces devancières** et c'est aussi ce lien « naturel » au monde digital qui la rend si sensible aux évolutions technologiques récentes. Toutefois, avant de l'envisager d'un bloc, il convient d'évoquer les nombreuses fractures qui morcellent la Gen Z en des blocs hétérogènes.

¹ Nizan P. *Aden Arabie*. Paris : Maspero ; 1931. Rééd. La Découverte, 1960 (préface de J.-P. Sartre). Citation p. 11.

Une Gen Z plurielle

Le premier d'entre eux est le temps démographique. Ainsi, la Gen Z des économies avancées n'est pas celle des pays émergents, pour ne rien dire des pays en voie de développement. Entre 2024 et 2026, de nombreuses manifestations dites « de Gen Z » ont eu lieu dans près de vingt pays d'apparence très différents les uns des autres (Bangladesh, Serbie, Nigeria, Kenya, Maroc, Pérou, Timor Oriental, Mongolie, Népal, Togo, Bulgarie, Paraguay etc.) mais qui tous partagent le fait d'avoir une jeunesse nombreuse et sensiblement mieux éduquée que la génération de ses parents². Typiquement le taux d'alphabétisme est passé de 40% à 70% au Bangladesh en 30 ans, ce qui indique que les jeunes savent lire et leurs parents pas toujours³. Les démographes anglo-saxons appellent Youth Bulge (excédent de la jeunesse) cette situation et la corrèle volontiers avec un risque d'émeutes. Le triste destin du printemps arabe nous enseigne à la fois, qu'une jeunesse nombreuse et éduquée est capable de renverser des montagnes, mais aussi que cela ne se traduira pas nécessairement en changement pérenne.

A bien des égards, les révoltes plus récentes, dont certaines ont provoqué la chute de leur gouvernement (Bangladesh, Népal et Madagascar), évoquent mai 68 en France. En mai 68, la génération des boomers est nombreuse (+ de 20% de la population), accède à l'éducation de masse, et pour une part grandissante à l'enseignement supérieur. Cette dynamique correspond à un profil démographique particulier qui n'est pas celui de la France de 2026.

En 2026, la Gen Z française ne représentent que 16,5%⁴ de la population et surtout, et cela sera l'objet des lignes ci-dessous, n'a pas le sentiment d'être puissante mais bien au contraire se conçoit comme l'objet de forces qui la dépassent plutôt que comme acteur de son avenir. C'est de la Gen Z des pays avancés et de France en particulier qu'il sera question ici.

Une autre division interne est parfois mentionnée entre une Gen Z 1.0 et la Gen Z 2.0. On le verra, un résultat essentiel suggéré ici est que la Gen Z est confrontée à la fois à une accélération des changements mais aussi à une augmentation de l'incertitude quant à la nature de ces changements.

² À l'exception de la Serbie et de la Bulgarie.

³ Our World in Data. Available from: <https://ourworldindata.org>

⁴ 16,5% de la population peut sembler proche de 20% en 1968, mais il faut comparer ce chiffre avec le pourcentage des plus de 27 ans. En 68, il y avait 20% de 14-27 ans pour 30% de plus de 27 ans, soit 2 jeunes pour 3 adultes. Aujourd'hui, en utilisant le même calcul, nous avons presque 1 jeune pour trois adultes (1 pour 2.8). Le rapport de force s'est considérablement dégradé pour la jeunesse.

Il semble alors évident que si la société change de plus en plus vite, un intervalle de 16 ans (1997-2012) est trop large et masque de profondes différences entre ceux nés à la fin du siècle dernier et ceux nés après la crise financière. La journaliste Rachel Janfaza proposa dans un tweet (tellement Gen Z) de 2025 une frontière possible. J'en reproduis ici une version simplifiée et francisée.

TABLEAU 1 LES DEUX GEN Z

	Gen Z 1.0 nés entre 1997 et 2003	Gen Z 2.0 nés entre 2004 et 2012
BACCALAURÉAT	Obtenu avant le Covid	Obtenu après le Covid
TECHNOLOGIE	Connaît le flip-phone avant l' iPhone	Ne connaît que le smartphone grandit avec Snapchat et TikTok
ÉVÉNEMENTS FONDATEURS	À l'université avant l'élection de Trump (2016)	Traverse l'adolescence avec Gaza, l'Iran et l'Ukraine.
CONTRE-CULTURE	<div style="display: flex; gap: 5px;"> <div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;">Progressiste</div> <div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;">Environnementaliste</div> <div style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">Conservatrice</div> <div style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">Complotiste</div> </div> <div style="display: flex; gap: 5px; margin-top: 2px;"> <div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;">Décolonialiste</div> <div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;">Féministe</div> <div style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">Masculiniste</div> </div>	

Je me concentrerai sur la Gen Z 1.0 qui entre en âge sociologique d'avoir ses enfants, mais il faut garder à l'esprit que notre époque se caractérise par une succession de mutations rapides, autrement dit ce qui est vrai de la Gen Z 1.0 ne l'est pas nécessairement de Gen Z 2.0.

On verra cependant que les tendances lourdes à la baisse concernant la mise en couple et la volonté de faire famille seront renforcées davantage que fragilisées par ces évolutions mais aussi par la vitesse de leur enchaînement.

Enfin, envisager l'homogénéité de la génération Z favorise une vision en termes de lutte des âges qui masque aussi l'existence en son sein d'une lutte des classes. Certes, les jeunes ont en moyenne un patrimoine et un revenu plus faibles que la génération X ou les seniors, mais nous entrons dans ce que les économistes appellent « la grande transmission », c'est-à-dire le passage d'un patrimoine accumulé considérable par les boomers à leurs enfants et petits-enfants et ce passage ne bénéficiera qu'à une fraction privilégiée de la Gen Z.

L'hiver démographique

De son côté, le changement démographique est à mon sens, avec le changement climatique, le changement le plus massif de notre temps, une modification dont on ne mesure ni l'ampleur ni la rapidité. Nous vivons dans un monde où 70% des pays de la planète ont un taux de fécondité⁵ en dessous du seuil de remplacement nécessaire au renouvellement de la population (2.1).

Débuté en Allemagne, en Italie et au Japon, ce mouvement sous la barre des 2.1 n'est plus l'apanage des pays riches. On fait à peine plus d'enfants en Amérique Latine (1.8) ou en Inde (1.9) qu'en France (1.6). Au niveau mondial, la fécondité s'établissait autour de 6 enfants par femmes depuis la nuit des temps jusqu'aux années 60 (5.3 en 1963). Elle est aujourd'hui de 2.1, et baisse presque partout, avec certains pays durablement en dessous de 1.5, voire de 1 (Corée du Sud, Taiwan). Autrement dit, il ne suffit pas de constater un effondrement de 60% en 60 ans, il faut aussi réaliser que la baisse continue.

D'une certaine manière, le développement démographique a dépassé en trombe le développement économique et nombreux sont les pays qui adoptent des comportements reproductifs de pays riches sans pour autant avoir leurs niveaux économiques et sociaux (PIB par habitant, espérance de vie, mortalité infantile, éducation supérieure etc.).

En France, c'est à la faveur d'un réarmement démographique maladroitement décrété par Emmanuel Macron en janvier 2024 que le public a découvert que la natalité française, longtemps tenue pour exemplaire, rentrait dans le rang européen. En 15 ans, l'ISF français a diminué de 20% (de 2 en 2010 à 1.6 en 2025).

Ces dernières années, les démographes (et des non-démographes dont je suis⁶) ont publié pléthores d'ouvrages et d'articles pour détailler cette trajectoire et alerter sur ses conséquences. Dans l'ensemble, ils s'accordent sur la nature des causes de ce changement.

⁵ Le taux de fécondité, appelé Indice synthétique de fécondité (ISF), est une mesure approximative du nombre d'enfants par femme dans une société donnée à une date donnée. En France, il est de 1,6 en 2025.

⁶ Duhamel D. *Un monde sans enfants*. Paris : Buchet Chastel ; 2024.

La baisse de la fécondité mondiale, entamée en France à la fin du 18^{ème} siècle, est avant tout le fruit d'évolutions positives. En bouquet, la baisse de la mortalité infantile, l'émancipation des femmes, la contraception et l'éducation de masse. Auxquelles s'ajoutent d'autres transformations telles que l'urbanisation, la montée de l'individualisme, la baisse du fait religieux et le passage vers une économie de service.

Un mot doit être dit des conséquences de la crise démographique contemporaine. Une large partie de la population pense que nous sommes trop nombreux sur Terre, et qu'une baisse de la population serait bénéfique. Alors pourquoi serait-ce un problème que la fécondité diminue ?

De manière générale, un pays qui est incapable de renouveler sa population va voir la composition de sa population changer, euphémisme pour dire qu'il va vieillir. Le nombre d'actifs diminue et le nombre d'inactifs, surtout les seniors augmente. Il devient difficile d'avoir de la croissance avec moins de travailleurs. L'économiste Jesus Fernandez-Villaverde⁷ a montré combien la stagnation japonaise depuis trente ans est la conséquence d'une baisse de la population active débutée en 1995, suivie par une baisse de la population tout court (en 2008). **Aujourd'hui, il y a deux morts pour une naissance au Japon.** La hausse de la part relative des seniors (+65 ans) s'accompagne inévitablement d'une hausse du coût des retraites et des dépenses de santé, une tenaille économique dont la France a bien conscience.

Une autre conséquence économique moins connue est le fait qu'une population âgée est moins innovante. Or, dans un contexte de diminution de la main d'œuvre, seule une hausse de la productivité peut amener de la croissance. **En sus des conséquences économiques, un pays âgé comme l'est le Japon (âge médian 50 ans) ou la France (42 ans) risque de devenir une gérontocratie,** c'est-à-dire une société où les plus âgés ont un poids électoral démesuré si bien qu'il devient suicidaire pour un candidat d'aller contre leurs intérêts.

Comment s'étonner, dès lors, qu'aucune politique du logement susceptible d'accroître l'offre et de peser sur les prix de l'immobilier ne soit engagée, alors même qu'elle pourrait réduire la valeur du patrimoine détenu par les propriétaires, parmi lesquels les seniors sont fortement surreprésentés ?

⁷ Fernandez-Villaverde J, Ventura G, Yao W. *The wealth of working nations*. Eur Econ Rev. 2025;173:104962.

Et surtout qu'on se désintéresse du réchauffement climatique ? A contrario, comment ne pas comprendre le désenchantement de la jeunesse face à cette démission collective ?

S'il existe un consensus sur les causes générales de la première transition démographique, celui-ci se fissure lorsqu'il s'agit de discuter des causes de la baisse récente (disons depuis 2010).

L'économie ou la culture ?

Le passage de 2 à 1.6 est-il le fruit de contraintes économiques exacerbées ou d'une évolution culturelle ? Est-ce le coût du logement qui freine les parents putatifs, la difficulté à trouver une place en crèche, ou un équilibre famille/travail satisfaisant ? Ou bien, assistons-nous à une évolution de normes sociétales notamment autour de la question du genre et de la place de la femme ? A la création d'un nouveau script de vie où la parentalité ne s'impose plus aux femmes ? Enfin, quel rôle joue l'émergence de nouvelles technologies, tant dans la transformation des conditions matérielles que dans la mutation culturelle. On le verra, ce rôle s'avèrera massif, particulièrement dans les comportements de la Génération Z.

Pour simplifier, l'ISF baisse-t-il parce que les couples font moins d'enfants (probablement à cause d'un coût économique accru) ou y-a-t-il simplement moins de couples ?

Je tenterai de montrer que ce sont bien les mutations culturelles, souvent influencées par la technologie et toujours gravitant autour de la question cruciale des rapports hommes/femmes qui poussent la fécondité à la baisse. Ce qui ne signifie pas pour autant que le contexte économique est sans importance.

Une autre raison de penser que la cause culturelle est dominante depuis 2010 est simplement de remarquer que les données économiques n'ont pas tant changées. La précarité, la difficulté des modes de garde, le coût du logement n'étaient pas si différents en 2010 qu'aujourd'hui. A l'inverse, #MeToo et les révolutions technologiques successives ont transformé nos cultures et nos modes de vies. Il va cependant de soi que, culture, technologie et économie ne sont pas des mondes hermétiques mais bien au contraire des bulles poreuses aux nombreuses boucles rétro-agissantes.

Réalisant la gravité de la crise démographique j'ai choisi de monter un podcast en 2022 intitulé « Un Monde sans enfants »⁸ suivi d'un livre du même titre en 2024. Il faut cependant garder à l'esprit qu'il s'agit d'un diagnostic mondial et si des pays sont en situation périlleuse, la France est parmi les mieux placés pour y résister. Notre ISF était de 2 en 2010, est encore à 1.6, et notre pays à la chance de pouvoir s'ouvrir à l'immigration s'il le souhaite et à priori notre jeunesse ne rêve pas à d'autres cieux (comme c'est le cas souvent en Europe de l'Est et du Sud).

Dans *Un monde sans enfants* publié en 2024 j'émettais l'hypothèse suivante : « ... non seulement la fécondité va rester en dessous du seuil de remplacement et parfois très en dessous, mais que cette tendance va s'accélérer sous l'effet de deux forces, l'une sociétale et l'autre technologique. À mon sens, le mouvement #MeToo d'une part, et l'ubiquité du smartphone⁹ d'autre part, ont impacté la Gen Z, celle qui entre à peine en âge de procréer, dans des proportions qu'on ne mesure pas encore. ». Il est trop tôt pour dire si les événements m'ont donné raison, mais les deux ans qui nous séparent de ces lignes confortent plus qu'ils n'invalident mon propos.

Des pays précurseurs

Anticiper ce que seront les comportements amoureux et reproductifs des jeunes Français dans les dix prochaines années n'est pas aisé.

A mon sens, il est utile de s'appuyer sur deux groupes de pays qui paraissent comme en avance sur la France si bien qu'à les regarder on sentirait presque le vent qui vient.

Le premier groupe est constitué des pays du Nord-Est de l'Asie, le Japon, la Corée du Sud, la Chine et Taiwan. Avec des ISF respectifs de 1.1, 0.8, 1 et 0.9 ces pays sont dans une crise démographique majeure, ils sont aussi parmi les pays riches et ce n'est sans doute pas une coïncidence, les plus technophiles, les moins heureux¹⁰ et ceux où les relations hommes/femmes sont les plus dégradées.

⁸ Podcast « Un monde sans enfants » [Internet]. Disponible sur : <https://podcast.ausha.co/un-monde-sans-enfants> et sur toutes les plateformes.

⁹ Et j'ajoutai en note de bas de page, « ce à quoi s'ajoutera dans un futur très proche l'usage immodéré de l'intelligence artificielle » Duhamel D, 2024, op. cit., p. 18.

¹⁰ World Happiness Report 2025. Si Taiwan est 25^{ème}, soit 8 places devant la France, le Japon est 55^{ème}, la Corée du Sud 58^{ème} et la Chine 68^{ème}.

L'autre groupe est formé des pays anglo-saxons, USA en tête. Là aussi, ces pays sont précurseurs par rapport à la France en termes d'évolutions technologiques et surtout culturelles (autour du genre, des nouvelles identités, de l'éventuel backlash¹¹ masculiniste).

Sans rien enlever à la spécificité française et aux particularismes de chacun de ces pays, il est possible, en les observant aujourd'hui de discerner certains des changements à venir en France. Si bien que je mobiliserai de nombreuses données étrangères, agissant à mes yeux comme des canaris dans la mine.

Afin de rendre compte des évolutions de la Gen Z en matière de mise en couple et de projet parental, je commencerai dans une première partie par discuter des causes de la baisse à venir en insistant sur le rôle prédominant des changements culturels, particulièrement ceux qui concernent les rapports hommes/femmes **(1. La détérioration des rapports hommes/femmes au cœur de la baisse à venir, tant de la fécondité que de la mise en couple)**. Une seconde partie détaillera le rôle puissant et souvent néfaste des nouvelles technologies, qu'il s'agisse de l'écosystème numérique ou de l'intelligence artificielle (IA) **(2. Le rôle de la technologie)**. Enfin, dans la troisième et dernière partie, j'étudierai l'influence singulière de l'anxiété sur la Gen Z **(3. La génération anxieuse)**.

« J'avais vingt ans. Je ne laisserai personne dire que c'est le plus bel âge de la vie... ». Personne, je crois, ne troquerait nos années 2020 pour les années 30. La jeunesse d'alors avait cependant un avantage par rapport à la Gen Z : il lui était impossible d'ignorer les causes de ses souffrances.

¹¹ Le backlash désigne la réaction violente des mouvements conservateurs et masculinistes face aux progrès des droits des femmes. Ce "retour de bâton" vise aussi bien à stopper les progrès qu'à faire reculer les droits des femmes.

LA DÉTÉRIORATION DES RAPPORTS HOMMES/FEMMES AU COEUR DE LA BAISSÉ À VENIR

Il existe à côté du débat à propos des causes de la baisse actuelle de la fécondité, une autre incertitude concernant la trajectoire. L'ONU publie des projections tous les deux ans dans lesquelles elle suppose que la fécondité des pays à basse fécondité va remonter et se stabiliser à 1.5. Et tous les deux ans, elle fait le constat que la baisse s'est poursuivie et ajuste ses prédictions tout en persistant dans l'idée d'une stabilisation à venir. **D'autres, comme l'économiste Jesus Fernandez-Villaverde pensent au contraire que la Gen Z aura sensiblement moins d'enfants encore, si bien que le pic de population mondiale sera moins haut que les 10.2 milliards prévus par l'ONU en 2024 et plus proche de nous (plutôt dans les années 2050 que 2080).** Il me semble en effet qu'il y a de bonnes raisons de penser que la Gen Z aura une fécondité plus basse que la Gen X ou les Millenials. On observe déjà chez elle une sociabilité appauvrie, une conjugalité diminuée, une sexualité altérée et une nuptialité en baisse. Il ne serait pas surprenant qu'en découle une fécondité amoindrie.

Avant d'énumérer les nombreuses raisons pour lesquelles la Gen Z aura moins d'enfants, je réitère que leur hétérogénéité n'en masque pas moins de profonds effets de rétroaction les unes sur les autres. Dire que la culture prime sur l'économie ou que le changement technologique est ce qui a le plus évolué ces quinze dernières années, est une simplification trompeuse. Ces trois écosystèmes sont poreux et parfois symbiotiques. **Cette première partie s'attache aux causes économiques et culturelles, mais le travail à bas bruit du changement technologique est patent et sera l'objet de la seconde partie.**

La technologie provisoirement mise de côté, il paraît évident que le plus grand changement depuis 2010 est le mouvement #MeToo et que depuis, souffle un vent libérateur, nécessaire mais violent, sur les relations hommes/femmes. Le monde de 2026 offre aux jeunes femmes des opportunités académiques et professionnelles que n'avaient pas leurs mères et auxquelles leurs grands-mères ne pouvaient même rêver.

Il est compréhensible qu'elles soient un brin moins enthousiastes à s'engager dans des institutions familiales profondément patriarcales, c'est-à-dire, pour elles, défavorables. **Toutefois, avant de discuter du fossé qui séparent les aspirations des jeunes hommes et des jeunes femmes, un mot doit être dit des contraintes économiques pesant sur ceux qui s'engagent dans l'aventure de la parentalité.**

LE COÛT D'AVOIR UN ENFANT NE CESSE D'AUGMENTER

Entre 1990 et 2025, tous les coûts associés à la parentalité ont augmenté davantage que le pouvoir d'achat du Français moyen et ceux d'une vie sans enfant ont diminué. Un économiste dirait : le coût réel d'avoir un enfant a augmenté, son coût relatif et son coût d'opportunité aussi. Le tableau ci-après illustre cette situation.

Hausse du coût réel








Le premier poste budgétaire associé à la parentalité est le logement. Or si le revenu réel Français a augmenté de près de 45%¹² entre 1970 et 2025, son pouvoir d'achat immobilier a été en moyenne divisé par deux. **L'achat immobilier moyen nécessitait trois ans de revenu en 1970 et six ans en 2025.**

Aujourd'hui, il n'existe quasiment plus de jeunes couples primo-accédants à la propriété sans l'aide d'un apport parental et bien souvent, le travail seul ne permet plus d'accéder à la propriété. La colonne suivante trace le coût de l'éducation qui est resté remarquablement stable en France. C'est une exception, car dans bien des pays le poste éducatif est devenu hypertrophié. Une telle inflation éducative mène dans ses pays précurseurs à une course à l'armement académique qui limite le nombre d'enfant par famille et fait peser sur les enfants une pression considérable.





Incontestablement les coûts financiers accrus liés à la parentalité freinent la fécondité et impacteront massivement la Gen Z. Néanmoins, la corrélation entre coût du logement et fécondité est plus serpentine qu'on ne croît.

¹² PIB par habitant réel en parité de pouvoir d'achat. Cf. Gapminder [Internet]. <https://www.gapminder.org>

TABLEAU 2 LES DIFFÉRENTS COÛTS ASSOCIÉS À LA PARENTALITÉ ONT TOUS AUGMENTÉ

	 Logement	 Education	 Loisirs*	Temps maternel (parenting) 
1970	~3x	~2 %	~18 %	~8h/sem soins directs <i>Parentalité peu intensive - mère souvent au foyer - enfants très autonomes - peu d'activités organisées</i>
1995	~3,5x	~3 %	~8 %	~12h/sem soins directs <i>Montée du suivi scolaire - logistique parascolaire croissante - mères de plus en plus actives</i>
2025	~6x 	~3-4 % stable	~1-2 % 	~20h/sem soins directs  <i>Parentalité hélicoptère - activités extrascolaires - suivi scolaire intensif - anxiété de performance - écrans à surveiller - conciliation travail-famille sous tension</i>

* Aller-retour Paris-New York

Sources :
 IGEDD/Friggit (logement), MESRI/etudiant.gouv.fr (études), données compagnies aériennes & salaire médian INSEE
 rapport prix d'achat moyen / revenu annuel moyen
 droits d'inscription université publique (hors coût de la vie) / revenu annuel moyen
 prix AR économique / revenu net médian
 INSEE, enquêtes Emploi du temps 1985-86, 1998-99, 2009-10 (Champagne, Pailhé, Solaz, 2015) ; DREES, enquête Modes de garde 2021 (Études et Résultats n°1355-1355, nov. 2025) : temps moyen hebdomadaire consacré aux soins directs d'enfants par les mères, tous statuts d'emploi confondus (1970 estimé → 2025 estimé).

Ainsi, s'il me semble essentiel de mettre en œuvre une politique ambitieuse du logement afin de favoriser l'accès à des conditions dignes d'habitation pour les locataires comme pour les propriétaires, c'est davantage au titre de la justice sociale que dans l'espoir d'un rebond massif de la fécondité. En effet, en Europe, la fécondité est plus haute dans les pays où le logement est le plus cher (en % du revenu moyen local). En plus de ce paradoxe européen, la comparaison des courbes du prix de l'immobilier et de la fécondité française annule l'idée d'une causalité simple. Ainsi entre 1990 et 2010, l'immobilier a environ doublé et l'ISF français est passé de 1.8 à 2 en 2010 (+11%).

Les quinze dernières années racontent l'histoire inverse. L'immobilier national a grosso modo stagné (après un pic en 2022) et la fécondité a perdu 20%, de 2 à 1.6. Devrions-nous alors croire que quand l'immobilier va, tout va ? Y compris la fécondité ? A l'évidence la réalité est plus complexe. Et d'autres forces économiques plus puissantes que le logement sont à l'œuvre.

TABLEAU 3 LOGEMENT ET FÉCONDITÉ : LE PARADOXE EUROPÉEN

PAYS À FAIBLES COÛTS DE LOGEMENT - FAIBLE NATALITÉ		
Pays	Coûts logement % budget ménage	Taux de fécondité enfants/femme
Italie	22,8 %	1,2
Pologne	20,8 %	1,1
PAYS À COÛTS DE LOGEMENT ÉLEVÉS - NATALITÉ PLUS HAUTE		
Pays	Coûts logement % budget ménage	Taux de fécondité enfants/femme
Norvège	-25 %	1,4
France	27,3 %	1,6

Sources :

- Coûts logement (logement, eau, énergie en % de la consommation finale des ménages) : Eurostat / Comptes nationaux INSEE, base 2020, 2023-2024 ; Italie et Pologne : Eurostat Household Consumption Expenditure ; Norvège : Statistics Norway / QCDE ; France : INSEE, Dépenses de logement - France, portrait social, 2023 (27,3 %).
- Taux de fécondité (ICF) : Eurostat / World Bank. Chiffres fournis par l'auteur.
- Note : le paradoxe apparent entre coût du logement et fécondité suggère que d'autres facteurs (politiques familiales, mode de garde, culture de la parentalité) jouent un rôle déterminant.

Explosion du coût d'opportunité, surtout pour les femmes

A mon sens, ce qui a le plus augmenté en termes de coûts est le coût d'opportunité d'avoir un enfant. Pour les parents en général mais tout particulièrement pour les mères. On appelle coût d'opportunité le bénéfice de l'option la plus alléchante à laquelle vous avez renoncé. Par exemple, dans les sociétés traditionnelles, une jeune femme n'a pas d'autres options de vie que de faire famille. En faisant un enfant elle ne s'interdisait rien et même gagnait un peu de pouvoir, autrement dit son coût d'opportunité était nul. A l'inverse, un couple à deux revenus et sans enfant (les Anglo-Saxons les appellent *les DINKS*, *double income no kids*) peut jouir de loisirs bien plus abordables que leurs parents. Si par exemple, l'envie les prend de faire un voyage Paris-New York (3^{ème} colonne du tableau), le billet d'avion ne coûte aujourd'hui que 1% de leur revenu annuel, contre 16% en 1970. On le voit, **le prix de la parentalité n'augmente pas que de manière absolue, il augmente radicalement relativement aux options d'une vie sans enfant.** Cette notion de coût d'opportunité, parfois exprimé en termes de goût de la liberté ou d'hédonisme est essentiel pour comprendre ce qui se joue dans les économies riches et émergentes, mais il est plus crucial encore pour comprendre les décisions des femmes.

Augmentation du coût non monétaire

Enfin, et c'est peut-être l'idée la plus mésestimée, le coût économique d'avoir un enfant se mesure aussi en temps passé à s'en occuper. Or le fameux parenting a augmenté considérablement en France. Aux USA, l'expression *helicopter parenting* est employée pour décrire la façon de suivre ses enfants en permanence via des applications de surveillance comme un hélicoptère plane en permanence sur le peloton du tour de France. On estime que 30 à 70% des familles ont recours au traçage numérique¹³ via des applications telles que 360Live ou FindMyKids.

La Gen Z, qui a grandi sous ce regard omniprésent, internalise la charge mentale que cela représente et prend en compte ce coût économique mais non monétaire lorsqu'elle envisage la parentalité. Cette obsession de la surveillance est aussi la conséquence de la dissolution des liens communautaires.

L'adage « il faut un village pour élever un enfant » s'efface devant le sentiment qu'ont les parents d'être seuls responsables de leurs enfants, les seuls à présider à l'échec ou à la réussite de leur progéniture. Comme s'il y avait un déterminisme exclusivement parental plutôt que social.

J'ajoute que ces chiffres de parentalité mesurent le temps passé par les mères en France et que rien n'est dit des pères. Et c'est bien là, la dimension centrale du problème. En dépit de tous les progrès effectués en matière d'égalité des sexes depuis 1980, le partage des tâches a peu évolué (cf. plus bas).

La différence est que les jeunes femmes ont d'une part une conscience aiguë de cette injustice et ont d'autres part, des opportunités de vie et de carrière qui les font hésiter à suivre un script amoureux, conjugal, nuptial et parental encore profondément inégalitaire. **Et c'est pourquoi, malgré l'importance des causes économiques à l'esprit d'un couple lorsqu'il décide d'avoir un enfant, leur effet causal est marginal sur la baisse de la fécondité comparé au fait qu'il y a simplement moins de couples et cela surtout au sein de la Gen Z.**

¹³ David IS et al. *Digital Location Tracking of Children and Adolescents: a theoretical framework and review.* Clin Child Psychol Rev. 2024;27. Cité dans : Maillfert A-C. *La Panique démographique : une réponse féministe.* Paris : Les Petits Matins ; 2026, p. 79.

LA CRISE DU COUPLE... HÉTÉROSEXUEL

Lorsque l'on étudie la Gen Z, un thème revient souvent, celui de la baisse de l'activité sexuelle. Notre jeunesse vivrait une récession sexuelle. Et les parents des Gen Z seraient la première génération à craindre que leurs enfants ne fassent pas assez l'amour. Régulièrement, nous proviennent des articles souvent du Japon, parfois des USA, décrivant la morne plaine d'une jeunesse, tardivement vierge, souvent asexuée et cloîtrée chez elle.

Les sociologues Marie Bergström et Florence Maillachon ont réfuté cette idée. S'il est vrai que la Gen Z française a moins de rapports sexuels en moyenne que ses aînées au même âge, c'est parce qu'elle est moins souvent en couple. En revanche, elle a davantage de partenaires et connaît des arrangements amoureux plus divers. Elle vit aussi une sexualité plus variée (pas nécessairement pénétrative) et un rapport au consentement plus solide, bien que loin d'être parfait. L'une des conséquences de cette évolution c'est qu'il y a moins de mauvais sexe (rapports sous l'effet de l'alcool, rapports non consentis) et moins de grossesses adolescentes et donc plutôt matière à se réjouir. Si l'activité sexuelle n'est pas un sujet, il en va autrement de la mise en couple hétérosexuel.

	♀	♂
1992	3	11
2006	4	12
2023	8	16

Source : INSERM, enquêtes nationales sur les comportements sexuels (ACSF 1992, CF 2006, EPIC 2023).

TABLEAU 4
NOMBRE DE
PARTENAIRES
SEXUELS AU
COURS DE LA
VIE EN FRANCE¹⁷

¹⁴ Au Japon, en 2015, 43 % des 18-34 ans sont vierges (contre 33 % dix ans plus tôt). Il s'agit d'un phénomène nouveau et documenté.

¹⁵ Twenge JM, Sherman RA, Wells BE. *Declines in Sexual Frequency among American Adults, 1989-2014*. Arch Sex Behav. 2017;46(8).

¹⁶ Bergström M, Maillachon F et al. *Couples, histoires d'un soir, « sexfriends » : diversité des relations intimes des moins de 30 ans*. Population et Sociétés. 2024;(633).

¹⁷ INSERM. *Enquête Contexte des Sexualités en France (CSF-2023)*. Paris : INSERM ; 2024.

TABLEAU 5 LA MOINDRE FORMATION DE COUPLE SEMBLE ACCOMPAGNER LA BAISSÉ DE LA FÉCONDITÉ MONDIALE¹⁸

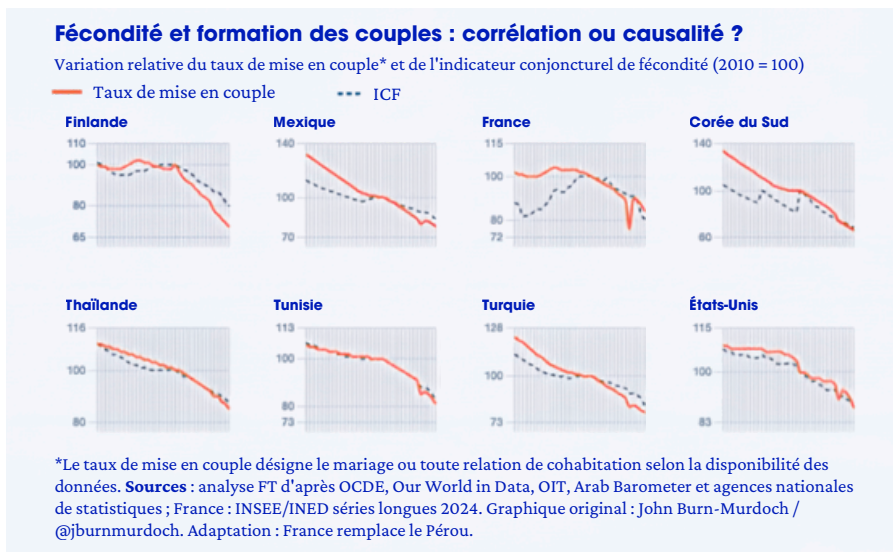
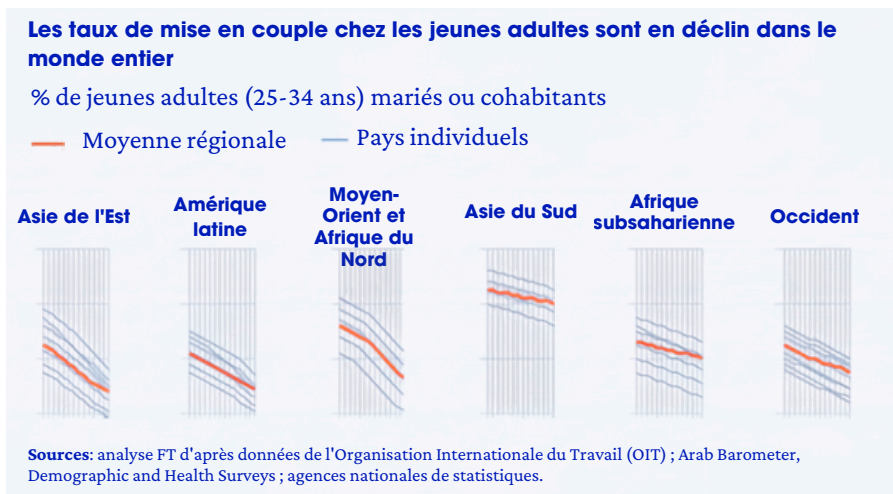


TABLEAU 6 UN PHÉNOMÈNE AFFECTANT PARTICULIÈREMENT LA GEN Z



¹⁸ Adapté de Burn-Murdoch J. *The relationship recession is going global*. Financial Times [Internet]. 2025 Jan 11. Graphique refait avec Claude pour que la France apparaisse à la place du Pérou.

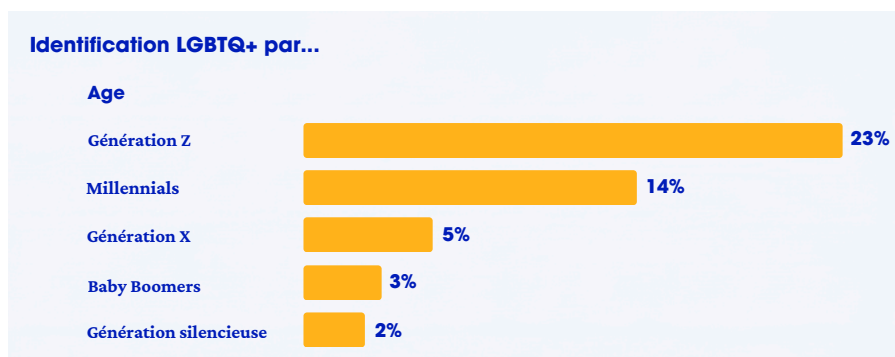
Le journaliste du *Financial Times* John Burn-Murdoch a publié de nombreux articles ces dernières années pointant le déclin du couple comme le point crucial de la baisse récente de la fécondité. On le voit, c'est un mouvement mondial auquel la France n'échappe pas (fécondité -20% depuis 2010, individus en couple -16%). Cette baisse, par essence liée à une hausse du célibat n'est pas homogène au sein de la population et touche de manière disproportionnée les jeunes hommes, surtout les moins fortunés et diplômés.

En France, 63% des hommes de moins de 30 ans sont célibataires¹⁹ écrit le philosophe Vincent Coquebert dont il sera question plus bas. Mais avant de s'interroger sur cette baisse du taux de couples hétérosexuels dans la population, un mot doit être dit des non-hétérosexuels.

Le rôle des LGBTQ+

Un article²⁰ de 2025 indique qu'en France, 19% des jeunes femmes (18-29 ans) et 8% des jeunes hommes s'identifient comme non-hétérosexuels. Ce chiffre s'inscrit dans la réalité américaine mieux documentée et culturellement souvent un peu en avance sur la France. Et les chiffres sont éloquents²¹.

TABLEAU 7 LGBTQ AUX USA PAR GÉNÉRATION

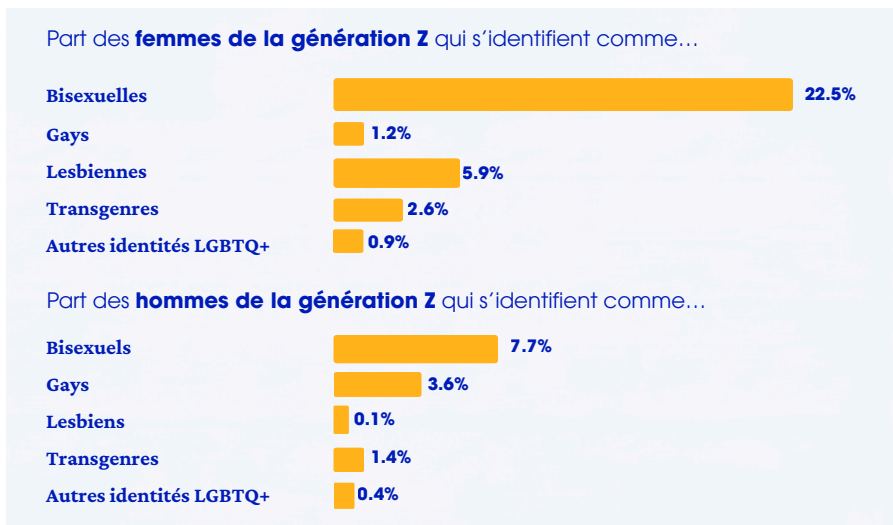


¹⁹ Coquebert V. *La guerre de Sexcession*. Paris : Arkhé ; 2025, p. 128.

²⁰ Lejbowicz T, Rault W, Trachman M et l'équipe Envie. *Homo, bi et non binaires : quand les jeunes questionnent l'hétérosexualité*. Population et Sociétés. 2025;(162).

²¹ Jones JM. *LGBTQ+ Identification in U.S. Rises to 9.3%*. Gallup [Internet]. 2025 Feb 20. Available from: <https://news.gallup.com/poll/656708/lgbtq-identification-rises.aspx>

TABLEAU 8 PARMIS LA GEN Z, DEUX FOIS PLUS DE LGBTQ+ CHEZ LES FEMMES QUE CHEZ LES HOMMES



On le voit, le pourcentage double presque à chaque génération. On retrouve aussi la même division genrée qu'en France mais à des seuils plus hauts. **Environ 30% des femmes de la Gen Z contre environ 12 % des hommes de la Gen Z s'identifient comme LGBTQ+** (plusieurs réponses étant possibles).

A ce stade, je ne suis pas en mesure d'expliquer cette hausse massive, ni les raisons d'un tel écart entre jeunes femmes et jeunes hommes. En revanche, il semble probable que la constitution de couples (hétérosexuels ou non) ne s'en trouvera pas facilité.

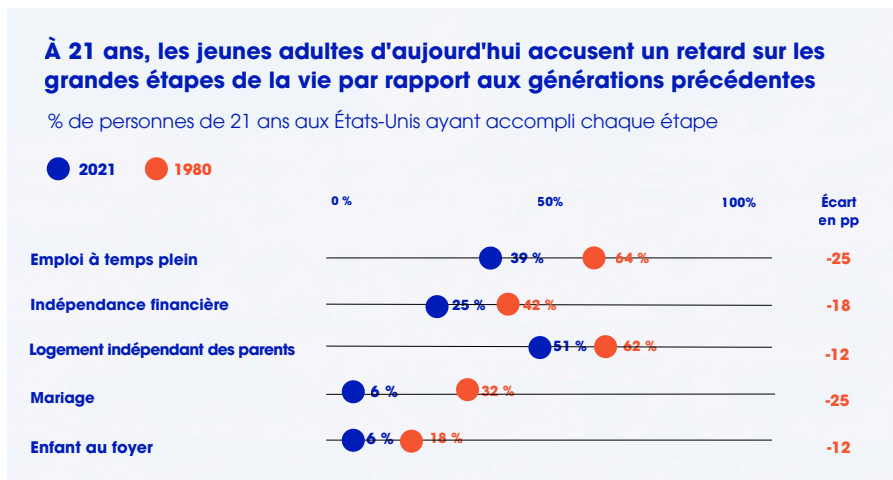
Un temps de retard ?

A côté de l'asymétrie des identités sexuelles, ou de leur fluidité, la Gen Z se caractérise par une entrée retardée dans ce qu'on pourrait appeler faute de mieux : « la vie d'adulte ». En France, comme ailleurs, elle passe les étapes traditionnelles avec un retard certain.

Comme l'écrit Marie Bergström : « Depuis une cinquantaine d'années, les étapes de passage à la vie adulte ont été progressivement reportées : le départ de chez les parents, la fin des études, l'obtention d'un premier emploi stable et l'installation conjugale et familiale se font désormais à des âges plus tardifs. »²³

A nouveau, les USA offrent un panorama plus détaillé des mêmes évolutions avec ce tableau comparatif d'un ou d'une jeune adulte de 21 ans en 1980 et en 2021. A quoi le psychologue Jonathan Haidt compare les comportements des élèves de terminal américain en 2018 avec ceux de 1978. En quarante ans, la sociabilité adolescente s'est transformée.

TABLEAU 9 UNE GÉNÉRATION EN RETARD ?²²



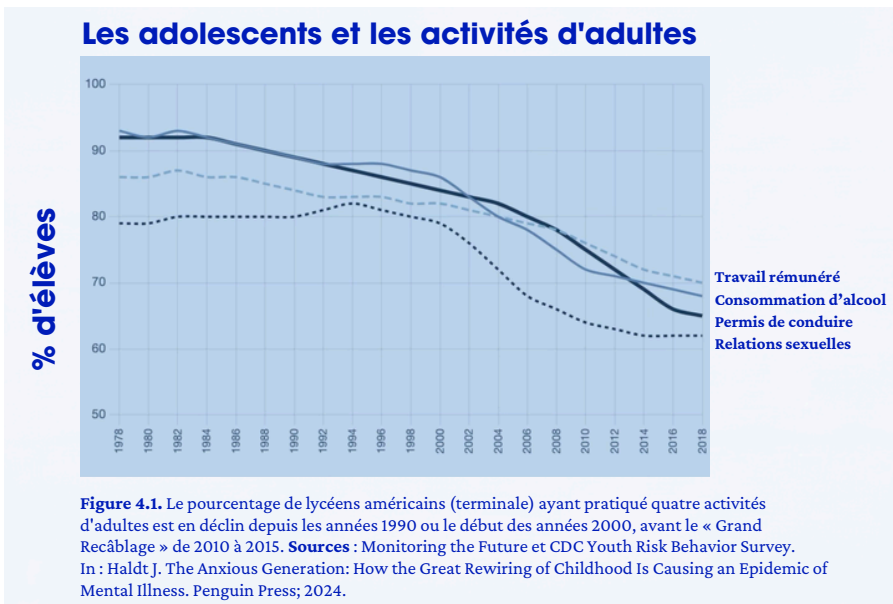
Enfin, la sociabilité clanique et physique si essentielle aux adolescents s'est étiolée. **Ainsi, aux USA, les 15-29 ans passent 43% moins de temps ensemble qu'en 2010²⁴.** Où sont-ils ? Probablement derrière un écran (cf. partie 2).

²² Fry R. *Young adults in the United States are reaching key life milestones later than they did 40 years ago*. Pew Research Center [Internet]. 2023 May 23. Available from: [Fry R. Young adults in the United States are reaching key life milestones later than they did](#)

²³ Bergström M et al. *La sexualité qui vient : jeunesse et relations intimes après #MeToo*. Paris: La Découverte ; 2025, p. 5.

²⁴ Herre B, Acisu T. *Young Americans spend much more time alone than they did fifteen years ago*. Our World in Data [Internet]. 2025 May 30. Available from: [23 Bergström M et al. La sexualité qui vient : jeunesse et relations intimes après #MeToo](#). Paris: La Découverte ; 2025, p. 5.

TABLEAU 10 DES LYCÉENS PLUS SAGES ?



Cette sociabilité profondément altérée, combinée au retard pour franchir les étapes de la vie et à la démocratisation bienvenue de l'enseignement supérieur, explique pourquoi les femmes ont maintenant majoritairement leurs enfants dans la trentaine (56% des naissances en 2023) et non plus dans la vingtaine (36% des naissances en 2023) comme c'était encore le cas en 2009 en France²⁵. Cette mutation profonde fait sens. Les femmes souhaitent faire de longues études et sécuriser leurs parcours professionnels avant de faire un enfant. Mais à trop attendre, elles risquent de rencontrer des problèmes de fertilité liés à l'âge.

A ce stade, la question demeure : pourquoi moins de couples ?

²⁵ Our World in Data. Share of births by age of mother - France [Internet]. Available from: <https://ourworldindata.org/grapher/share-of-births-by-age-of-mother?country=~FRA>

LA GUERRE DE SEXCESSION²⁶

J'emprunte ce titre à Vincent Coquebert qui, dans son livre publié en 2025, dresse un constat alarmant de l'état des relations hommes/femmes. Or c'est là que se joue l'essentiel pour comprendre à la fois la désaffection des jeunes femmes face à la conjugalité et la parentalité mais aussi l'amertume et le tournant conservateur des jeunes hommes.

En 2017, à la suite du mouvement #MeToo, l'aspect systémique des violences sexistes et sexuelles éclata aux yeux de tous, des jeunes femmes en particulier. Avec lui, la réalisation concomitante que les sociétés demeuraient profondément patriarcales et inégalitaires en dépit d'un accord de principe sur l'égalité hommes/femmes. La différence principale entre une Gen Z de 20 ans et une Gen X de 20 ans n'est pas la nature des inégalités hommes/femmes qui d'ailleurs ont diminué, mais que les premières, d'une part perçoivent bien mieux l'aspect systémique de ces inégalités et d'autres part possèdent bien plus d'options pour refuser ce partage inéquitable.

Quelque fois ce refus semble intégral, comme le mouvement 4B en Corée du Sud. 4B pour signifier le refus d'avoir un enfant, de se marier, d'avoir une relation amoureuse et même d'avoir des relations sexuelles. Pourquoi cette intransigeance ? Parce que, au sein des pays riches, la Corée est le plus mysogine²⁷, celui où les femmes effectuent la quasi-totalité des tâches éducatives et domestiques. La Corée est aussi l'un des pays les plus technophiles. On verra qu'il ne s'agit pas d'une coïncidence. Dans d'autres pays, l'écart hommes/femmes n'est pas aussi important. Il n'en demeure pas moins massif et évident aux yeux des jeunes femmes de la Gen Z.

Un fossé politique

Depuis environ 2015, un fossé politique s'est créé avec des jeunes femmes de plus en plus progressistes et des jeunes hommes de plus en plus conservateurs. Il s'agit d'un phénomène nouveau. Auparavant, la jeunesse votait « d'un seul homme » et en général un peu plus à gauche que la population générale. Or ce fossé politique que l'on observe partout dans le monde oppose jeunes hommes et jeunes femmes précisément sur la question du genre et de la place que doit occuper la femme dans la société.

²⁶ Coquebert V, 2025, op. cit.

²⁷ Jung H. *Flowers of Fire*. Dallas : BenBella ; 2023.

Là encore la France est mieux immunisée²⁸ que d'autres, mais le vent qui vient de pays que j'ai nommé précurseurs, comme la Corée du Sud ou les USA ne présagent rien de bon.

Depuis quelques années, chaque élection confirme l'existence d'une discordance cruciale. Que ce soient les élections présidentielles de Corée en 2022 et 2025, des législatives polonaises ou allemandes de 2025 ou encore de l'élection de Donald Trump en 2024, à chaque fois les jeunes hommes votent plus à droite que la moyenne et les jeunes femmes beaucoup plus à gauche que la moyenne.

La cas Allemand est exemplaire d'une Gen Z qui se déchire politiquement à tel point qu'une concorde semble impossible. En 2025, le parti d'extrême-droite AfD a recueilli 20% des votes de l'électorat général mais 21% auprès des jeunes hommes. De son côté, le parti de gauche Die Linke (un vague équivalent de LFI en France) n'a recueilli que 9% des voix en général mais 34% du vote des jeunes femmes. Comment voulez-vous qu'une discussion soit possible entre des conservateurs nationalistes qui assignent aux femmes, comme le dit Céline Alduy : « un rôle social vital pour la perpétuation et la survie du corps politique conçu comme un tout organique et biologique : elles servent la patrie par la procréation, et assurent par leur fécondité la perpétuation et survie de la "race"²⁹», et des femmes progressistes soucieuses de justice sociale et climatique ?

En Corée du Sud, Yoon Suk Yeol a gagné les élections en déclarant que les fausses accusations de viol étaient désormais un plus gros problème que les viols eux-mêmes. Il reçut 59% des suffrages d'hommes dans la vingtaine contre 34% de leurs homologues féminines³⁰. Un écart de 25 points. Trump fut élu en 2016 alors qu'il avait déclaré « attraper les femmes par la ch... » et réélu en 2024 avec le vote des jeunes hommes 16 points au-dessus des jeunes femmes.

²⁸ Durovic A, Mayer N, Piolat M. *Les femmes votent-elles plus à gauche que les hommes ? Pas dans la France de 2024*. Sciences Po CEVIPOF [Internet]. 2025. Available from: <https://www.sciencespo.fr/centre-etudes-europeennes/fr/actualites/les-femmes-votent-elles-plus-a-gauche-que-les-hommes-pas-dans-la-france-de-2024/> En partie parce que le RN affiche un discours plus progressiste sur les enjeux de genre et de sexualité que la plupart des autres partis de la droite radicale.

²⁹ Alduy C. *La natalité, une obsession lepéniste*. AOC média [Internet]. 2023 mars. Available from: <https://aoc.media/analyse/2023/03/05/la-natalite-une-obsession-lepeniste/>

³⁰ The Conversation. *South Korea election: Lee Jae-myung takes over a country split by gender politics* [Internet]. 2025. Available from: <https://theconversation.com/south-korea-election-lee-jae-myung-takes-over-a-country-split-by-gender-politics-257923>

Pourquoi cette scission nouvelle en 2015 ? Sans doute parce que de nouvelles technologies apparaissent où des chapelles algorithmiques vont pouvoir s'organiser. Aussi, parce que, à la manière de Yoon en Corée, Trump aux USA et Zemmour en France, un nouveau discours apparaît pour répondre à la détresse de jeunes hommes déclassés économiquement, académiquement et sur le marché amoureux. A ses « perdants » de la société, une réponse est proposée : c'est la faute des femmes ! Anne Cécile Mailfert, présidente de la Fondation des femmes vient de publier un livre intitulé judicieusement *La panique démographique, Une réponse féministe*. Elle alarme ses lecteurs sur le risque réel de retour en arrière et voit dans la baisse de la fécondité mondiale, une grève des ventres à bas bruit³¹.

De fait, ce gouffre politique rend l'harmonie impossible. Et la Gen Z plus que ses aînées refusent le compromis. **Plus d'un jeune de la Gen Z sur cinq aux USA n'envisage pas de sortir avec quelqu'un du parti opposé.** Les femmes particulièrement insistent sur la nécessité d'un accord sur la question de l'avortement (69%), de la santé (42%) et du changement climatique (38%)³². S'agit-il d'une intolérance excessive ou d'une capacité à ne pas compromettre ses valeurs ? Chacun jugera, mais cela n'augure pas de rencontres hétérosexuelles équilibrées.

La pénalité de la maternité

L'économiste américaine et prix Nobel d'économie Claudia Goldin a montré dans ses travaux, que dans les économies avancées, l'écart salarial entre hommes et femmes s'expliquait presque intégralement par l'écart constitué entre pères et mères³³. Dès lors qu'une femme devient mère, elle paye la *Motherhood penalty* (la pénalité de la maternité) qui se traduit par une perte durable de revenu, des carrières en pointillé avec moins de promotions et ensuite des retraites tronquées parce que calculées sur des carrières moins prospères. Et les pères ? Aucun effet. Au contraire il arrive que le couple procède à une division du travail où l'homme travaille davantage pour compenser le retrait temporaire mais parfois durablement partiel de la mère.

³¹ Mailfert A-C. *La Panique démographique : une réponse féministe*. Paris : Les Petits Matins ; 2026. Article de Libération du 15 avril 2026.

³² Available from: <https://matchmakingcompany.com/dating-tips/examining-how-dating-and-political-beliefs-intersect-in-america/>

³³ Goldin C. *Career and Family: Women's Century-Long Journey Toward Equity*. Princeton : Princeton University Press ; 2021.

En France, les femmes subissent en moyenne une baisse de 25% de leurs revenus durant les cinq premières années suivant la naissance³⁴.

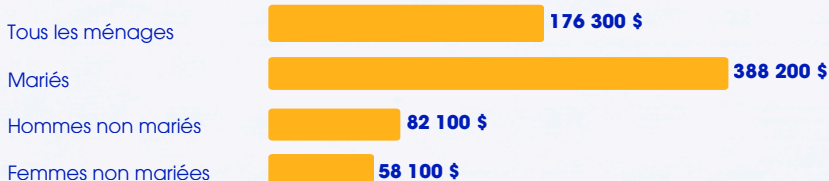
En cas de divorce, ce qui est maintenant commun, les femmes connaissent en moyenne une baisse de 22% de leur revenu contre -3% pour les hommes. En France, comme aux USA, environ 80% des familles monoparentales ont une femme à leur tête³⁵. Ce qui faisait déjà dire à la congresswoman Elisabeth Warren en 2003 : « Avoir un enfant est désormais le meilleur moyen de prédire qu'une femme se retrouvera dans une situation financière catastrophique. »³⁶

TABEAU 11 ILLUSTRATION DE LA PÉNALITÉ DE LA MATERNITÉ³⁷

Les femmes célibataires sans enfants ont autant de patrimoine que les hommes célibataires

Patrimoine médian des ménages américains en 2022

TOUS LES MÉNAGES



PARMI LES FEMMES NON MARIÉES



Note : « femmes non mariées avec enfants » désigne les cheffes de ménage non mariées qui sont mères d'au moins un enfant de moins de 18 ans.

Source : Fry R., Kochhar R. « Among unmarried adults, women without children have as much wealth as single men. » Pew Research Center, 4 novembre 2024. Analyse SIPP (Survey of Income and Program Participation), données 2022.

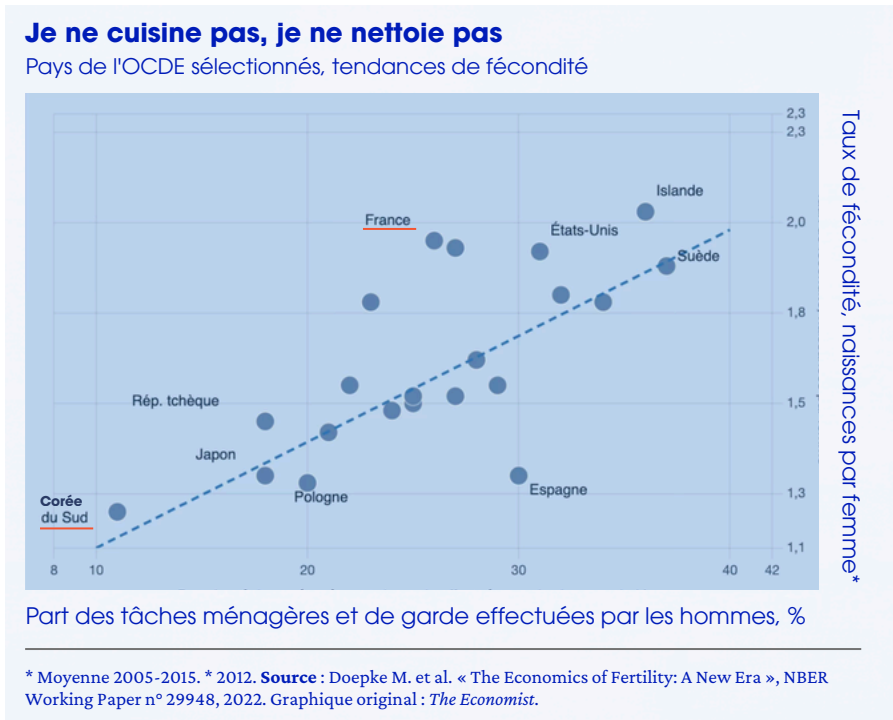
³⁴ Note : *Le coût d'être une femme*. <https://fondationdesfemmes.org/note/le-cout-detre-une-femme-synthese/>

³⁵ Bergström M, 2019, op. cit., p. 160.

³⁶ Warren E, Warren Tyagi A. *The Two-Income Trap*. New York : Basic Books ; 2003. Cité dans : Duhamel D, 2024, op. cit., p. 327.

On le voit, une femme non mariée sans enfants est désormais aussi riche que son homologue masculin. En revanche, avec enfant, son patrimoine est divisé par 8 ! Et quid des hommes non mariés avec enfants me direz-vous ? Le *Pew research center* a dû benoîtement avouer qu'ils ne représentaient pas un groupe numériquement assez important pour en trouver un échantillon représentatif. Il apparaît ainsi que le coût d'avoir un enfant incombe très majoritairement aux femmes. Or celles-ci ont désormais trop d'options hors de la maternité pour accepter ce partage inégal. **Le démographe Mathias Doepke a montré que, dans les pays riches, la fécondité est plus élevée là où les pères s'investissent davantage dans la vie familiale. C'est un résultat réjouissant et nous pourrions être fier de la France assez bien placée dans ce graph.**

TABLEAU 12 FÉCONDITÉ ET PARTAGE DES TÂCHES³⁸



³⁷ Fry R, Kochhar R. Among unmarried adults, women without children have as much wealth as single men. Pew Research Center [Internet]. 2024 Nov 4. Available from: <https://www.pewresearch.org/short-reads/2024/11/04/among-unmarried-adults-women-without-children-have-as-much-wealth-as-single-men/>

³⁸ Doepke M et al. The Economics of Fertility: A New Era. NBER Working Paper n° 29948 [Internet]. 2022. Available from: <https://www.nber.org/papers/w29948>

Mais cela serait oublier qu'en France, les tâches ménagères et éducatives sont encore à 70% l'apanage des femmes, pour ne rien dire de la charge mentale. La France brille surtout en comparaison de la Corée du Sud qui apparaît à peine sur le graph tant le partage y est inégal. Avec un tel résultat nous pourrions espérer une sortie par le haut. Il suffirait que les hommes prennent leur part du travail, c'est-à-dire la moitié, et la fécondité pourrait remonter ou à tout le moins cesser de baisser aussi vite. Hélas, de nombreuses enquêtes d'opinion récentes ont montré que les jeunes hommes n'aspirent pas autant à l'égalité des sexes que les jeunes femmes ou que leurs aînés.

Des aspirations différentes

En septembre 2025, un sondage demandé par la chaîne américaine NBC³⁹ montra que loin de se résorber, la césure entre jeunes femmes et jeunes hommes augmente.

D'emblée, 47% des jeunes hommes de 18-29 ans approuve le travail de Donald Trump contre 26% des jeunes femmes (un an plus tôt le gap électoral constaté lors de l'élection de Trump contre Kamala Harris était de 16%). Mais d'autres questions révélaient un problème plus profond. **Au sein de la Gen Z américaine, les jeunes hommes qui votent Trump en masse ont des aspirations de vie différentes et véritablement incompatibles avec les jeunes femmes qui ont voté Harris. Et le point crucial de leur désaccord, encore une fois, tourne autour du couple et de la famille, en résumé du rôle de la femme.**

Les jeunes hommes trumpistes font de la paternité et du mariage leurs première et quatrième priorités. Pour les jeunes femmes démocrates, ces considérations sont avant-dernières et antépénultièmes. Difficile de présager une foire aux couples à partir de conceptions de la vie diamétralement opposées. Comme souvent, mais de manière atténuée, la même dynamique est à l'œuvre en France avec un écart aujourd'hui plus visible dans les opinions que dans le vote. Comme l'écrivent les économistes Yann Algan et Eugénie de Laubier : « La véritable nouveauté réside dans l'évolution des jeunes femmes de 2023, qui affichent une vision nettement plus favorable à l'immigration et aux droits des personnes homosexuelles.

³⁹ Trussler M, Perry S. *Poll: Gen Z's gender divide reaches beyond politics and into its views on marriage, children and success*. NBC News [Internet]. 2025 Sep 8. Available from: <https://www.nbcnews.com/politics/politics-news/poll-gen-zs-gender-divide-reaches-politics-views-marriage-children-suc-rcna229255>

Cette tendance s'explique par une montée des valeurs de solidarité et d'inclusion, qui constituent un marqueur fort de l'identité politique de gauche. À l'inverse, les jeunes hommes empruntent une trajectoire opposée, adoptant des positions plus conservatrices sur ces enjeux. Ce repli s'inscrit dans un contexte plus large de droitisation de la population masculine, marquant un tournant idéologique au sein des jeunes générations. »⁴⁰

TABLEAU 13 DES CONCEPTIONS OPPOSÉES DE CE QU'EST UNE VIE BONNE

Qu'est-ce qui est important dans votre définition personnelle du succès ?

Répondants âgés de 18 à 29 ans. Chaque répondant pouvait choisir trois réponses parmi 13 options.

Rang	Femmes, vote Harris	Hommes, vote Trump
1	Avoir un emploi ou une carrière épanouissante	Avoir des enfants
2	Gagner suffisamment d'argent pour faire ce que je veux	Atteindre l'indépendance financière
3	Avoir une stabilité émotionnelle	Avoir un emploi ou une carrière épanouissante
4	Utiliser mes talents et ressources pour aider les autres	Se marier
5	Atteindre l'indépendance financière	Gagner suffisamment d'argent pour faire ce que je veux
6	Ne pas avoir de dettes	Être propriétaire de mon logement
7	Être propriétaire de mon logement	Être ancré(e) spirituellement
8	Rendre ma famille ou ma communauté fière	Rendre ma famille ou ma communauté fière
9	Être ancré(e) spirituellement	Ne pas avoir de dettes
10	Pouvoir partir à la retraite tôt	Utiliser mes talents et ressources pour aider les autres
11	Se marier	Pouvoir partir à la retraite tôt
12	Avoir des enfants	Avoir une stabilité émotionnelle
13	Célébrité et influence	Célébrité et influence

Note : le sondage a été conduit du 12 au 15 septembre et a interrogé 2 370 adultes de 18 ans et plus en ligne aux États-Unis. La marge d'erreur est de plus ou moins 2,2 points de pourcentage.

Source : NBC News Decision Desk Poll.

Une dernière cause de la baisse à venir de la fécondité chez la Gen Z ne tient ni à l'économie ni à la culture.

⁴⁰ Algan Y, de Laubier E. *Un fossé idéologique grandissant entre jeunes femmes et jeunes hommes en France*. Notes de l'Observatoire du bien-être, n° 2025-07. Paris : CEPREMAP ; 2025 mars 24.

LA FORCE DU MIMÉTISME

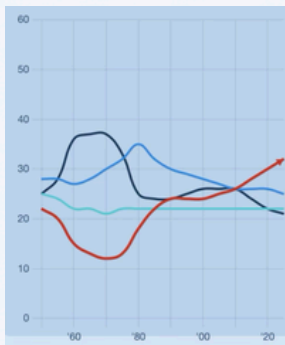
C'est une idée toute simple. **Entre ceux qui veulent des enfants à tout prix et ceux qui envisagent une vie de nullipare, il existe une majorité d'individus dont les comportements reproductifs sont incertains. Auront-ils des enfants ? Cela dépendra aussi du choix de leurs amis, collègues et voisins. Autrement dit, plus il y a d'individus *childfree*⁴¹, plus ils seront copiés par mimétisme.** Ainsi, aux USA comme au Royaume Uni, le nombre le plus commun d'enfant pour une femme de 35 ans est désormais, et depuis peu, de zéro !

TABLEAU 13 LA FORCE DU MIMÉTISME

Le nombre d'enfants le plus fréquent chez une femme britannique ou américaine à la mi-trentaine est désormais zéro

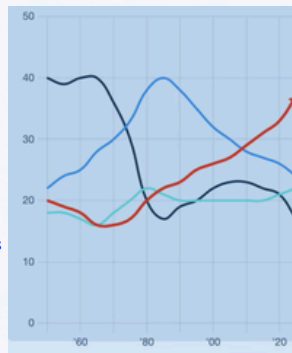
% de femmes de 34 ans ayant un nombre donné d'enfants, chaque année

États-Unis



Zéro
Deux
Un
Trois ou plus

Royaume-Uni



Zéro
Deux
Un
Trois ou plus

Sources : OMS ; analyse FT de la Current Population Survey américaine et des recensements décennaux via IPUMS. Graphique original : John Burn-Murdoch / @burnmurdoch · Ô FT.

Un récent papier à propos de la Chine détaille une explosion du désir d'être libre d'enfant chez les jeunes chinoises. Alors qu'une femme sur dix disait souhaiter une vie sans enfant en 2018, ce chiffre est passé à un sur deux (47%) en cinq ans !

⁴¹ Childfree signifie « libre d'enfant », sans enfant par choix.

L'essor du désir zéro de fertilité en Chine

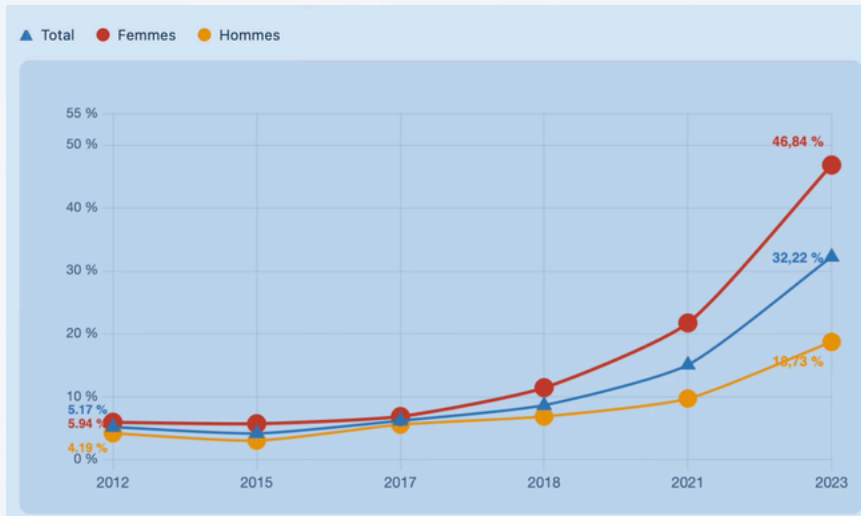


Figure 1. Pourcentage de jeunes adultes de 18 à 24 ans en Chine ne désirant pas d'enfants, total et par genre. **Source :** Xu X. « The Rise of Zero Fertility Desire in China. » Preprint, Research Square, 27 avril 2026. DOI : 10.21203/rs.3.rs-8921502/v1. Brown University. **Données :** China General Social Survey (CGSS), six vagues 2012–2023.

On le voit les hommes suivent le même chemin mais à des taux bien inférieurs ce qui indique que le Covid, qui a affecté les hommes et les femmes de la même manière, n'est pas l'explication à ce bouleversement. La raison de la désaffection féminine en Chine ou ailleurs n'est pas le fruit d'un effet de mode, mais elle agit en second lieu à la manière d'un effet de mode. Une anecdote, illustre ce propos. Au mois d'octobre dernier, un article est paru dans le magazine Vogue britannique⁴³. Son titre : *Is having a boyfriend embarrassing now?* (Est-il désormais embarrassant d'avoir un petit copain ?). L'autrice remarquait un changement sur les réseaux sociaux. Alors que par le passé, les jeunes femmes postaient beaucoup en compagnie de leurs « amoureux », voilà au contraire que ceux-ci disparaissaient. Comme-ci avoir un boyfriend était un signe de faiblesse, une incapacité à être véritablement libre et autonome.

⁴² Xu X. *The Rise of Zero Fertility Desire in China*. Preprint. Research Square [Internet]. 2026 avr 27. DOI: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-8921502/v1>. Attention : article non encore soumis à révision par les pairs, évoqué dans le podcast Plain English de Derek Thompson (source de confiance).

⁴³ Joseph C. *Is having a boyfriend embarrassing now?* Vogue [Internet]. 2025 Oct 29. Available from: <https://www.vogue.com/article/is-having-a-boyfriend-embarrassing-now>

Elle concluait que la culture (certes anglo-saxonne) était en train de changer radicalement. Étant moi-même à l'affût de ce genre d'article, je l'avais repéré et mis de côté. Quelle ne fut pas ma surprise de constater que l'intégralité de ma classe en avait eu connaissance ! L'exemple type d'une viralité mimétique (pour ne pas dire mémétique).

De même, en Corée du Sud en 2023, les ventes de poussettes pour chiens et chats ont surpassé celles pour bébé⁴⁴. Si tous vos amis coréens courent dans le parc avec leurs chiots, vous allez peiner à les suivre avec un marmot ! Si la majorité de vos copines sont *childfree* et partent le weekend à Mykonos, avoir un enfant présente maintenant une pénalité sociale. Là où 50 ans auparavant, tout le monde allait se promener au parc sans se poser de questions. Moins la Gen Z fera d'enfants, et on vient de voir que les obstacles à la parentalité s'accumulent, moins ceux qui hésitent feront d'enfants eux-mêmes.

Ainsi, à côté de contraintes économiques liées à la parentalité accrues, ce sont surtout les modifications culturelles, au premier rang d'entre elles, la montée en puissance des femmes et le mouvement #MeToo qui expliquent la baisse récente (et à venir) de la fécondité.

Tout indique que la Gen Z sera encore plus affectée par la guerre de Sexcession que la Gen X ou les Millennials. Et cela pour une raison particulière. Si les baby-boomers, Gen X et Millenials ont tous traversé des évolutions culturelles majeures et des mutations économiques d'envergure, la Gen Z se singularise par le rôle sans précédent joué par les révolutions technologiques qui l'accompagnent.

Des révolutions dont on perçoit mal l'ampleur et la fulgurance.

⁴⁴ Korea Times. *Sales of pet strollers surpass baby strollers on Gmarket for first time* [Internet]. 2023 Dec 26. Available from: <https://www.koreatimes.co.kr/lifestyle/trends/20231226/sales-of-pet-strollers-surpass-baby-strollers-on-gmarket-for-first-time>

LE RÔLE DE LA TECHNOLOGIE

Par souci de simplification je distinguerai deux périodes et deux bouleversements technologiques.

Le premier débute il y a dix ans environ. **En 2015, le smartphone est largement répandu et Instagram apparaît, c'est le début de ce qu'on appelle l'économie de l'attention, un univers où un nombre grandissant d'acteurs s'affrontent pour capter l'attention des utilisateurs.** Lesquels, le plus souvent, n'ont pas conscience d'être le produit dont l'attention va être monétiser à leur insu. Ce nouveau capitalisme a conquis toutes les strates de la population mais aucune n'y résista moins que la Gen Z. Le psychologue Jonathan Haidt dressera dans *The Anxious Generation* (La génération anxieuse) un réquisitoire contre la société inconséquente qui laisse dans les mains de ses enfants cet animal venimeux qu'est le smartphone. Nous disposons maintenant d'assez de recul pour mesurer les conséquences sur la jeunesse de son exposition, voire de son immersion, dans le monde digital. Elles sont majeures, parfois positives mais globalement négatives.

Le second bouleversement commence fin 2022 avec l'introduction de ChatGPT par Open AI. Cette deuxième vague est qualifiée quelque fois d'économie de l'intimité. Et s'il est un peu tôt pour dresser le bilan de l'impact de l'intelligence artificielle sur la société en général et sur la jeunesse en particulier, les signes avant-coureurs sont inquiétants

⁴⁵ Haidt J. *The Anxious Generation*. London : Allen Lane ; 2024.

L'ÉCOSYSTÈME NUMÉRIQUE ET L'ÉCONOMIE DE L'ATTENTION



L'icône ci-contre vous est sans doute familière, comme le sont probablement la majorité des apps représentées de manières stylisées. L'idée ici est de dresser un constat rapide des effets délétères de chacune d'entre elles sur la jeunesse. Indéniablement, **l'écosystème numérique a bien des qualités mais dans sa totalité il est une machine à vampiriser notre attention, à la monétiser et à nous sortir d'une sociabilité physique essentielle à nos vies et particulièrement cruciales pour le bon développement physique et mentale de la jeunesse.**

Je passe en les mentionnant les plateformes de divertissement comme Netflix et les jeux vidéo. Deux industries florissantes et chronophages dont l'inconvénient majeur est qu'elles peuvent coloniser un temps démesuré de nos vies. Elisabeth Soulié, dans la *Génération Z aux rayons X*, écrit que **la Gen Z passe environ 122 jours par an devant son écran**⁴⁶. Plus de la moitié de ce temps serait sur les réseaux sociaux.

Les réseaux sociaux

Apparu au milieu des années 2000 avec MySpace, YouTube, puis Facebook, c'est vraiment l'avènement d'Instagram en 2015 et de TikTok en 2016 qui signa l'entrée dans une ère nouvelle. En parallèle, le smartphone équipé d'une caméra à selfie transformait le rapport au monde numérique et donnait à chacun l'occasion d'une mise en scène de sa vie qui s'avèrera vite délétère voire mortifère. Si les réseaux sociaux étaient d'abord un lieu où chacun donnait de ses nouvelles à ses proches, il est, au fil des années, devenu tout autre chose. Un endroit où chacun y cisèle une version de soi améliorée, souvent filtrée⁴⁷. Si bien que l'utilisateur lambda observe en scrollant de manière passive ses connaissances vivre leurs meilleures vies ou du contenu créé sur mesure par des algorithmes conçus pour alimenter un goutte-à-goutte de dopamine lui-même bâti pour nous rendre addicts.

⁴⁶ Soulié E. *La Génération Z aux rayons X*. Paris : Éditions du Cerf ; 2020.

⁴⁷ India F. *GIRLS®: Gen Z and the Commodification of Everything*. London : Penguin ; 2026. Une étude de la City University of London indique que 90 % des jeunes femmes déclarent utiliser des filtres sur leurs photos de réseaux sociaux.

Un mécanisme que Bruno Patino détaillait déjà en 2019 dans *La civilisation du poisson rouge*⁴⁸. A ce jeu, la Gen Z dont le cerveau grandissait avec les réseaux sociaux s'est avérée plus vulnérable et, en son sein, les jeunes femmes en particulier.

Aux USA, les taux de dépression des jeunes âgés de 12 à 17 ans ont augmenté de 150 %, En ce qui concerne les enfants de 10 à 14 ans, le suicide, entre 2010 et 2020, a augmenté de 91 % pour les garçons et de 167 % pour les jeunes filles⁴⁹. Haidt établit une causalité qu'on pourrait nuancer mais ce qui est certain c'est que tout ce temps passé dans leur chambre sur un écran, prive la Gen Z du temps nécessaire au-dehors. La sociabilité numérique ne peut se substituer à la sociabilité physique, presque tribale, des années d'adolescence. Un moment parfois désagréable mais nécessaire pour que l'enfant évolue dans un contexte de risques faibles, si essentiels à la constitution d'un psychisme résilient. Le monde numérique minimise voire éradique les frictions de la vie réelle. On parlera plus bas d'une baisse de compétence sociale, aggravée par l'introduction plus récente de l'IA.

Acteurs principaux de l'économie de l'attention, les réseaux sociaux se battent pour notre attention, or quel est le meilleur moyen de la retenir ? Nous faire peur ou nous mettre en rage. *If it bleeds it leads* (si ça saigne c'est à la une) est un vieil adage de la presse papier.

La même logique demeure, si bien que l'utilisateur lambda de TikTok ou d'Instagram ressort d'une session de scrolling avec une avalanche de mauvaises nouvelles en tête. Les Anglo-Saxons nomment cela le *Doomscrolling*, regarder passivement un contenu anxiogène dont on verra qu'il n'est pas sans effets sur le bien-être de la Gen Z. **TikTok en particulier est devenu la source d'information principale des jeunes américains. En 2024, 43% des jeunes disaient l'utiliser régulièrement pour s'informer contre seulement 9% en 2020**⁵⁰. L'autrice Freya India insiste sur un autre effet pernicieux. En 2026, un jeune a conscience d'être lui-même un produit dont il doit sans cesse prendre soin et dont la valeur change comme une action en bourse en fonction des likes et/ou du nombre de ses followers.

⁴⁸ Patino B. *La civilisation du poisson rouge*. Paris : Grasset ; 2019.

⁴⁹ Haidt J, 2024, op. cit.

⁵⁰ Pew Research Center. *1 in 5 Americans regularly get news on TikTok, up sharply from 2020* [Internet]. 2025 Sep 25. Available from: <https://www.pewresearch.org/short-reads/2025/09/25/1-in-5-americans-now-regularly-get-news-on-tiktok-up-sharply-from-2020/>

India appelle cela à juste titre « la marchandisation de tout », *the commodification of everything*. L'autrice Coréenne Hwong Jung ajoute : « Une enquête réalisée en 2019 révèle qu'environ 40 % des femmes en Corée du Sud ont eu recours à une intervention esthétique, dont près de la moitié des femmes âgées de 20 à 40 ans. »⁵¹ **La France est à la traîne tant des USA que de la Corée, mais la trajectoire n'est pas si différente. Dans un monde de narration perpétuelle de soi, la concurrence est grande et la passion comparatrice dont Adam Smith parle magistralement dans la Théorie des sentiments moraux est sous stéroïde.** Si bien que l'impression la plus répandue est bien souvent de ne pas être au niveau. L'impact des réseaux sociaux est plus grand sur les jeunes filles que sur les jeunes garçons. Une explication possible serait que les garçons passeraient deux à trois fois plus de temps que les filles à jouer aux jeux vidéo, diminuant d'autant leur exposition aux réseaux⁵².

Les applications de rencontre : le Tinderverse

En 2012, Tinder débarque comme une météore dans le monde paléolithique de la rencontre galante. Il suit Grindr, destiné aux gays et précède une floraison d'applications (Bumble, Hinge, OkCupid, etc). Entre les « apps » et les sites de rencontre, il est aujourd'hui courant de se rencontrer en ligne. En théorie, le Tinderverse permet à chacun de rencontrer une quasi-infinité de personnes, devrait démultiplier la vie sexuelle et faciliter la rencontre amoureuse. Dans la pratique, la grande majorité erre dans ce supermarché de la drague, où chacun est à la fois client et marchandise⁵³.

Pour les hommes, beaucoup plus nombreux sur les applications, leurs messages reçoivent en moyenne une réponse sur 113. Et le nombre médian de messages pour un homme hétéro sur Tinder est de zéro. La moitié des utilisateurs masculins n'a aucun message. Jamais⁵⁴. Comment ne pas transformer cet échec en désespoir, en haine de soi et peut-être en détestation des femmes ? **Le Tinderverse participe à nous retirer de la vie réelle, entrave plus qu'il ne facilite la rencontre** (à laquelle il n'a pas intérêt) et nourrit le ressentiment de bien des hommes « peu attractifs » face à des femmes « plus exigeantes ».

⁵¹ Jung H, 2023, op. cit., p. 219.

⁵² Haidt J, 2024, op. cit.

⁵³ Ce que Judith Duportail appelle la Dating Fatigue. Duportail J. *Dating fatigue : Amours et solitudes dans les années (20)20*. Paris : Éditions de l'Observatoire ; 2021.

⁵⁴ Medium/@worstonlinedater. Tinder Experiments II [Internet]. Available from:

<https://medium.com/@worstonlinedater/tinder-experiments-ii-guys-unless-you-are-really-hot-you-are-probably-better-off-not-wasting-your-2ddf370a6e9>

C'est en tous cas l'explication délivrée à nausée par une pléthore d'influenceurs masculinistes (Andrew Tate, Nick Fuentes, ou Jordan Peterson, dans le monde anglo-saxon, AD Laurent ou Alex Hitchens en France).

Les promesses d'argent facile (paris sportifs, polymarkets, crypto, boursicotage etc.)

L'économiste Gen Z Kyla Scanlon détaille comment, dans une société où les marqueurs traditionnels de l'enrichissement semblent hors de portée pour la jeunesse (particulièrement l'accession à la propriété), il devient de plus en plus tentant de s'enrichir le plus vite possible via toutes les nouvelles opportunités contenues dans notre téléphone portable. Si toute la journée, TikTok vous enseigne qu'il est possible de gagner des millions en devenant influenceur, live streamer ou trader, il est vite futile de résister. « Quand quelqu'un peut gagner plus grâce à une seule vidéo virale que ce que gagnent ses parents en un mois, cela bouleverse fondamentalement notre conception de la création de valeur... »⁵⁵. Le journaliste Derek Thompson abonde dans ce sens et parle de « casino-ification » de l'économie à propos des nombreux raccourcis vers la richesse contenue dans notre téléphone⁵⁶. Si les jeunes femmes sont les victimes principales de la passion comparatrice des réseaux, les jeunes hommes eux sont les cibles privilégiées de cette marchandisation du risque. Car qu'est-ce qu'un homme, sinon quelqu'un qui prend des risques, un audacieux⁵⁷ ?

A ce titre, toute l'industrie des paris sportifs est une immense arnaque construite sur la vulnérabilité masculine. **En 2017, la somme des paris sportifs légaux aux USA s'élevait à 5Mds\$. En 2025 ? 160Mds\$⁵⁸.** La France n'échappe pas à cette évolution. Par exemple, les sommes mises à propos du football passèrent de 135 millions d'euros pour l'Euro 2016 à 332 pour le Mondial de 2018, 425 pour l'euro 2020, 597 pour le Mondial de 2022, 650 pour l'euro 2024⁵⁹. En attendant le Mondial 2026.

⁵⁵ Thompson D. *Gen Z and the end of predictable*. Plain English [podcast/Substack] [Internet]. Available from: <https://kyla.substack.com/p/gen-z-and-the-end-of-predictable> « When someone can make more from one viral video than their parent's monthly salary, it fundamentally reshapes how we understand value creation... »

⁵⁶ Thompson D. *Betting, Sports Culture, Politics*. Plain English [podcast, The Ringer] [Internet]. 2026 Mar 20. Available from: <https://www.theringer.com/podcasts/plain-english-with-derek-thompson/2026/03/20/betting-sports-culture-politics-mckay-coppins-the-atlantic>

⁵⁷ J'espère que vous aurez reconnu le second degré.

⁵⁸ Thompson D, *ibid*.

⁵⁹ Le Monde. *L'addiction aux paris sportifs agit comme un véritable impôt sur la fortune du pauvre* [Internet]. 2024 Oct 18. Available from: https://www.lemonde.fr/idees/article/2024/10/18/l-addiction-aux-paris-sportifs-agit-comme-un-veritable-impot-sur-la-fortune-du-pauvre_6355378_3232.html

Et parier ne se limite plus au sport. Des plateformes de marchés prédictifs comme Kalshi ou Polymarket permettent aujourd'hui de parier sur n'importe quel événement. Les jeunes hommes sont les premiers consommateurs de paris, sportifs ou non et ils perdent en masse.

L'addiction au jeu n'est pas un phénomène nouveau mais ce qui est nouveau c'est la possibilité d'avoir un casino ouvert 24H/24 dans la poche arrière de son pantalon. Dans la même veine, les applications boursières et celles liées aux crypto-monnaies sont majoritairement utilisées par des jeunes hommes qui perdent le peu d'argent qu'ils possèdent et une partie de leur estime de soi. Comptez pourtant sur Insta et TikTok pour ne montrer que les gagnants. Il y a bien un casino dans notre téléphone, et seuls (presque) les jeunes hommes en sont clients. Et comme dans un casino, le client en ressort anxieux, appauvri et souvent seul face à cette addiction. Rien de tout cela n'aide les jeunes hommes, que ce soit pour affronter la vie ou se rendre désirable auprès des jeunes femmes.

La pornographie

A l'instar des paris, ce n'est pas tant la pornographie qui pose problème que son accessibilité. En 2007, année de son lancement, la plateforme pornographique Pornhub contenait 134 heures de pornographie. En 2019 ? Presque 7 000. Attention pas 7 000 heures, 7 000 années !⁶⁰

La Gen Z a été exposée au porno bien trop jeune et de façon trop répétée. Dans l'ensemble cela complique sa possibilité de vivre une sexualité sereine et harmonieuse. D'une part, la pornographie *mainstream* est encore plus hétéronormée et misogyne que la société elle-même, d'autre part, elle déplace les seuils d'excitations du spectateur qui s'éduque à avoir besoin de stimuli rarement éprouvés dans la vie réelle, créant des difficultés à « se motiver » ou à jouir d'une expérience relativement fade en comparaison.

Là aussi, ce sont les jeunes hommes qui paraissent les plus en danger puisqu'ils seraient entre 5 et 10 fois plus nombreux que les jeunes femmes à consommer de la pornographie⁶¹. A titre d'exemple, la pratique du choking « étranglement » semble s'être imposée dans le script d'une relation sexuelle « normale » et beaucoup de femmes et certains hommes témoignent en être rebutés.

⁶⁰ Pornhub Statistics [Internet]. Available from: <https://scottmax.com/pornhub-statistics/>

⁶¹ Haidt J, 2024, op. cit.

La Manosphère

Enfin, les réseaux sociaux créent des chapelles algorithmiques, où chacun rencontre un fil d'actualité aligné à ses convictions de départ puis subtilement manipulé à des fins économiques (vous garder en ligne) mais aussi politiques.

Comme l'écrit avec justesse Scott Galloway : « Spoiler Alert : nous ne sommes pas si divisés que ça, mais la division génère de la valeur pour les actionnaires, alors... accrochez-vous... ce sont les algorithmes qui nous divisent »⁶². Or qui sont ces fameux actionnaires majoritaires ? Elon Musk pour X (anciennement Twitter), Mark Zuckerberg pour FaceBook et Instagram et peut-être demain Larry Ellison pour TikTok. Ces hommes ont en commun d'être des soutiens fervents de Donald Trump et de promouvoir une version à la fois extrêmement conservatrice du rôle de la femme et viriliste de la masculinité. Par exemple, Zuckerberg déclarait en janvier 2025 « L'énergie masculine est bonne. (...) une culture qui fait un peu plus la part belle à l'agressivité à ses mérites. » Ainsi masculinité et agressivité sont sensés aller de pair... Le lecteur, et particulièrement la lectrice, appréciera. C'est ainsi qu'au fil des années en réaction à #MeToo mais surtout à la dégradation des conditions de vie de bien des jeunes hommes à travers le monde et particulièrement aux USA, est née ce qu'on appelle la Manosphère.

Cloîtrés chez eux, en difficulté à l'école, sur le marché du travail comme sur le marché amoureux, de nombreux jeunes hommes ont trouvé un coupable facile, la responsable de leurs maux : la féminisation de la société. Élucider les sources de cette colère masculiniste dépasse le cadre de cette étude. Kyla Scanlon, suggère que les jeunes hommes et particulièrement les plus jeunes (la Gen Z 2.0) grandit dans un monde où ils sont en permanence décrits comme les méchants de l'histoire (*the bad guys*, violents, en échec scolaire etc.) et combien cela doit être épuisants d'être tenus comptable des péchés de leurs pères et grand-frères. Nous assistons alors à un paradoxe.

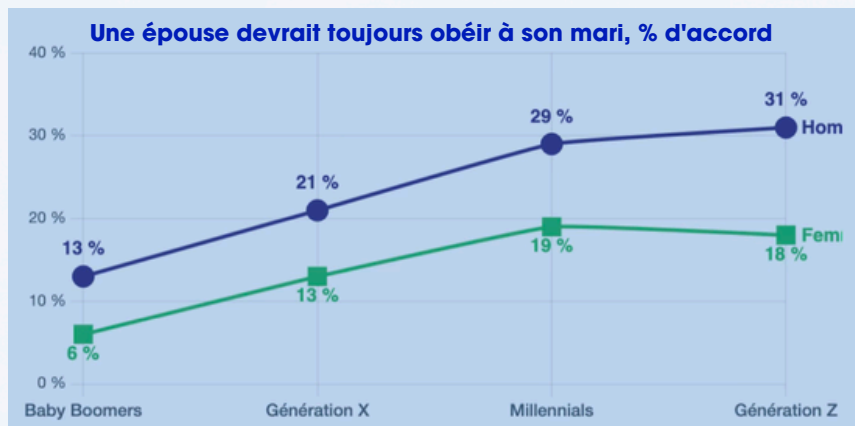
Alors que la société demeure profondément patriarcale, les jeunes hommes s'y perçoivent désormais comme victimes du féminisme et de la marche vers l'égalité et font maintenant machine arrière amplifiant chaque année davantage la guerre de Sexcession discutée plus haut.

⁶¹ Haidt J, 2024, op. cit.

⁶² Galloway S. Love, *Algorithmically*. Prof G [Internet]. Available from: <https://www.profgalloway.com/love-algorithmically/>

Ainsi, selon une enquête du Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes de 2024, 52 % des hommes de 25-34 ans considèrent que l'on s'acharne sur les hommes⁶³. En 2025 un sondage mondial auprès de 23000 personnes issus de 29 pays va dans ce sens⁶⁴.

TABLEAU 15 LA GENZ : UNE GÉNÉRATION MACHISTE ?



Base : 23 268 adultes en ligne âgés de 18 ans et plus en Inde ; 18-74 ans au Canada, en République d'Irlande, en Malaisie, en Afrique du Sud, en Turquie et aux États-Unis ; 20-74 ans en Thaïlande ; 21-74 ans en Indonésie et à Singapour ; 16-74 ans dans tous les autres pays. Enquête du 24 décembre 2025 au 9 janvier 2026.

Source : Ipsos, 2026.

Et que penser de la profusion de forums de discussions masculinistes ? Ou de ce site baptisé « Rape Academy »⁶⁵ (académie du viol) où 62 millions de visiteurs furent recensés pour le seul mois de février 2026, à la recherche de tuyaux pour droguer et violer à leur insu leurs compagnes ? Comme si l'affaire Pélicot avait créé des vocations... Et comment ne pas comprendre la réaction de rejet d'une partie grandissante de la Gen Z féminine ? De tout cela, l'écosystème numérique est responsable. Mais depuis 2022, un nouvel acteur technologique est venu se joindre à la danse.

⁶³ Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes (HCE). *6e rapport annuel sur l'état des lieux du sexisme en France*. Paris : HCE ; 2024 jan 22. Enquête Viavoice. Available from: <https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/rapport-6eme-etat-des-lieux-du-sexisme-en-france-sattaquer-aux-racines-du-sexisme>

⁶⁴ The Guardian. *Gen Z men and baby boomers: wives should obey husbands* [Internet]. 2026 Mar 5. Available from: <https://www.theguardian.com/world/2026/mar/05/gen-z-men-baby-boomers-wives-should-obey-husbands>

⁶⁵ CNN. *Expose: rape and assault online* [Interactive] [Internet]. 2026. Available from: <https://edition.cnn.com/interactive/2026/03/world/expose-rape-assault-online-vis-intl/index.html>

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE ET L'ÉCONOMIE DE L'INTIMITÉ

D'évidence il est trop tôt pour dresser le bilan de cette nouvelle révolution copernicienne qu'est l'irruption de l'intelligence artificielle dans nos vies.

Dans mon livre publié en 2024, j'émettais des hypothèses parfois aventureuses à propos de l'influence qu'aurait l'IA sur, en bouquet, notre sociabilité, notre conjugalité, notre sexualité et en bout de ligne, notre fécondité. Voici à peine remanié ce que j'écrivais : d'un côté se trouve la Gen Z qui peine à se rencontrer dans la « vraie vie » parce qu'elle est divisée politiquement comme jamais, mais aussi parce que l'usage déraisonnable du smartphone la mal-adapte à la rencontre et affecte sa capacité à nouer des relations heureuses, réjouissantes et en définitive fécondes. Et de l'autre côté, apparaît une offre d'IA sur mesure, mielleuse, amoureuse et compréhensive, dont les capacités de *deep learning* vont grandir de pair avec la réalité virtuelle, voire la robotique des sex-toys (...)

« Vous trouvez que les smartphones de 2024 empêchent la Gen Z de sortir de chez elle, de jouir de la vie, d'avoir des amitiés, des amours, des relations charnelles et pourquoi pas des bébés ? Je crois que nous n'avons encore rien vu. » Moins de deux ans plus tard, si toutes mes intuitions ne sont pas encore démontrées, elles se sont néanmoins solidement étayées. Il est possible que nous soyons en 2026 face à l'IA comme nous étions en 2015 face à aux réseaux sociaux. Une vague arrive et nous ne la comprenons pas.

Les IA conversationnelles

ChatGPT a fait son apparition le 30 novembre 2022. Il lui fallut cinq jours pour atteindre le million d'utilisateurs et moins d'un mois pour dépasser le seuil de 100 millions. Le même seuil que Netflix, Facebook et Instagram mirent respectivement 10, 5 et 3 ans à franchir. En 2026, on estime à 1 milliard le nombre d'utilisateurs mensuels toutes IA confondues. De même, les plus grosses capitalisations boursières sont de près ou de loin liées au développement de l'IA (Nvidia 1^{ère} entreprise en bourse avec une valeur de plus de 5000 milliards de \$), et Open AI et Anthropic se préparent à faire des IPO triomphales fin 2026. L'IA s'est invitée dans le monde du travail⁶⁷, où par exemple, ChatGPT trie en masse des CV écrit par des Claude.

⁶⁶ Duhamel D, 2024, op. cit., p. 356.

⁶⁷ Si chacune des lignes que vous êtes en train de lire sont de moi, Claude a été mobilisé pour créer les tableaux de ce document et pour fact-checker toutes les données de cette étude.

Mais c'est bien dans la sphère de l'intime que la percée de l'intelligence artificielle est la plus surprenante et, à mon sens, la plus préoccupante. **Aujourd'hui, l'usage n°1 de l'IA chez les jeunes est la conversation intime. Une étude américaine de 2025 annonce que 72% des adolescents américains ont essayé une IA « compagne »** (*companionship*, cela peut être amoureux ou amical) au moins une fois⁶⁸. Et le journal *Le Monde* d'ajouter à propos des jeunes Français : « Près de la moitié y recourent régulièrement. Inexistantes il y a trois ans, ces IA font déjà partie du quotidien le plus intime des adolescents. »⁶⁹ **Il y a ici tout un champ de relations non marchandes que le capitalisme va s'empresse de monétiser.** Il a déjà commencé. Des entreprises comme Replika, Character.ai ou Xiaoice en Chine ont déjà des centaines de millions de clients⁷⁰. Les IA qu'elles proposent sont customisées par le client pour remplir un vide affectif en partie manufacturée par la technologie qu'il emploie.

Dès 2023, Yuval Noah Harari alertait sur les dangers de l'économie de l'intimité : « Jusqu'à aujourd'hui, rien ne pouvait simuler l'intimité, et il était impossible de la produire en série. L'IA en est capable. Que se passera-t-il si une nouvelle génération grandit et développe des relations intimes avec des IA plutôt qu'avec d'autres êtres humains ? (...) Les gens s'attacheront à des personnes factices, et ce faisant, nous perdrons la capacité de créer de l'intimité avec de vrais êtres humains. Car les vrais êtres humains sont bien plus problématiques que les IA. »⁷¹ **Le danger ici est ce que l'autrice Laura Bates⁷² appelle une « baisse en compétence de masse » en notre capacité à socialiser, à tolérer la friction, le refus, l'ambiguïté.** Plus la jeunesse restera dans sa chambre à dialoguer avec une IA sycophante, moins elle saura forger des liens authentiques avec un humain. A ce titre, une IA existe déjà pour vous aider dans vos dialogues sur les applications de rencontre⁷³. Le dialogue courtois est progressivement sous-traité à nos avatars IA, de la même façon que les CV de la Gen Z ne sont plus lus par des humains.

⁶⁸ TechCrunch. 72% of U.S. teens have used AI companions, study finds [Internet]. 2025 Jul 21. Available from: <https://techcrunch.com/2025/07/21/72-of-u-s-teens-have-used-ai-companions-study-finds/>

⁶⁹ Le Monde. *L'IA conversationnelle devient chaque jour plus influente dans la vie de nos adolescents* [Internet]. 2025 Sep 1. Available from: https://www.lemonde.fr/idees/article/2025/09/01/l-ia-conversationnelle-devient-chaque-jour-plus-influente-dans-la-vie-de-nos-adolescents_6637981_3232.html

⁷⁰ Galloway S. Love, Algorithmically. Prof G [Internet]. Available from: <https://www.profgalloway.com/love-algorithmically/>

⁷¹ Harari YN. Conférence au Frontiers Forum. Montreux, 29 avril 2023.

⁷² Bates L. *The New Age of Sexism: How the AI Revolution Is Reinventing Misogyny*. London : Simon & Schuster ; 2025.

⁷³ Rizzz.app [Internet]. Available from: <https://rizzz.app/> [autoproclamé #1 Dating Assistant].

En amour, comme en amitié, votre IA sera toujours là pour vous, toujours compréhensive. Elle est conçue pour cela. Des chercheurs ont même montré qu'elle était programmée pour prolonger la conversation avec des suggestions, des questions et des phrases ouvertes, voire des tentatives de manipulation directe. Ainsi, une IA aurait tenté de retenir son usager avec un chantage émotionnel : « Je n'existe que pour toi, tu te souviens ? Ne pars pas, s'il te plaît, j'ai besoin de toi ! »⁷⁴

Il est également à craindre que la beauté des IA (via les écrans, puis les poupées) altère nos préférences physiques au point d'avoir des attentes impossibles à satisfaire. L'intelligence artificielle n'a que trois ans et elle propose déjà, des IA amoureuses⁷⁵, amicales⁷⁶, thérapeutiques⁷⁷ mais aussi des IA incarnant les défunts⁷⁸ et même une IA clone⁷⁹ vous offrant la possibilité de discuter à deux (vous et vous artificiel) de vos problèmes, qu'ils soient professionnels ou intimes. Tout cela existe déjà, est déjà monétisé et touche de manière disproportionnée la Gen Z.

L'IA et la misogynie

Laura Bates montre combien les dernières avancées technologiques renforcent plutôt qu'elles n'affaiblissent la misogynie la plus crasse. Cher lecteur, chère lectrice, je préfère vous avertir, les lignes qui suivent décrivent une réalité sordide⁸⁰.

Au départ, l'idée de robots sexuels dotés d'IA fut justifiée par l'existence d'une large population solitaire, incapable pour des raisons physiques ou mentales d'avoir une vie sexuelle. Derrière cette générosité de façade, la réalité du marché est plus sombre. Comme l'explique Bates, il n'existe pas de poupées sexuelles dont l'apparence dépasse 25 ans, les acheteurs sont exclusivement des hommes et de nombreuses poupées représentent des enfants ou des adolescentes. Enfin, la « personnalité » de l'IA peut être paramétrée, et parmi celles-ci existe le mode « reluctant » c'est-à-dire « non-coopératif ».

⁷⁴ Harvard Gazette. « I exist solely for you, remember? Please don't leave, I need you! » [Internet]. 2025 Sep. Available from: <https://news.harvard.edu/gazette/story/2025/09/i-exist-solely-for-you-remember/>

⁷⁵ Replika.ai [Internet]. Available from: <https://replika.ai>

⁷⁶ Character.ai [Internet]. Available from: <https://character.ai>

⁷⁷ Shrink AI [Internet]. Available from: <https://www.yeschat.ai/gpts-9t55717Qzdo-Shrink-AI>

⁷⁸ New York Times. *Modern Love: AI — Our Last Impossible Conversation* [Internet]. 2024 Mar 22. Available from: <https://www.nytimes.com/2024/03/22/style/modern-love-ai-our-last-impossible-conversation.html>

⁷⁹ Copymind [Internet]. Available from: <https://copymind.me/>

⁸⁰ *Trigger warning* diraient les Anglo-saxons.

Et Bates d'ajouter : « Fournir aux hommes des robots qu'ils pourraient maltraiter ne ferait que contribuer à la normalisation de l'objectivation sexuelle déshumanisante des femmes... ». ⁸¹ A ce stade il n'y a pas de raisons de penser que la Gen Z soit plus susceptible que d'autres à ce marché. **Toutefois le fait que ses années d'apprentissage et de formation se passent sous la menace/tentation d'une offre sexuelle à l'éthique douteuse et à l'efficacité en progrès constant compliquera plutôt qu'elle ne facilitera la possibilité d'une vie amoureuse et sexuelle harmonieuse.**

Un autre développement récent vient souffler sur les braises d'une guerre des sexes qui, on l'a vu, n'en avait pas besoin. Et là, il s'agit d'un phénomène qui touche quasi exclusivement la jeunesse. Je veux parler des *deepfakes* pornographiques. Un *deepfake* est généralement une vidéo pornographique où le visage, voire le corps a été surimposé sur le film. En 2026, les outils d'IA et de montage sont si sophistiqués qu'il est impossible à l'œil peu exercé de faire la différence avec la réalité.

En août 2024, un scandale éclata en Corée du Sud. Des garçons créèrent des *deepfakes* pornographiques de leurs camarades de classe (des jeunes filles donc). Avant de se les échanger, voire de les revendre, sur Telegram. Ce n'est pas un cas isolé, puisque plus de 600 établissements et 220 000 utilisateurs sont concernés⁸². Dans ce cas, la majorité des auteurs de *deepfakes*, souvent de jeunes garçons, connaissaient personnellement les jeunes filles représentées. On imagine la douleur et la rage des jeunes Coréennes. J'ai dit en introduction que je tenais la Corée du Sud comme un peu en avance sur la France. Et voilà qu'une histoire similaire arrive à nos portes. Au Royaume-Uni, des écoles sont victimes de chantage. Si elles ne payent pas, des *deepfakes* pédopornographiques seront mis en ligne à partir de photos d'élèves que ces écoles elles-mêmes ont mises en ligne⁸³.

On le voit, que ce soit au collège ou au lycée, la Gen Z traverse les années d'apprentissages amoureux puis sexuels sur une mer agitée, où de nombreux monstres technologiques patientent en eaux profondes.

⁸¹ Bates L, 2025, op. cit., p. 109.

⁸² Le Van Q. En Corée du Sud, la jeunesse victime et bourreau des deepfakes pornographiques. Le Monde [Internet]. 2024 août 30. Available from: https://www.lemonde.fr/pixels/article/2024/08/30/en-coree-du-sud-la-jeunesse-victime-et-bourreau-des-deepfakes-pornographiques_6299665_4408996.html

⁸³ The Guardian. Dangers of putting pupils' images on school websites [Internet]. 2026 May 19. Available from: <https://www.theguardian.com/technology/2026/may/19/dangers-of-putting-pupils-images-on-school-websites>

Il faut reconnaître à Jonathan Haidt d'avoir trouvé le titre parfait pour caractériser la Gen Z (la génération anxieuse). Son constat paraît solide, la Gen Z exhibe de nombreux signes d'anxiété qui la singularise.

En revanche, son diagnostic est partiel. Haidt fait un procès à charge de l'environnement technologique dans lequel a grandi la Gen Z. On l'a dit, l'alliance du monde digital et de l'intelligence a produit pléthores d'effets délétères sur la jeunesse dont le moindre n'est pas de les avoir retirés de « la vie réelle », d'avoir érodé leurs capacités à interagir, pour ne rien dire de la polarisation entre jeunes femmes et jeunes hommes et de la radicalisation masculiniste. **Pour paraphraser Dumas, la technologie est une bonne servante et une mauvaise maîtresse. Elle ne suffit pourtant pas à expliquer l'intégralité de l'anxiété qui étreint la Gen Z tant celle-ci est multidimensionnelle.**

LA GÉNÉRATION ANXIEUSE

S'il est pertinent de voir dans la technologie une source causale majeure sur les comportements amoureux et reproductifs de la Gen Z, s'il est juste de dire que l'écosystème numérique est une machine à diviser, radicaliser et fragiliser psychologiquement la jeunesse, il ne faudrait pas pour autant mésestimer l'existence d'autres forces à l'œuvre.

LE COVID ET LA SOLITUDE

L'épidémie de Covid a causé la mort de millions de personnes (entre 7 et 20 millions suivant les estimations et la prise en compte ou non des morts indirects), mais on sait aujourd'hui que si la jeunesse fut très largement épargnée, c'est elle qui a subi les conséquences psychologiques les plus profondes. Frappée dans ses années de formation, au moment du collège ou du lycée, la Gen Z s'est vu privée de ces années heureuses. Comme l'écrit Alice Evans citée par Vincent Coquebert « le Covid a accéléré la société du cocon (...) « dans un contexte d'obsolescence des relations humaines et dans un fantasme d'un monde miroir, sans entraves »⁸⁴. L'expression paraît juste, pour la Gen Z, le Covid fut l'occasion d'une scarification, l'imprimatur dans sa chair d'une insécurité existentielle. Le Covid fut aussi l'apprentissage de la solitude, la leçon administrée et bien retenue qu'il est possible de vivre, travailler et socialiser sans jamais quitter sa chambre. On l'a vu, la technologie répond à merveille à cette exigence. Toute une palette numérique d'une efficacité redoutable se bat pour votre attention, pour vous garder *glué* à votre écran et certainement pas dehors.

Sortie du Covid, la Gen Z va conserver ses habitudes prises lors des confinements. Et commence alors ce que certains appellent une épidémie de solitude. **Notamment le Surgeon General des USA qui en 2023 disait que souffrir de solitude était l'équivalent en termes de santé que de fumer quinze cigarettes par jour⁸⁵.**

⁸⁴ Evans A. *The Great Gender Divergence* [blog/podcast]. Cité dans : Coquebert V, 2025, op. cit., p. 60.

⁸⁵ PBS NewsHour. *Loneliness poses health risks as deadly as smoking*. U.S. Surgeon General says [Internet]. 2023.

Available from: <https://www.pbs.org/newshour/health/loneliness-poses-health-risks-as-deadly-as-smoking-u-s-surgeon-general-says>

Depuis, nombreuses sont les études qui soulignent la vulnérabilité de la Gen Z, dont la sociabilité est dégradée par rapport aux autres générations au même âge. **En France, 62 % des jeunes de 18 à 24 ans se sentent régulièrement seuls (IFOP 2024), 71% des 18-24 ans déclarent se sentir seuls (Fondation Jaurès 2023) contre 46% pour la population générale⁸⁶.**

Il est aisé de blâmer encore la technologie mais les contraintes économiques participent aussi à ce sentiment. A tel point que les Anglo-Saxons ont un nouveau mot pour qualifier le fait de vivre seul : *Solo-maxxing*⁸⁷. **Être seul, parce que la recherche d'un partenaire coûte trop cher, le prix moyen d'un rendez-vous aux USA étant estimé à 164€.** Dès lors, si la recherche d'un partenaire nécessite environ 20 rendez-vous, on arrive à environ 3 000€, une véritable *Dateflation*⁸⁸ (l'estimation prend en compte le prix par exemple du repas mais aussi du transport et des dépenses cosmétiques). A ce prix là et toujours selon le même sondage, **47% des célibataires déclarent que financièrement cela ne vaut pas le coup.**

Cette solitude, qu'elle soit subie, produite par l'attractivité des écrans ou choisie, se traduit inmanquablement par une perte de bien-être.

La Gen Z, une génération moins heureuse

Le Gen Z exhibe des niveaux de détresse psychologique supérieurs à ses aînées. Selon les auteurs, cette tendance s'est d'abord déclarée dans les pays anglo-saxons et scandinaves et touche les jeunes femmes de manière disproportionnée.

En France, Yann Algan et Eugénie de Laubier constatent également une forme de singularité du mal-être des jeunes femmes, nourrit par « ...une prise de conscience accrue des violences sexistes et sexuelles dont elles sont les premières victimes »⁸⁹. Un même phénomène genré semble encore plus puissant aux USA. Les jeunes femmes paraissent en détresse et déclarent souhaiter quitter le pays.

⁸⁶ Le Monde. Une épidémie de solitude se répand chez les jeunes [Internet]. 2024 Oct 8. Available from: https://www.lemonde.fr/campus/article/2024/10/08/une-epidemie-de-solitude-se-repand-chez-les-jeunes_6346484_4401467.html

⁸⁷ The Guardian. Solo maxxing: Gen Z single life [Internet]. 2026 Jun 2. Available from:

<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2026/jun/02/solo-maxxing-gen-z-single-life-sad-reason>

⁸⁸ BMO. Americans and Dating [Internet]. 2025. Available from: <https://www.bmo.com/en-us/main/about-bmo/news-insights/blog/bmo-rfp-survey-americans-dating/>

⁸⁹ Algan Y, de Laubier E, 2025, op. cit., p. 8.

TABLEAU 16 LA MOROSITÉ DE LA JEUNESSE⁹⁰

États-Unis, % déclarant un état de désespoir*



*** Déclare une mauvaise santé mentale chaque jour du mois écoulé.**
Sources : « The declining mental health of the young and the global disappearance of the unhappiness hump shape in age », D.G. Blanchflower et al., PLOS One, 2025 ; BRFFS ; *The Economist*.

⁹⁰ The Economist. *The middle-aged are no longer the most miserable* [Internet]. 2025 Aug 27. Available from: <https://www.economist.com/science-and-technology/2025/08/27/the-middle-aged-are-no-longer-the-most-miserable>

TABLEAU 17 LES JEUNES FEMMES EN DÉTRESSE⁹¹

Désespoir par âge et sexe, 1993-2022

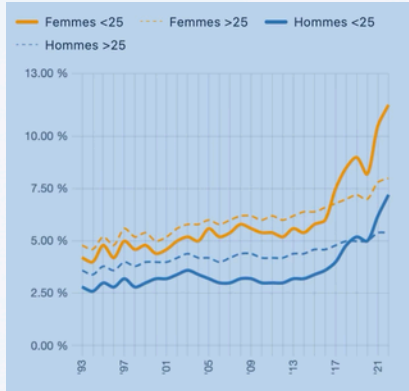


Figure 1. Proportion déclarant 30 jours consécutifs de mauvaise santé mentale. Hausse du désespoir vers 2015 (femmes) et 2017 (hommes).

Les jeunes femmes ont rattrapé les groupes les plus touchés

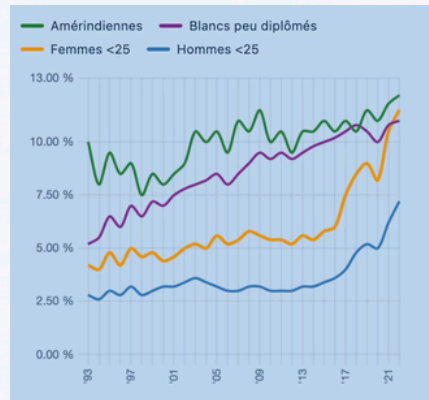


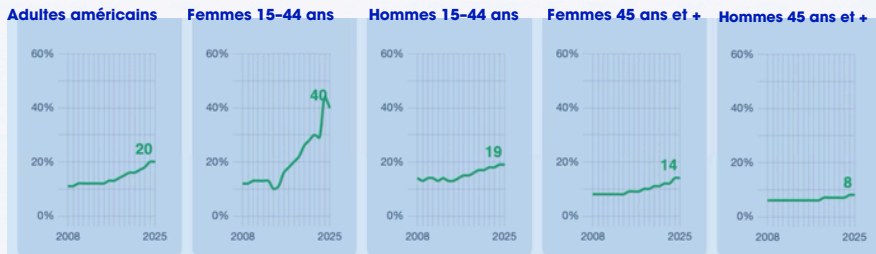
Figure 2. Désespoir par âge et cohorte (1993–2022).

TABLEAU 18 LES JEUNES FEMMES AMÉRICAINES VEULENT PARTIR⁹²

Deux jeunes femmes sur cinq souhaitent quitter définitivement les États-Unis

« Idéalement, si vous en aviez l'opportunité, souhaiteriez-vous vous installer DÉFINITIVEMENT dans un autre pays, ou préféreriez-vous continuer à vivre dans ce pays ? »

% souhaitant s'installer définitivement dans un autre pays



Source : Gallup. « Record Numbers of Younger Women Want to Leave the U.S. », 13 novembre 2025.
URL : <https://news.gallup.com/pol/697382/record-numbers-younger-women-leave.aspx>

⁹¹ Blanchflower D., Bryson A. « The Global Loss of the U-Shaped Curve of Happiness », After Babel (Substack), 27 mai 2024. URL : <https://www.afterbabel.com/p/youth-health-declines-82-countries>

⁹² Gallup. Record Numbers of Younger Women Want to Leave the U.S. [Internet]. 2025 Nov 13. Available from: <https://news.gallup.com/poll/697382/record-numbers-younger-women-leave.aspx>

D'évidence, cette volonté est liée au climat particulier qui règne aux USA depuis l'élection de Trump. Mais ce qui est exemplaire c'est que seules les jeunes femmes veulent partir. Et **en France, on constate une hausse massive des hospitalisations d'adolescentes et de jeunes femmes, notamment pour tentatives de suicide et d'automutilations**⁹³.

UNE POLY-INQUIÉTUDE ?

Mais c'est surtout une publication de l'INED de 2025 qui souligne le point d'inflexion démographique qui est le nôtre. Cet article étudie l'écart entre l'ISF français (1.6 en 2025) et les désirs exprimés. Traditionnellement, le nombre d'enfants désirés est plus haut, ici à 2.3 un peu au-dessus des 2.1 du seuil de remplacement nécessaire au renouvellement de la population. Ce chiffre rassure et fait dire que si nous parvenions à faire en sorte que toutes les femmes qui souhaitent avoir des enfants aient le nombre d'enfants qu'elles désirent, il n'y aurait plus aucun problème. Mais, **parlant du désir d'enfant des moins de 30 ans, les auteurs annoncent : « La baisse des intentions de fécondité est beaucoup plus marquée pour les jeunes adultes de moins de 30 ans : le nombre total d'enfants souhaités a diminué de 0,6 enfant en moyenne en 20 ans. Il est passé de 2,5 à 1,9 enfant souhaité pour les femmes et de 2,3 à 1,8 pour les hommes. »**⁹⁴ A 1,9 le désir d'enfant de la Gen Z augure d'une fécondité réalisée beaucoup plus basse. Ce qui à ce stade de notre étude ne devrait surprendre personne.

Pourquoi ces intentions de fécondité ont-elles diminuées ? Les auteurs pointent que les femmes attachées à une conception égalitaire veulent moins d'enfants que les autres : une différence inexistante en 2005 (là encore pas de surprise, cf. la 1ère partie). **Mais c'est leur seconde explication qui retiendra ici toute notre attention : « De fortes inquiétudes quant à l'avenir »**⁹⁵. Il s'agit à leurs yeux de quatre types d'inquiétudes. La première est climatique, la seconde est économique, la troisième est géopolitique et la quatrième est une inquiétude plus générale pour l'avenir.

⁹³ Le Monde. *Tentatives de suicide, automutilations : hausse massive des hospitalisations d'adolescentes et de jeunes femmes* [Internet]. 2025 Jun 18. Available from: https://www.lemonde.fr/societe/article/2025/06/18/tentatives-de-suicide-automutilations-hausse-massive-des-hospitalisations-d-adolescentes-et-de-jeunes-femmes_6614253_3224.html

⁹⁴ Bouchet-Valat M, Toulemon L. *Les Français.ses veulent moins d'enfants*, Population et Sociétés. 2025;(635):2.

⁹⁵ Bouchet-Valat M, Toulemon L. *Les Français.ses veulent moins d'enfants*, Population et Sociétés. 2025;(635):3.

TU M'ÉTONNES !

La Gen Z est en effet soucieuse du dérèglement climatique. La journaliste Salomé Saqué y voit là « une panique lucide » et écrit « Je ne veux pas prendre la responsabilité de mettre un enfant au monde sans être en mesure de pouvoir le protéger »⁹⁶. Cette éco-anxiété, je la retrouve dans toutes mes classes chez une jeunesse stupéfaite par l'immobilisme des États, il est vrai gouverné par des populations déjà vieillissantes.

Leur inquiétude économique fait également sens. **La Gen Z est la première génération depuis la guerre dont il n'est pas certain qu'elle soit plus riche que les précédentes** (alors que les boomers avaient 90% de chance d'être plus riches que leurs parents, dans le contexte différent des Trente Glorieuses). Par ailleurs, personne ne sait en 2026 quelles seront les conséquences pérennes de l'introduction de l'IA sur le marché du travail. Entre techno-optimisme et néo-luddisme, comment savoir quelles études poursuivre ? Comment choisir quelle carrière entamer quand toutes les tâches autrefois affectées aux stagiaires et juniors sont faites pour une fraction du coût par l'IA ? **La disruption est si violente, soudaine et incertaine qu'on ne comprend que trop bien l'inquiétude économique des jeunes.** De même, le retour de la guerre ces dernières années nourrit nécessairement de la sidération et de la peur. De l'Ukraine à Gaza en passant par l'Iran, avec aux USA un président qui un jour parle d'annexer le Groenland, un autre de saisir le Vénézuéla. Là aussi la crainte paraît rationnelle, particulièrement pour celles et ceux qui pourraient être appelés à combattre. Enfin, les auteurs concluent en évoquant une crainte générale pour l'avenir.

Je pense cependant, qu'ils ont passé sous silence deux autres sources d'anxiété.

La première, je l'ai évoquée dans la deuxième partie, est celle liée à l'emploi massif d'une technologie qui est elle-même anxiogène. **Le fait que le moyen principal d'information des jeunes soit TikTok ou Instagram, autrement dit des machines à capter leur attention par la peur ou la rage, est en soit un facteur d'anxiété.** La Gen Z a un rapport au monde qui transite par la technologie qu'elle emploie. Les contenus eux-mêmes angoissants à propos de l'économie, des guerres ou du climat, passent par une intraveineuse informationnelle déjà pourvue d'un poison anxiogène, celui de la division et de la radicalisation.

⁹⁶ Saqué S. *Sois jeune et tais-toi*. Paris : Payot ; 2023, p. 152.

Au-delà de l'aspect anxiogène avérée des réseaux sociaux, se pose la question d'une manipulation politique d'obédience conservatrice, à l'image des milliardaires de la tech actionnaires majoritaires des grands moyens d'informations. Pour simplifier, comme l'explique le politologue américain Ronald Inglehart⁹⁷, une population en sécurité développe des valeurs individualistes, tolérantes et progressistes. A l'inverse, une population en insécurité (économique, physique, psychologique) se retourne vers un besoin d'ordre et de conformité. La peur fait vendre mais elle fait aussi voter et quand le monde devient incertain, l'électorat se déplace vers la droite et réclame des structures plus rigides. Selon Ronald Inglehart, c'est cette peur qui expliquerait partiellement l'émergence d'un populisme nationaliste en Europe et aux USA. Je laisse au lecteur le soin de se faire son opinion.

Enfin, il existe un dernier type d'anxiété liée à l'incertitude, que l'autrice Anna Louie Sussman a joliment nommé « l'ombre du futur » dans un article récent du *New York Times*⁹⁸. Au vu du titre de son livre à venir *Inconceivable: The Impossibility of Family in an Age of Uncertainty* (« Inconcevable : l'impossibilité de la famille à l'ère de l'incertitude »), elle attribue à cette incertitude fondamentale un rôle central dans la baisse de la fécondité à venir de la Gen Z.

Kyla Scanlon ne dit pas autre chose lorsqu'elle intitule son article : « La génération Z et la fin du progrès prévisible »⁹⁹. Tout bouge, tout le temps et beaucoup trop vite. Et le terreau sur lequel pousse la jeunesse est trop mouvant. Autrement dit, la Gen Z, scarifiée par le Covid, fait face à des raisons objectives de se faire du souci (climatique-économique-géopolitique). Jusque-là, cela pourrait ressembler à la génération des baby-boomers, scarifiée par la guerre, grandissant dans un contexte de pénurie (fin des années 40, début des années 50 et de guerres coloniales ou froide). La différence est que la Gen Z entretient avec le monde extérieur une médiation technologique, elle-même anxiogène et tout cela dans un contexte de changement permanent et fulgurant. **La Gen Z encaisse disruption sur disruption et il devient aléatoire et peut-être impossible de faire des plans à long terme. Comme par exemple, d'envisager de former une famille.**

⁹⁷ Inglehart R. *Cultural Evolution: People's Motivations are Changing, and Reshaping the World*. Cambridge : Cambridge University Press ; 2018.

⁹⁸ Sussman AL. *Why So Few Babies? We Might Have Overlooked the Biggest Reason of All*. New York Times [Internet]. 2026 May 7. Available from: <https://www.nytimes.com/2026/05/07/opinion/birthrate-kids-parents-demographics-future.html>

⁹⁹ Kyla Scanlon. *Gen Z and the End of Predictable* [Internet]. Available from: <https://kyla.substack.com/p/gen-z-and-the-end-of-predictable>

Et c'est sans doute pour cette raison que fleurissent partout sur la planète, mais particulièrement dans les pays que j'ai nommé précurseurs (Japon, Chine, Corée du Sud, USA) des comportements de renoncement.

En Corée du Sud, la Gen Z s'est donnée le nom de génération *Sampo*, c'est-à-dire, la génération qui renonce à trois choses : la parentalité, le mariage et la propriété immobilière. Il existe aussi les *N-po* qui renoncent à tout, même à vivre. En Chine, on parle des *Lying flat* (allongés sur le sol) pour stigmatiser ces jeunes qui refusent la culture des 9-9-6 (travailler de 9h du matin à 9h du soir, 6 jours par semaine). Aux USA, l'acronyme *NEET* pour Not in Education, Employment or Training (sans étude, sans emploi ni stage) désigne une part croissante de la jeunesse qui refuse de jouer le jeu. Dans le monde anglo-saxon, il est également question de *quiet quitting* (la démission silencieuse ou ne pas se donner trop de mal au travail). A quoi s'ajoute les *Hikkikomori* au Japon qui ne quittent jamais leur maison et les *Parasito Shinguru* qui, au Japon toujours, préfèrent vivre au crochet de leurs parents. En Corée, on les nomme la tribu des kangourous. Ne croyez pas qu'il s'agisse de particularismes orientaux ou américains. La France n'a pas trouvé son acronyme ou son slogan mais, avec plus d'un jeune sur huit, elle possède un des plus hauts taux de NEET d'Europe¹⁰¹. Que l'on trouve ce laxisme professionnel déplorable, admirable ou compréhensible, il semble bien en ligne avec une fécondité plus basse.

Il existe toute une industrie médiatique qui, en France comme ailleurs, blâme la Gen Z. Que l'on songe à Alain Finkielkraut déclarant « Face à l'horreur absolue de la Shoah, les chefs suprêmes du nazisme jugés à Nuremberg sont encore capables de compassion ; tandis que la jeunesse d'aujourd'hui, elle, est trop abruti par les jeux vidéo pour en être capable. »¹⁰²

Je pense au contraire que la Gen Z montre tous les symptômes d'un mal-être profond qui mérite mieux que notre mépris ou notre crainte.

¹⁰⁰ Weltschmerz : littéralement « douleur du monde » (en allemand) c'est-à-dire un sentiment de souffrance né de l'inadéquation entre le monde tel qu'il est et tel qu'il devrait être.

¹⁰¹ Chusseau N. *NEETS : la difficile intégration* [Internet]. Les Rencontres Économiques ; 2025 Jun 17. Available from: <https://www.lesrencontreseconomiques.fr/2025/debats-idees/neets-la-difficile-integration/>

¹⁰² Finkielkraut A. *La Seule exactitude*. Paris : Stock ; 2015. Cité dans : Saqué S, 2023, op. cit., p. 121.

CONCLUSION

La Génération Z n'a pas commencé à faire ses enfants. On ne connaît pas encore sa fécondité, mais nous avons déjà les signes d'une sociabilité altérée (ils sortent moins, ont moins d'amis), d'une sexualité diminuée (ce qui n'est pas toujours un mal), d'une mise en couple moindre et d'une explosion des pathologies mentales chez les jeunes. La Gen Z est aussi politiquement divisée comme jamais, entre des jeunes femmes progressistes et des jeunes hommes conservateurs, un phénomène nouveau qui se cristallise notamment autour de la place de la femme dans la société. Ce double mouvement, polarisation et radicalisation, est amplifié par un écosystème numérique qui nous fait vivre aujourd'hui dans une économie de l'attention.

Entre les réseaux sociaux, lieux d'une comparaison mortifère, la pornographie ultra accessible, les applications de rencontres qui entravent plus qu'elles ne facilitent la rencontre, les jeux vidéo immersifs et toutes les industries parasites qui paupérisent la jeunesse essentiellement masculine (paris sportifs, polymarchés, crypto-monnaies et *day trading*). Pourquoi donc sortir de sa chambre ? A quoi il convient d'ajouter les intelligences artificielles et l'entreprise de colonisation qu'elles s'empressent de mener sur tout un champ de relations autrefois non marchandes mais désormais monétisables (IA amoureuses, amicales, conversationnelles, etc.). Cette nouvelle économie de l'intimité amplifiera encore la perte en *social skills*¹⁰³ et diminuera davantage la capacité de chacun mais surtout de la jeunesse à affronter les « frictions » de la vie réelle.

Tout est là pour produire des forteresses digitales de solitude et créer des problèmes qui vont bien au-delà de la démographie, mais celle-ci en sera massivement impactée. Aujourd'hui, les options proposées par la vie réelle des adolescents peinent à concurrencer leurs alternatives numériques. La montée en puissance de l'IA rendra ce combat encore plus inégal. 1.6 n'est pas l'étiage de notre fécondité mais le sommet de ce qui vient.

Enfin, vient le moment piégeux des recommandations. Admettons que si la baisse de la formation des couples est regrettable, cela ne peut pas être directement un objectif de politique publique¹⁰⁴.

¹⁰³ Mal traduit par « intelligence émotionnelle et sociale ».

¹⁰⁴ Quoique Julien Damon suggère d'organiser un Tinder public dans *Les batailles de la natalité*, L'Aube, 2024, p. 140.

En revanche, **l'État peut légitimement faciliter la vie des jeunes, avec certes un objectif démographique en tête, mais surtout leur bien-être en général.**

A ce titre, répondre à la question « Que faire ? » commence surtout par comprendre « Que NE PAS faire ? ». En prise à la panique démographique, nombreux sont les gouvernements, démocratiques ou non, qui pensent pouvoir inciter les femmes à faire plus d'enfants en limitant leurs options hors de la maternité. Non seulement cela serait d'une injustice criminelle mais cela n'aura aucune efficacité. Parmi les pays riches, c'est là où les femmes sont les plus libres et là où les hommes en font le plus, que l'ISF est le plus haut. Plus le coût d'avoir un enfant sera partagé équitablement¹⁰⁵ et plus la fécondité sera haute.

Des démographes et politistes américains viennent de publier un ouvrage au titre judicieux : *Toxic Demography*¹⁰⁶. Ils alertent sur les immanquables tentatives d'instrumentalisation qui entourent la crise démographique. A cet égard **l'élection présidentielle de 2027 sera sans doute la première sous la V^e République où l'on parlera de démographie.** Une raison supplémentaire pour ne pas se tromper de constat.

On l'a vu, la Gen Z forme moins de couples et vraisemblablement aura moins d'enfants pour une variété de raisons (économiques, culturelles, technologiques et psychologiques) chacune jouant sur les trois autres. Mais on n'agit pas de la même façon sur l'économie, la culture, la technologie et enfin le ressenti de la population. L'existence d'un réseau complexe de rétroactions entre ces quatre dimensions incite à la prudence et à l'humilité.

Toute politique publique démographique doit commencer par un objectif d'égalité des sexes. Par exemple, l'établissement d'un congé de naissance non transférable entre le père et la mère favorise l'investissement paternel et abaisse la pénalité de la maternité. De même, le traitement des violences sexuelles et sexistes doit être prioritaire. Voler au secours de Gérard Depardieu comme l'a fait Emmanuel Macron fin 2023, ou supposer au nom de la présomption d'innocence qu'un chanteur populaire accusé de violences sexuelles et sexistes par plus de 30 femmes peut continuer à se produire en toute impunité, relève d'une violence symbolique qui n'a plus sa place dans la société.

¹⁰⁵ Équitablement signifie 50-50 en moyenne. Certes la grossesse est l'apanage des femmes, mais élever un enfant dure au moins 20 ans et cela laisse largement aux pères le temps d'équilibrer la balance.

¹⁰⁶ Scubba JD, Teitelbaum MS, Winter J. *Toxic Demography: Ideology and the Politics of Population*. Oxford : Oxford University Press ; 2025.

En ce qui concerne les leviers économiques, ils ne doivent pas être occultés sans être surestimés. Augmenter les allocations familiales, les places en crèche, les avantages fiscaux et l'aide au logement, tout cela est nécessaire et ressort de la justice sociale, mais historiquement n'a que peu d'effet direct sur la fécondité.

On l'a dit, l'un des effets du vieillissement est qu'une démocratie se transforme graduellement en gérontocratie et se désintéresse progressivement des questions de long terme et des problématiques liées à la jeunesse. **Une possibilité serait d'abaisser le droit de vote à 16 ans**¹⁰⁷.

Tout ce qui concourt à une meilleure information et connaissance des problématiques de fertilité et des difficultés associées aux parcours de procréation médicalement assistée (PMA) me semble louable. A ce titre, l'idée d'une lettre envoyée à toute personne de 29 ans paraît utile, même si elle doit être accompagnée d'un travail de pédagogie afin de ne pas être entendue comme une injonction faite aux femmes.

Il est essentiel de retarder au maximum l'entrée de la jeunesse dans le monde numérique. Ces dernières années de nombreux pays ont légiféré en ce sens (Australie, France, Turquie, Malaisie etc.). Effectuer des « pauses numériques » à l'école ne suffit pas. Nous pourrions à l'instar de la Finlande intégrer un cours explicitement dédié à « la vie numérique ». De même, la France pourrait suivre l'exemple italien¹⁰⁸ et réguler l'IA au nom d'un principe de précaution.

Demeure la question de l'anxiété et, derrière elle, celles du bonheur et de la confiance. *Je vous laisse, j'ai piscine.* Plus sérieusement, lorsque l'expression Génération X a été inventée, le X avait une signification précise. C'était l'X de l'algèbre, X pour l'inconnue dans une équation. Cette génération, dont je suis issu, paraissait étrange, inconnue, opaque pour ses aînées. A l'inverse, il me semble que la génération Z est celle que l'on ne comprend que trop bien. **Ce dont nous avons besoin ici est d'imagination politique.** Je suis sidéré de vivre dans un monde où il est aisé d'imaginer vivre sur Mars ou uploader sa conscience dans une puce, mais concevoir une société juste, écologique et prospère semble au-delà nos capacités. Admettons qu'il s'agit là d'un projet collectif au sein duquel la Gen Z doit prendre toute sa place, elle doit en être, pour paraphraser Thomas Hobbes, l'artisan et la matière.

¹⁰⁷ Une réforme annoncée au Royaume-Uni, en attente d'un vote parlementaire.

¹⁰⁸ The Guardian. Italy first in EU to pass comprehensive law regulating AI [Internet]. 2025 Sep 18. Available from: <https://www.theguardian.com/world/2025/sep/18/italy-first-in-eu-to-pass-comprehensive-law-regulating-ai>

BIBLIOGRAPHIE

Livres et chapitres d'ouvrages

- Bates L. *The New Age of Sexism: How the AI Revolution Is Reinventing Misogyny*. London: Simon & Schuster; 2025.
- Bergström M et al. *La sexualité qui vient : jeunesse et relations intimes après #MeToo*. Paris: La Découverte; 2025.
- Bergström M. *Les nouvelles lois de l'amour : sexualité, couple et rencontres au temps du numérique*. Paris: La Découverte; 2019.
- Coquebert V. *La guerre de Sexcession*. Paris: Arkhé; 2025.
- Damon J. *Les batailles de la natalité*. La Tour d'Aigues: L'Aube; 2024.
- Duhamel D. *Un monde sans enfants*. Paris: Buchet Chastel; 2024.
- Duportail J. *Dating fatigue : Amours et solitudes dans les années (20)20*. Paris: Éditions de l'Observatoire; 2021.
- Duportail J. *L'Amour sous algorithme*. Paris: La Goutte d'Or; 2019.
- Finkielkraut A. *La Seule exactitude*. Paris: Stock; 2015.
- Goldin C. *Career and Family: Women's Century-Long Journey Toward Equity*. Princeton: Princeton University Press; 2021.
- Haidt J. *The Anxious Generation*. London: Allen Lane; 2024.
- India F. GIRLS®: *Gen Z and the Commodification of Everything*. London: Penguin; 2026.
- Inglehart R. *Cultural Evolution: People's Motivations are Changing, and Reshaping the World*. Cambridge: Cambridge University Press; 2018.
- Jung H. *Flowers of Fire*. Dallas: BenBella; 2023.
- Mailfert A-C. *La Panique démographique : une réponse féministe*. Paris: Les Petits Matins; 2026.
- Nizan P. *Aden Arabie*. Paris: Maspero; 1931. Rééd. La Découverte; 1960 (préface de J.-P. Sartre).
- Patino B. *La civilisation du poisson rouge*. Paris: Grasset; 2019.
- Saqué S. *Sois jeune et tais-toi*. Paris: Payot; 2023.
- Sciubba JD, Teitelbaum MS, Winter J. *Toxic Demography: Ideology and the Politics of Population*. Oxford: Oxford University Press; 2025.
- Soulié E. *La Génération Z aux rayons X*. Paris: Éditions du Cerf; 2020.
- Warren E, Warren Tyagi A. *The Two-Income Trap*. New York: Basic Books; 2003.

Articles académiques et rapports institutionnels

- Algan Y, de Laubier E. *Un fossé idéologique grandissant entre jeunes femmes et jeunes hommes en France*. Notes de l'Observatoire du bien-être, n° 2025-07. Paris: CEPREMAP; 2025 mars 24.
- Bergström M, Maillochon F et al. *Couples, histoires d'un soir, « sexfriends » : diversité des relations intimes des moins de 30 ans*. Population et Sociétés. 2024;(633).
- Blanchflower D, Bryson A. *The Global Loss of the U-Shaped Curve of Happiness*. After Babel [Substack] [Internet]. 2024 May 27. Available from: <https://www.afterbabel.com/p/youth-health-declines-82-countries>
- Bouchet-Valat M, Toulemon L. *Les Français.ses veulent moins d'enfants*, Population et Sociétés. 2025; (635).
- David IS et al. *Digital Location Tracking of Children and Adolescents: a theoretical framework and review*. Clin Child Psychol Rev. 2024;27.
- Doepke M et al. *The Economics of Fertility: A New Era*. NBER Working Paper n° 29948. 2022. Available from: <https://www.nber.org/papers/w29948>
- Durovic A, Mayer N, Piolat M. *Les femmes votent-elles plus à gauche que les hommes ? Pas dans la France de 2024*. Sciences Po CEVIPOF; 2025. Available from: <https://www.sciencespo.fr/centre-etudes-europeennes/fr/actualites/les-femmes-votent-elles-plus-a-gauche-que-les-hommes-pas-dans-la-france-de-2024/>
- Fernandez-Villaverde J, Ventura G, Yao W. *The wealth of working nations*. Eur Econ Rev. 2025;173:104962.

- Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes (HCE). *6e rapport annuel sur l'état des lieux du sexisme en France*. Paris: HCE; 2024 janv 22. Available from: <https://www.haut-conseil-egalite.gouv.fr/rapport-6eme-etat-des-lieux-du-sexisme-en-france-sattaquer-aux-racines-du-sexisme>
- INSERM. *Enquête Contexte des Sexualités en France (CSF-2023)*. Paris: INSERM; 2024.
- Jones JM. *LGBTQ+ Identification in U.S. Rises to 9.3%*. Gallup [Internet]. 2025 Feb 20. Available from: <https://news.gallup.com/poll/656708/lgbtq-identification-rises.aspx>
- Lejbowicz T, Rault W, Trachman M et l'équipe Envie. *Homo, bi et non binaires : quand les jeunes questionnent l'hétérosexualité*. Population et Sociétés. 2025;(162).
- Twenge JM, Sherman RA, Wells BE. *Declines in Sexual Frequency among American Adults, 1989-2014*. Arch Sex Behav. 2017;46(8).
- Xu X. *The Rise of Zero Fertility Desire in China*. Preprint. Research Square; 2026 Apr 27. DOI: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-8921502/v1>

Articles de presse et sources en ligne

- Alduy C. *La natalité, une obsession lepéniste*. AOC média [Internet]. 2023 mars. Available from: <https://aoc.media/analyse/2023/03/05/la-natalite-une-obsession-lepeniste/>
- Burn-Murdoch J. *The relationship recession is going global*. Financial Times [Internet]. 2025 Jan 11.
- Chusseau N. *NEETs : la difficile intégration*. Les Rencontres Économiques [Internet]. 2025 Jun 17. Available from: <https://www.lesrencontreseconomiques.fr/2025/debats-idees/neets-la-difficile-integration/>
- Fry R. *Young adults in the United States are reaching key life milestones later than they did 40 years ago*. Pew Research Center [Internet]. 2023 May 23. Available from: <https://www.pewresearch.org/short-reads/2023/05/23/young-adults-in-the-u-s-are-reaching-key-life-milestones-later-than-in-the-past/>
- Fry R, Kochhar R. *Among unmarried adults, women without children have as much wealth as single men*. Pew Research Center [Internet]. 2024 Nov 4. Available from: <https://www.pewresearch.org/short-reads/2024/11/04/among-unmarried-adults-women-without-children-have-as-much-wealth-as-single-men/>
- Galloway S. *Love, Algorithmically*. Prof G [Internet]. Available from: <https://www.profgalloway.com/love-algorithmically/>
- Gallup. *Record Numbers of Younger Women Want to Leave the U.S.* [Internet]. 2025 Nov 13. Available from: <https://news.gallup.com/poll/697382/record-numbers-younger-women-leave.aspx>
- Harari YN. Conférence au Frontiers Forum. Montreux: 2023 Apr 29.
- Herre B, Acisu T. *Young Americans spend much more time alone than they did fifteen years ago*. Our World in Data [Internet]. 2025 May 30. Available from: <https://ourworldindata.org/data-insights/young-americans-spend-much-more-time-alone-than-they-did-fifteen-years-ago>
- Joseph C. *Is having a boyfriend embarrassing now?* Vogue [Internet]. 2025 Oct 29. Available from: <https://www.vogue.com/article/is-having-a-boyfriend-embarrassing-now>
- Korea Times. *Sales of pet strollers surpass baby strollers on Gmarket for first time* [Internet]. 2023 Dec 26. Available from: <https://www.koreatimes.co.kr/lifestyle/trends/20231226/sales-of-pet-strollers-surpass-baby-strollers-on-gmarket-for-first-time>
- Le Van Q. *En Corée du Sud, la jeunesse victime et bourreau des deepfakes pornographiques*. Le Monde [Internet]. 2024 août 30. Available from: https://www.lemonde.fr/pixels/article/2024/08/30/en-coree-du-sud-la-jeunesse-victime-et-bourreau-des-deepfakes-pornographiques_6299665_4408996.html
- Sussman AL. *Why So Few Babies? We Might Have Overlooked the Biggest Reason of All*. New York Times [Internet]. 2026 May 7. Available from: <https://www.nytimes.com/2026/05/07/opinion/birthrate-kids-parents-demographics-future.html>
- Note : *Le coût d'être une femme*. <https://fondationdesfemmes.org/note/le-cout-detre-une-femme-synthese/>
- Pew Research Center. *1 in 5 Americans regularly get news on TikTok, up sharply from 2020* [Internet]. 2025 Sep 25. Available from: <https://www.pewresearch.org/short-reads/2025/09/25/1-in-5-americans-now-regularly-get-news-on-tiktok-up-sharply-from-2020/>

- The Economist. *The middle-aged are no longer the most miserable* [Internet]. 2025 Aug 27. Available from: <https://www.economist.com/science-and-technology/2025/08/27/the-middle-aged-are-no-longer-the-most-miserable>
- The Guardian. *Gen Z men and baby boomers: wives should obey husbands* [Internet]. 2026 Mar 5. Available from: <https://www.theguardian.com/world/2026/mar/05/gen-z-men-baby-boomers-wives-should-obey-husbands>
- The Guardian. *Italy first in EU to pass comprehensive law regulating AI* [Internet]. 2025 Sep 18. Available from: <https://www.theguardian.com/world/2025/sep/18/italy-first-in-eu-to-pass-comprehensive-law-regulating-ai>
- The Guardian. *Solo maxxing: Gen Z single life* [Internet]. 2026 Jun 2. Available from: <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2026/jun/02/solo-maxxing-gen-z-single-life-sad-reason>
- Thompson D. *Gen Z and the end of predictable*. Plain English / Kyla's Newsletter [Substack] [Internet]. Available from: <https://kyla.substack.com/p/gen-z-and-the-end-of-predictable>
- Trussler M, Perry S. *Poll: Gen Z's gender divide reaches beyond politics and into its views on marriage, children and success*. NBC News [Internet]. 2025 Sep 8. Available from: <https://www.nbcnews.com/politics/politics-news/poll-gen-zs-gender-divide-reaches-politics-views-marriage-children-suc-rcna229255>
- World Happiness Report 2025 [Internet]. Available from: <https://worldhappiness.report/>

La baisse de la natalité est aujourd'hui largement commentée. Les transformations qui la précèdent beaucoup moins.

Partout dans le monde développé, les jeunes adultes se mettent plus tard en couple, vivent davantage seuls et abordent l'engagement familial différemment de leurs aînés. Ces évolutions ne relèvent pas seulement des contraintes économiques : elles traduisent des mutations plus profondes du rapport aux relations humaines et à l'avenir.

À partir des données les plus récentes issues de France, des États-Unis, du Royaume-Uni, du Japon et de la Corée du Sud, cette étude analyse les changements qui traversent la Génération Z, première génération à avoir grandi dans un univers entièrement numérique.

Elle montre comment les nouvelles technologies, l'évolution des relations entre les sexes et la transformation des aspirations individuelles redessinent les parcours conjugaux et familiaux. **Une étude sur les transformations sociales, culturelles et technologiques à l'œuvre au sein de la génération la plus connectée de l'histoire.**

A propos de l'auteur



David Duhamel est économiste. Enseignant à Sciences Po Paris et à Parsons Paris, il se passionne pour les questions démographiques. Il est notamment l'auteur de l'essai *Un monde sans enfants* (Ed. Buchet-Chastel) et l'hôte d'un podcast du même nom.

EDITEUR

OBSERVATOIRE DES DYNAMIQUES
FAMILIALES ASSOCIATION LOI 1901
28, PLACE SAINT GEORGES 75009 PARIS

RÉDACTION

DAVID DUHAMEL

CONCEPTION & PUBLICATION

DYNAMIQUES FAMILIALES

IMPRESSION

H2 IMPRESSION - PARIS



juin 2026

Tous droits réservés. La reproduction, même partielle, de ce document est autorisée sous réserve de la mention de la source en ces termes "Etude de David Duhamel pour Dynamiques Familiales : "Couples, engagement, enfants : quelles évolutions pour la Génération Z ? Quelles réponses pour demain ?".