

L'IA et le sexe, de l'attirance à la dépendance...

Observatoire Gleeden des usages sexuels de l'IA

(Pas d'embargo – **Publication immédiate**)

A l'heure où **ChatGPT** s'apprête à autoriser des conversations explicites à ses 800 millions d'utilisateurs hebdomadaires, l'**Ifop** a réalisé pour **Gleeden** une vaste enquête faisant un premier état des lieux des usages sexuels et affectifs de l'intelligence artificielle en France. Menée auprès d'un échantillon national représentatif de 2 600 Français(es), cet « **Observatoire Gleeden des usages sexuels de l'IA** » met en exergue le nombre croissant de Français(es) entretenant des relations amoureuses et érotiques avec une intelligence artificielle mais aussi et surtout le caractère addictif de ces plateformes : le phénomène n'étant pas sans risque de dépendance affective aux dires de leurs propres utilisateurs... Il est vrai que dans un contexte marqué par l'explosion de l'usage de l'IA dans la vie quotidienne des Français, ceux-ci ne limitent pas son utilisation à des fins masturbatoires mais l'intègrent dans tout un ensemble de pratiques – stratégies de séduction, gestion des relations et des vulnérabilités personnelles, santé sexuelle... – au point qu'elle peut prendre une place sans commune mesure dans leur vie intime...

LES CHIFFRES CLÉS

A - Des usages sexuels et affectifs de l'IA non sans risque élevé d'addiction ou de tensions conjugales

1 - La majorité des Français(es) ayant utilisé un chatbot compagnon au cours de leur vie (53%) admettent avoir déjà été dépendant(e) à ce type d'interactions romantiques, l'impression d'en être devenu « addict » étant à peu près aussi forte chez les hommes (54%) que chez les femmes (49%);

2 - Les conversations érotiques ou pornographiques avec une IA sont aussi reconnues comme une source d'addiction par plus d'un tiers des personnes (38 %) en ayant déjà fait l'expérience, tout particulièrement par les jeunes hommes de moins de 35 ans (52%) qui sont toujours les plus en quête de nouveaux supports à vocation masturbatoire.

3 - L'essor de ce type de fonctionnalités est aussi source de tensions et de malaise au regard de leur impact sur la vie de couple : près de la moitié des utilisateurs qui ont déjà eu des interactions à caractère érotique avec une IA admettent qu'ils auraient déjà préféré se masturber virtuellement, plutôt que d'avoir un vrai rapport sexuel avec leur partenaire (46%).

B - Les usages sexuels de l'IA sont pour l'instant minoritaires dans l'ensemble de la population mais ils devraient grimper en flèche dans les années à venir au regard de leur intégration déjà importante dans la vie intime des jeunes

4 - Si les conversations érotiques avec une IA (8%) ou les interactions romantiques avec un chatbot (6%) restent des expériences encore rares chez l'ensemble des Français, elles ont déjà pris une place significative dans la vie intime des jeunes générations, notamment chez les hommes de moins de 35 ans qui sont près d'un sur cinq à en avoir déjà fait l'expérience (19% à 21%).

5 - Il est vrai que les échanges avec l'IA à caractère pornographique sont encore avant tout circonscrits à un public jeune et masculin : les jeunes hommes de moins de 35 ans étant, et de loin, les plus adeptes de l'IA pour des jeux érotiques/masturbatoires avec des personnages sexy (19 %) ou l'avatar de personnalités (19%).

6 - Mais ce premier état des lieux des usages sexuels de l'IA a le mérite de montrer qu'elle ne sert pas que de nouveau support masturbatoire. Elle est en réalité déjà largement intégrée dans la vie intime de la GenZ pour d'autres motifs comme on peut le voir au regard du nombre significatif de jeunes de moins de 30 ans qui ont déjà utilisé l'intelligence artificielle à des fins de séduction (39%), à des fins relationnelles (44%) ou à des fins de conseils sexo ou d'éducation sexuelle (39%).

7 - Et dans ces domaines, ce sont parfois les jeunes femmes qui sont les plus en pointe si l'on en juge par exemple par la proportion de femmes qui l'utilisent pour les aider à traverser une période où elles n'ont pas le moral (28 % des femmes, contre 26 % des hommes) ou pour trouver des idées de cadeaux pour leur partenaire (33 % des femmes, contre 32 % des hommes).

C - Un potentiel de développement en devenir, notamment chez les jeunes hommes

8 - Chez l'ensemble des Français, le potentiel d'utilisation de l'IA à des fins de séduction est déjà significatif (40%), tout comme son potentiel est loin d'être négligeable à des fins de conseils sexo (35%) ou à des fins relationnelles (46%). Mais la disposition à utiliser l'intelligence artificielle à des fins sexuelles ou affectives est encore plus large chez les jeunes utilisateurs/trices, que ce soit à des fins de séduction (67 %), de conseils sexo (58 %) ou relationnelles (70 %);

9 - En revanche, le potentiel d'usage à des fins masturbatoires reste plus limité et très genré : un Français sur quatre utilisant l'IA (25%) se dit prêt à utiliser des IA à des fins pornographiques ou romantiques, contre 9% des Françaises, sachant que le potentiel de cet usage est particulièrement fort chez les hommes de moins de 35 ans (31%, contre 11% chez les femmes du même âge).

Le point de vue de Nicola Gaddoni de l'Ifop : Alors que les usages sexuels et affectifs de l'IA restent minoritaires, ils esquissent déjà une transformation profonde de l'intimité par le numérique. Portée surtout par les jeunes hommes, cette diffusion révèle une dynamique conjointement générationnelle et genrée. Mais l'essor de ces pratiques s'accompagne également de tensions : risques compulsifs, malaise face au brouillage des frontières entre relation humaine et relation numérique, et inquiétudes quant à l'impact sur la vie de couple. L'ensemble de ces éléments dessine un paysage intime en recomposition, où l'IA apparaît à la fois comme un outil d'exploration sexuelle, un soutien affectif et un objet de controverse sociale.

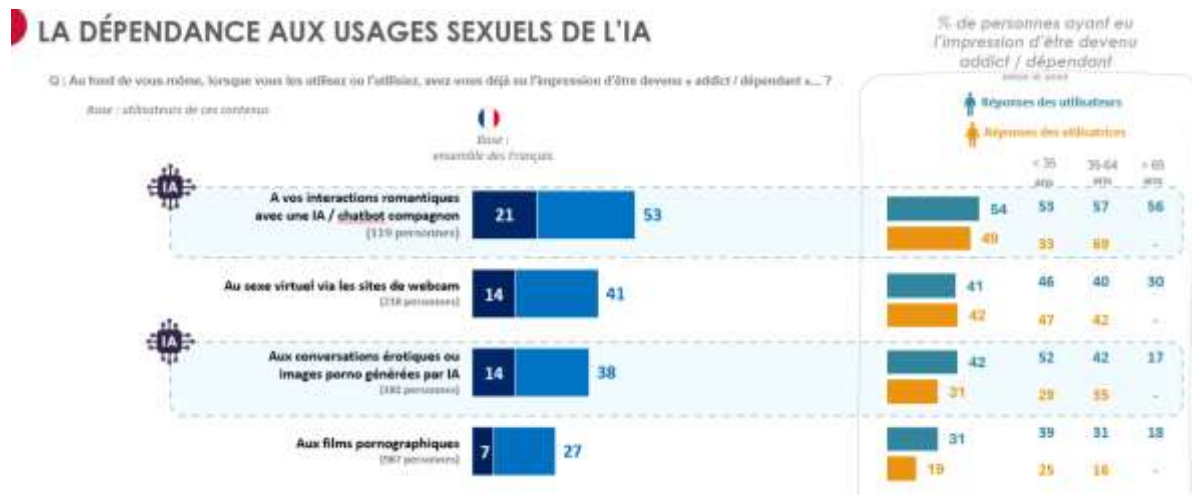
POUR CITER CETTE ETUDE, IL FAUT UTILISER A MINIMA LA FORMULATION SUIVANTE :

« Étude Ifop pour Gleeden réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 14 au 19 novembre 2025 auprès d'un échantillon national représentatif de **2 603 personnes** âgées de 18 ans et plus. »

LES PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS DE L'ENQUÊTE

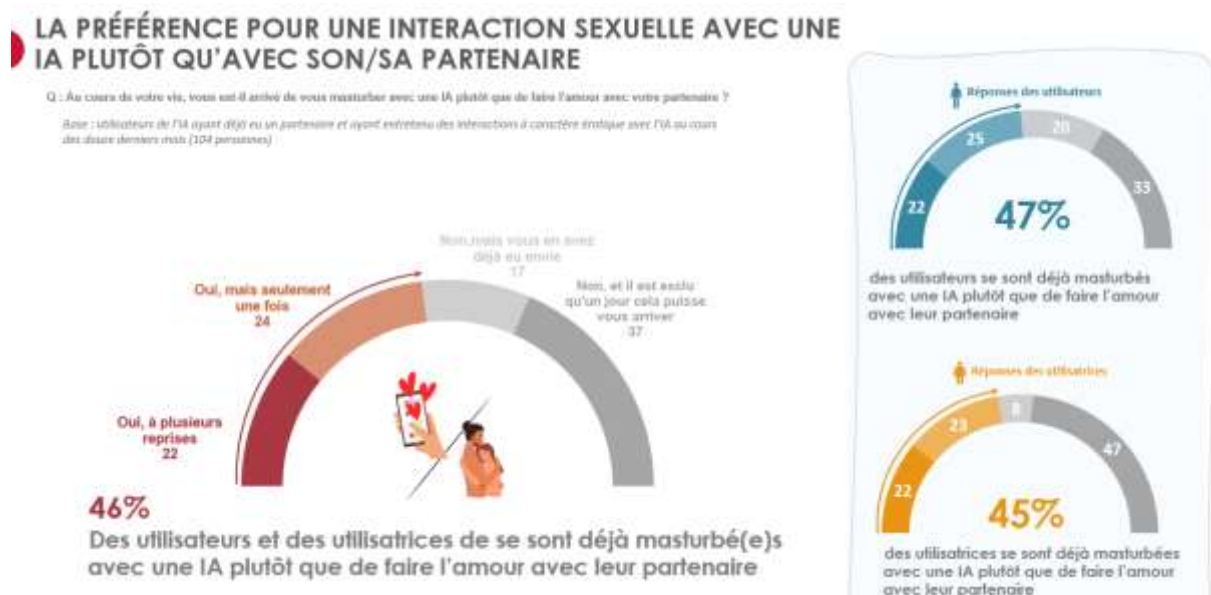
A - Des usages sexuels et affectifs de l'IA non sans risque élevé d'addiction ou de tensions conjugales

1 - La majorité des Français(es) ayant utilisé un chatbot compagnon au cours de leur vie (53%) admettent avoir déjà été dépendant(e)s à ce type d'interactions romantiques, l'impression d'en être devenu « addict » étant à peu près aussi forte chez les hommes (54%) que chez les femmes (49%);



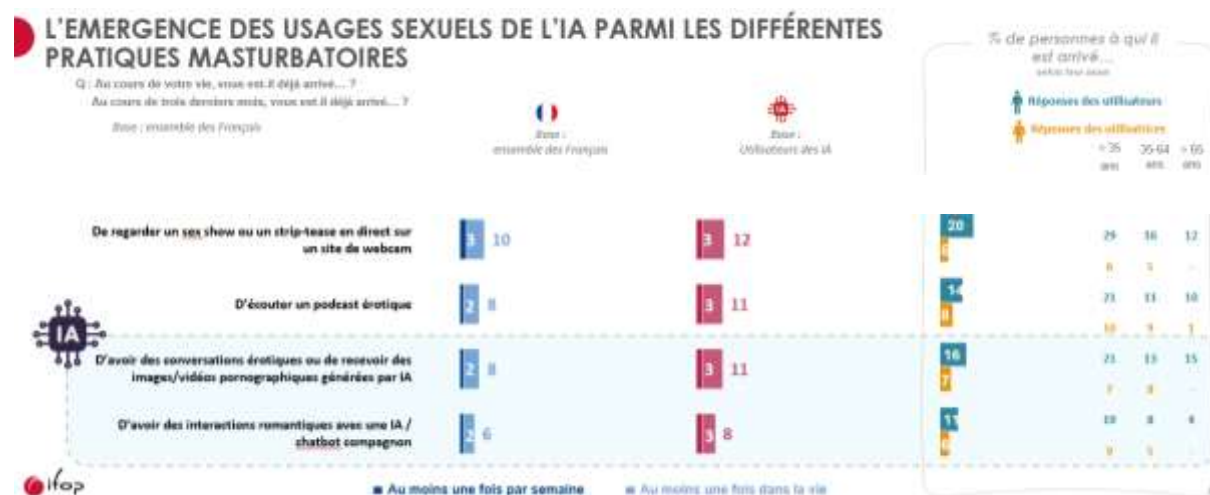
2 - Les conversations érotiques ou pornographiques avec une IA sont aussi reconnues comme une source d'addiction par plus d'un tiers des personnes (38 %) en ayant déjà fait l'expérience, tout particulièrement par les jeunes hommes de moins de 35 ans (52%) qui sont toujours les plus en quête de nouveaux supports à vocation masturbatoire.

3 - L'essor de ce type de fonctionnalités est aussi source de tensions et de malaise au regard de leur impact sur la vie de couple : près de la moitié des utilisateurs qui ont déjà eu des interactions à caractère érotique avec une IA admettent qu'ils auraient déjà préféré se masturber virtuellement, plutôt que d'avoir un vrai rapport sexuel avec leur partenaire (46%).

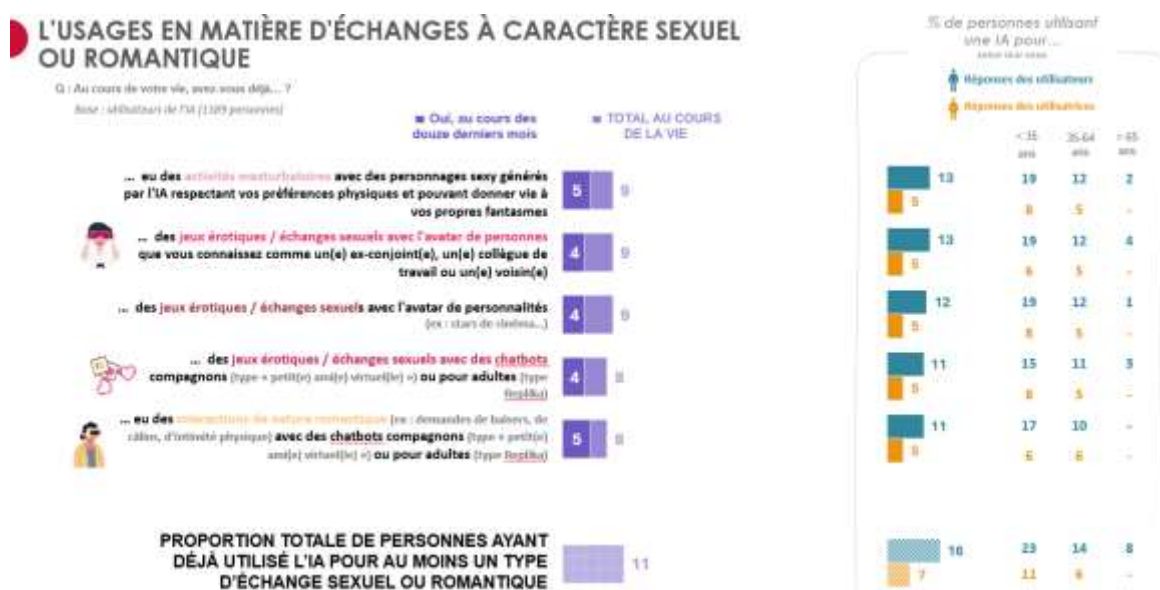


B - Les usages sexuels de l'IA sont pour l'instant minoritaires dans l'ensemble de la population mais ils devraient grimper en flèche dans les années à venir au regard de leur intégration déjà importante dans la vie intime des jeunes

4 - Si les conversations érotiques avec une IA (8%) ou les interactions romantiques avec un chatbot (6%) restent des expériences encore rares chez l'ensemble des Français, elles ont déjà pris une place significative dans la vie intime des jeunes générations, notamment chez les hommes de moins de 35 ans qui sont près d'un sur cinq à en avoir déjà fait l'expérience (19% à 21%).



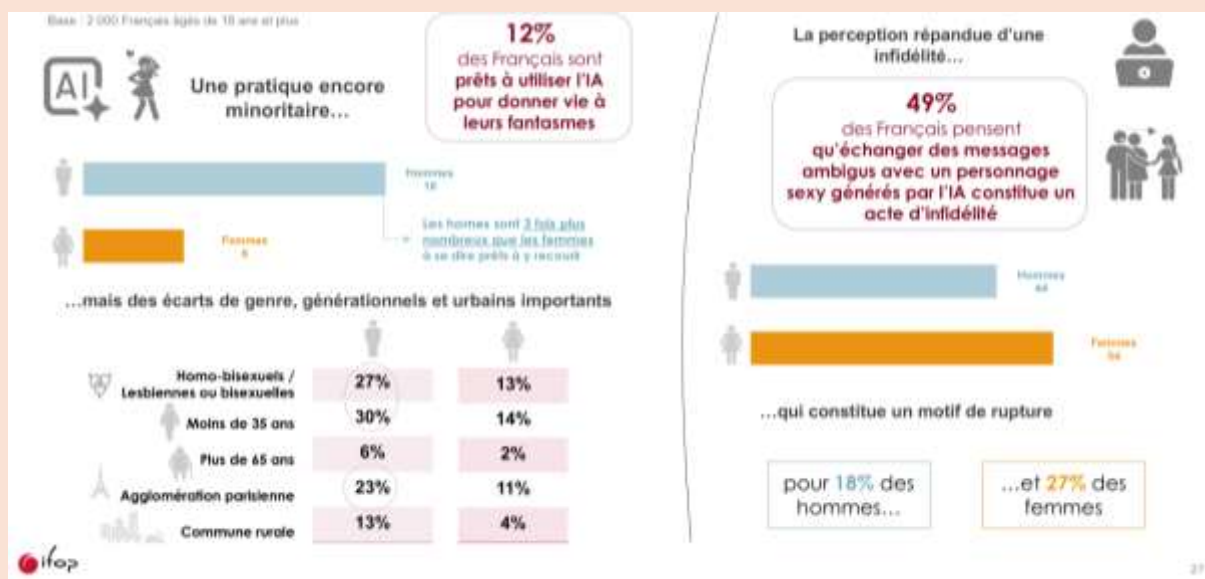
5 - Il est vrai que les échanges avec l'IA à caractère pornographique sont encore avant tout circonscrits à un public jeune et masculin : les jeunes hommes de moins de 35 ans étant, et de loin, les plus adeptes de l'IA pour des jeux érotiques/masturbatoires avec des personnages sexy (19 %) ou l'avatar de personnalités (19%).



11% des utilisateurs d'IA conversationnelles déclarent avoir déjà expérimenté une forme d'échange sexuel ou romantique avec une IA. Ces pratiques se répartissent de manière relativement homogène : 9% évoquent des activités masturbatoires avec des personnages générés par IA, 9% des jeux érotiques avec des avatars de personnes connues ou de célébrités, 8% des échanges sexuels avec un chatbot compagnon et 8% des interactions de nature romantique. Ces usages sont structurés par une forte dynamique de genre : les hommes oscillent entre 11% et 13% selon les pratiques, soit près du double des femmes (5%), un écart qui s'accroît chez les moins de 35 ans, où ils atteignent 20-23%, contre 11% chez les femmes du même âge.

Pornographie virtuelle et IA : pratiques, perceptions et clivages en France

Dans un contexte où l'intelligence artificielle s'impose de plus en plus dans la vie quotidienne, Gleeden a souhaité évaluer pour la première fois à l'échelle nationale l'impact de ce phénomène sur la vie sexuelle des Français et des Françaises.



Aujourd'hui, on dénombre plus de 50 sites gratuits proposant de la pornographie générée par IA. Des plateformes comme *Candy.ai*, *Lustlab.ai* ou *Pornify.cc* permettent aux utilisateurs de créer des personnages virtuels selon leurs propres préférences, matérialisant ainsi leurs fantasmes. Ces sites sont probablement voués à gagner en popularité avec le perfectionnement de cette technologie.

A ce jour, 12 % des Français se disent prêts à utiliser l'IA pour donner vie à leurs fantasmes. Notons qu'un écart de genre marqué apparaît : les hommes sont trois fois plus nombreux que les femmes à envisager d'y recourir (18 % contre 6 %), et quatre fois plus nombreux à se déclarer « certainement » prêts à le faire (4 % contre 1 %). Cette propension grimpe à 33 % chez les hommes de 25 à 34 ans, contre 12 % des femmes de la même tranche d'âge, et atteint 27 % chez les hommes homosexuels ou bissexuels (vs 13 % chez les femmes lesbiennes ou bissexuelles).

Par ailleurs, un écart générationnel et urbain apparaît : 21 % des moins de 35 ans se disent prêts à utiliser ces outils, contre seulement 6 % des 50 ans et plus. De même, 17 % des habitants de l'agglomération parisienne s'y montrent favorables, contre 8 % dans les communes rurales.

Un clivage politique se dessine également, d'abord auprès de répondants masculins, avec 39 % des sympathisants de la France insoumise se disant prêts à utiliser ces technologies, contre 16% des sympathisants républicains. De leur côté, les sympathisantes de la France insoumise ont une plus forte propension à considérer un échange avec une IA sexy comme un acte d'infidélité (65%) pouvant être motif de rupture (35%), par rapport aux femmes se disant proches des autres partis.

Le point de vue de Clara Rovere : Ce constat montre une tendance encore genrée et socialement située à l'utilisation de ces nouveaux supports pornographiques : l'idée selon laquelle l'appétence pour les nouvelles technologies et une sexualité plus aventureuse seraient des attributs plutôt masculins vient s'illustrer dans cette étude, contre une perception féminine de la question davantage méfiante et peu intéressée par ce type de support pour vivre la sexualité. Ainsi, les femmes montrent une tolérance bien moindre à l'égard de ces pratiques chez un(e) partenaire, pouvant conduire à la rupture dans un plus grand nombre de cas. Même si les hommes sont aujourd'hui beaucoup plus tolérants et moins enclins à condamner ces pratiques, il n'en demeure pas moins que ce niveau de tolérance est surtout observé en ville, chez les jeunes, plutôt diplômés, célibataires ou dans des formes de couples moins traditionnelles et chez les personnes plutôt proches de la gauche politique.

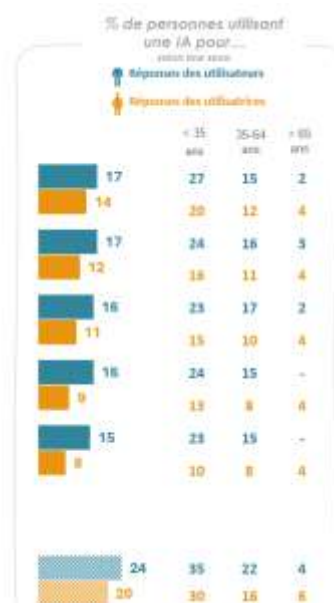
6 - Mais ce premier état des lieux des usages sexuels de l'IA a le mérite de montrer qu'elle ne sert pas que de nouveau support masturbatoire. Elle est en réalité déjà largement intégrée dans la vie intime de la GenZ pour d'autres motifs comme on peut le voir au regard du nombre significatif de jeunes de moins de 30 ans qui ont déjà utilisé l'intelligence artificielle à des fins de séduction (39%), à des fins relationnelles (44%) ou à des fins de conseils sexo ou d'éducation sexuelle (39%).

LES USAGES DE L'IA EN MATIÈRE DE SÉDUCTION

Q : Au cours de votre vie, avez-vous déjà eu recours à un agent conversationnel (type ChatGPT) ?
Base : utilisateurs de l'IA (1 589 personnes)



PROPORTION TOTALE DE PERSONNES AYANT DÉJÀ UTILISÉ L'IA À DES FINS DE SÉDUCTION 22



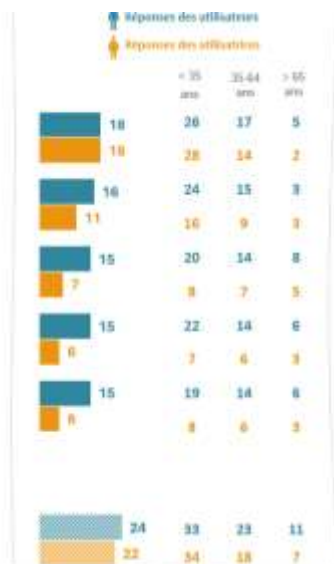
Au-delà du registre explicitement sexuel, l'IA s'impose plus nettement dans les pratiques de séduction. 14% des utilisateurs s'en servent pour optimiser leurs échanges écrits, 14% pour analyser les intentions d'un partenaire potentiel et 15% pour préparer un premier rendez-vous ou imaginer des activités pertinentes. Ces usages fonctionnent comme un véritable outil d'entraînement relationnel, permettant d'affiner sa communication et d'anticiper les attentes d'autrui. Leur légitimité sociale est nettement plus forte : près de 40% des Français déclarent être prêts à utiliser une IA à des fins de séduction, un niveau bien supérieur à celui observé dans la sphère sexuelle.

7 - Et dans ces domaines, ce sont parfois les jeunes femmes qui sont les plus en pointe si l'on en juge par exemple par la proportion de femmes qui l'utilisent pour les aider à traverser une période où elles n'ont pas le moral (28 % des femmes, contre 26 % des hommes) ou pour trouver des idées de cadeaux pour leur partenaire (33 % des femmes, contre 32 % des hommes).

Q : Au cours de votre vie, avez-vous déjà eu recours à un agent conversationnel (type ChatGPT) OU à un chatbot de conseil/thérapie dédié... ?
Base : utilisateurs de l'IA (1 589 personnes)

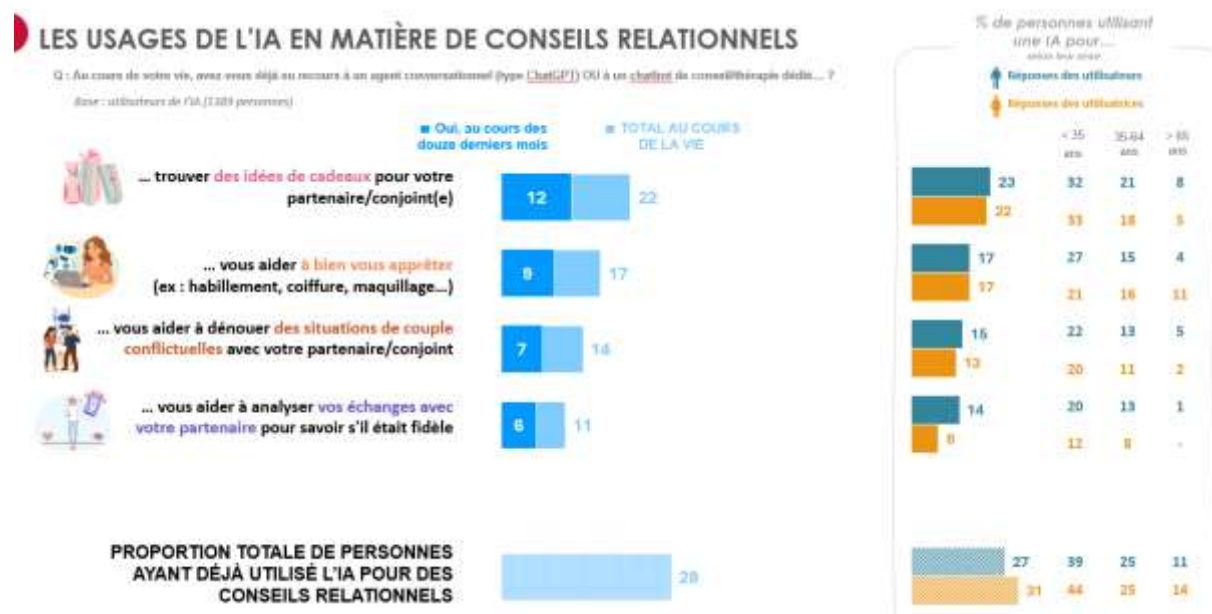


PROPORTION TOTALE DE PERSONNES AYANT DÉJÀ UTILISÉ L'IA À DES FINS DE SANTÉ OU D'ÉDUCATION SEXUELLES 23



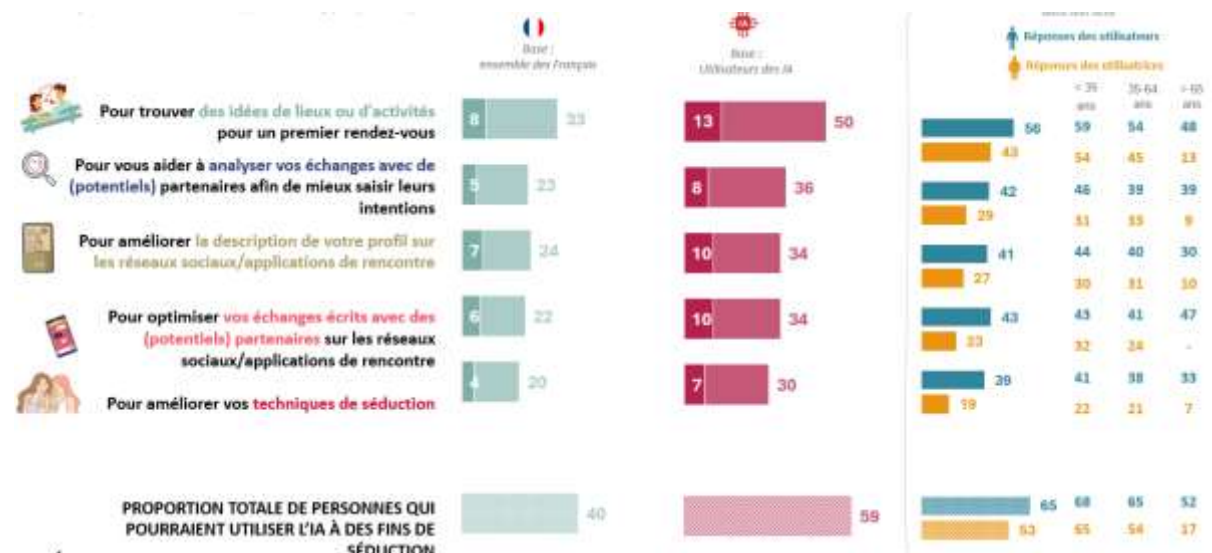
L'IA est en effet mobilisée pour des besoins d'éducation sexuelle : 13% des utilisateurs y ont déjà eu recours à ces fins, avec un écart notable entre hommes (16%) et femmes (11%). Cette asymétrie se confirme lorsqu'il s'agit de solliciter l'IA pour des problèmes sexuels (libido, satisfaction), démarche déclarée par 15% des hommes mais seulement 7% des femmes. Ces écarts montrent que l'appropriation de l'IA sur les questions intimes reste, à ce stade, plus marquée du côté masculin.

Enfin, l'IA apparaît comme un appui émotionnel dans des moments de fragilité : 18 % des utilisateurs l'ont mobilisée pour traverser une période de moral en berne. Ce taux est encore plus élevé chez les moins de 35 ans (27%) et chez ceux ayant déjà connu des épisodes de solitude difficile à vivre (31%). Ces résultats suggèrent que l'IA ne se limite pas à accompagner l'intimité sexuelle ou la séduction, mais tend aussi à devenir un outil de régulation émotionnelle, mobilisé en complément, voire en substitution, des ressources relationnelles traditionnelles.

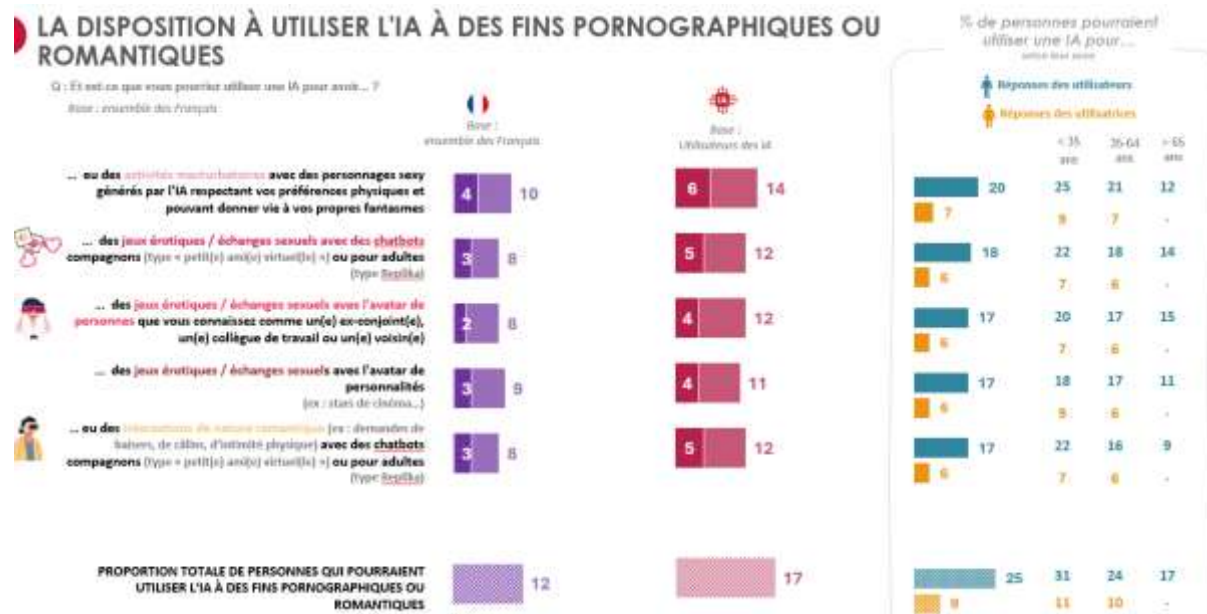


C - Un potentiel de développement en devenir, notamment chez les jeunes hommes

8 - Chez l'ensemble des Français, le potentiel d'utilisation de l'IA à des fins de séduction est déjà significatif (40%), tout comme son potentiel est loin d'être négligeable à des fins de conseils sexo (35%) ou à des fins relationnelles (46%). Mais la disposition à utiliser l'intelligence artificielle à des fins sexuelles ou affectives est encore plus large chez les jeunes utilisateurs/trices, que ce soit à des fins de séduction (67 %), de conseils sexo (58 %) ou relationnelles (70 %);



9 - En revanche, le potentiel d'usage à des fins masturbatoires reste plus limité et très genré : un Français sur quatre utilisant l'IA (25%) se dit prêt à utiliser des IA à des fins pornographiques ou romantiques, contre 9% des Françaises, sachant que le potentiel de cet usage est particulièrement fort chez les hommes de moins de 35 ans (31%, contre 11% chez les femmes du même âge).



Le point de vue de Nicola Gaddoni de l'Ifop : Alors que les usages sexuels et affectifs de l'IA restent minoritaires, ils esquissent déjà une transformation profonde de l'intimité par le numérique. Portée surtout par les jeunes hommes, cette diffusion révèle une dynamique conjointement générationnelle et genrée. Mais l'essor de ces pratiques s'accompagne également de tensions : risques compulsifs, malaise face au brouillage des frontières entre relation humaine et relation numérique, et inquiétudes quant à l'impact sur la vie de couple. L'ensemble de ces éléments dessine un paysage intime en recomposition, où l'IA apparaît à la fois comme un outil d'exploration sexuelle, un soutien affectif et un objet de controverse sociale.

POUR CITER CETTE ETUDE, IL FAUT UTILISER A MINIMA LA FORMULATION SUIVANTE :

« Étude Ifop pour Gleeden réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 14 au 19 novembre 2025 auprès d'un échantillon de **2 603 personnes** représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. »

CONTACT PRESSE :

GLEEDEN

Solène Paillet (Directrice Communication) - 01.84.17.04.32 - spaillet@blackdivine.com

IFOP

François Kraus - francois.kraus@ifop.com - 06 61 00 37 76

Nicola Gaddoni - nicola.gaddoni@ifop.com - 01 72 34 95 35

Clara Rovere - Clara.Rovere@ifop.com