

La contrainte de temps et le temps passé avec des amis au cours des 30 dernières années

Diffusé à 8 h 30, heure de l'Est dans *Le Quotidien*, le mardi 17 juin 2025

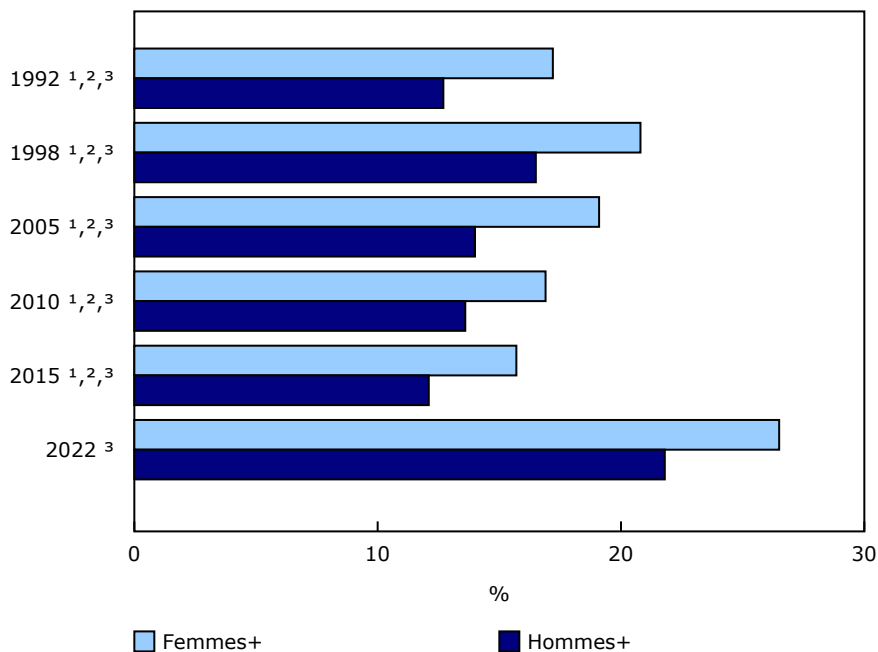
Aujourd'hui, Statistique Canada publie des données mettant en lumière les liens sociaux et le bien-être des personnes au Canada sur plus de trois décennies. De nouveaux tableaux et une infographie fournissent des renseignements sur le sentiment d'être pressé par le temps et le temps que les personnes ont passé seules, avec leur famille et avec des amis.

Les Canadiennes et Canadiens se sentent plus pressés par le temps qu'au cours des trois dernières décennies

En 2022, la population canadienne a déclaré se sentir plus pressée par le temps comparativement au début des années 1990, lorsque Statistique Canada a commencé à recueillir des données sur ce sujet. En effet, près de 1 personne sur 4 (24,2 %) au Canada éprouvait des niveaux élevés de contrainte de temps en 2022, comparativement à environ 1 personne sur 7 (15,0 %) en 1992.

Graphique 1

Pourcentage de la population canadienne ayant déclaré éprouver une contrainte de temps élevée, selon le genre, 1992 à 2022



1. Valeur significativement différente ($p < 0,05$) de la catégorie de référence (2022), pour les hommes+.

2. Valeur significativement différente ($p < 0,05$) de la catégorie de référence (2022), pour les femmes+.

3. Valeur significativement différente ($p < 0,05$) de la catégorie de référence (hommes+).

Note(s) : Une contrainte de temps élevée est définie par l'obtention de sept réponses « oui » ou plus à 10 questions sur la contrainte de temps. En 2022, l'enquête a recueilli des renseignements sur le genre (y compris une catégorie pour les personnes non binaires), tandis que, de 1992 à 2015, une variable binaire pour le sexe a été recueillie. Dans la présente analyse, la catégorie « femmes+ » comprend les femmes et certaines personnes non binaires de 2022 ainsi que les femmes des années précédentes. La catégorie « hommes+ » comprend les hommes et certaines personnes non binaires de 2022 ainsi que les hommes des années précédentes.

Source(s) : Enquête sur l'emploi du temps, 1992, 1998, 2005, 2010, 2015 et 2022 (4503).



Statistique
Canada

Statistics
Canada

Canada

Ce sommet historique est attribuable à une forte augmentation en 2022 après avoir diminué légèrement au début des années 2000. Des recherches ont montré que la [pandémie de COVID-19 a déclenché un changement sociétal à long terme](#) pour la population canadienne, y compris dans les années suivant le début de la pandémie. Ces changements comprennent les variations démographiques comme le vieillissement de la population, les chocs économiques qui touchent l'abordabilité et l'emploi, et les répercussions sur la santé mentale et le bien-être.

Une [étude récente](#) a révélé que le télétravail avait une incidence sur la façon d'utiliser le temps chez la population canadienne occupant un emploi, de même que sur son bien-être et son sentiment de contrainte de temps.

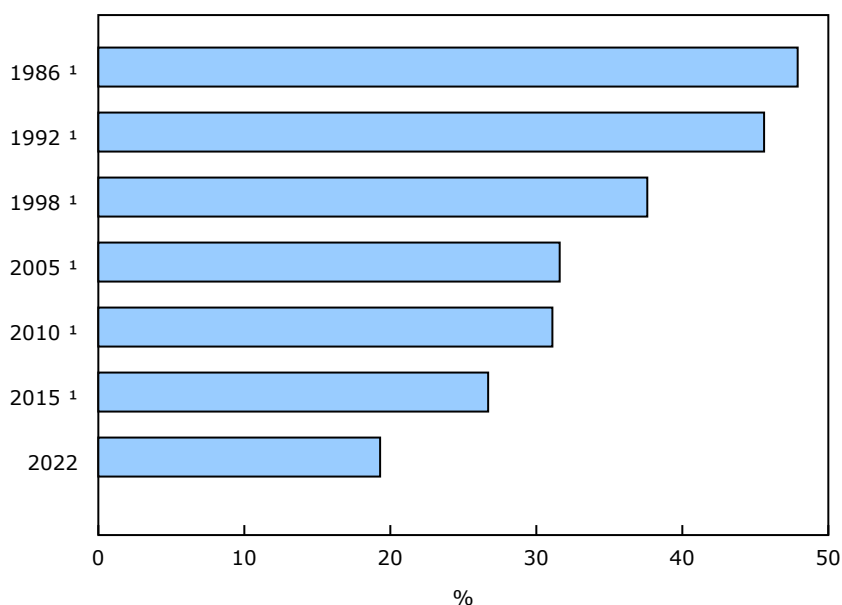
Les femmes se sentent systématiquement plus pressées par le temps que les hommes

Malgré les changements dans les rôles des hommes et des femmes au cours des trois décennies précédentes, y compris dans le [travail rémunéré, et les tâches ménagères et les soins prodigués non rémunérés](#), les femmes continuent de se sentir plus pressées par le temps que les hommes.

En 2022, par exemple, un peu plus de 1 femme sur 4 (26,5 %) a déclaré éprouver une contrainte de temps élevée, comparativement à 1 homme sur 5 (21,8 %).

Le temps passé avec des amis diminue de façon constante

Graphique 2 Pourcentage de la population canadienne ayant vu des amis lors d'un jour moyen, 1986 à 2022



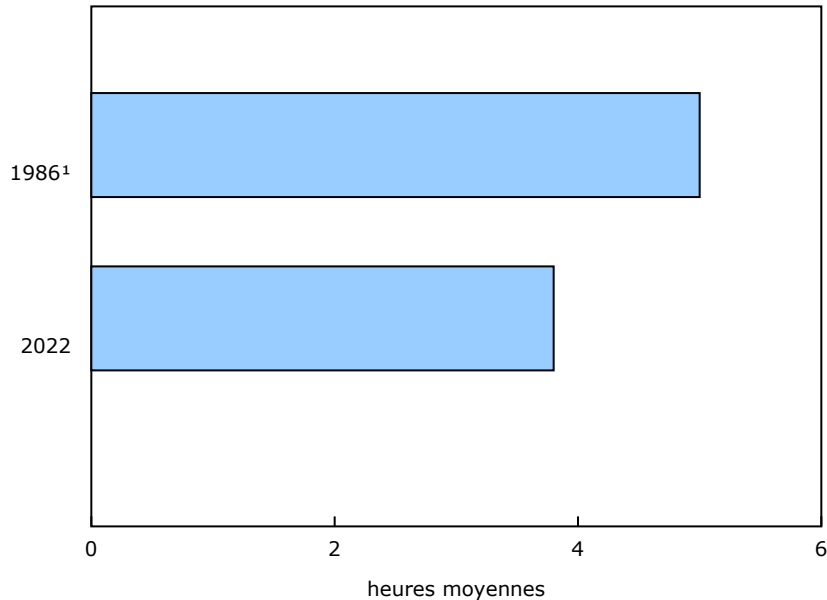
1. Valeur significativement différente ($p < 0,05$) de la catégorie de référence (2022), pour tous les jours.

Source(s) : Enquête sur l'emploi du temps, 1986, 1992, 1998, 2005, 2010, 2015 et 2022 (4503).

Depuis plus de 30 ans, les Canadiennes et Canadiens passent de moins en moins de temps avec leurs amis. En 1986, un peu moins de la moitié (47,9 %) des personnes voyaient des amis lors d'un jour moyen. En 2022, cette proportion était tombée à un peu moins de 1 sur 5 (19,3 %). Pour les personnes qui ont vu des amis, le temps moyen passé ensemble a reculé pour passer de 5,0 heures par jour en 1986 à 3,8 heures en 2022.

Graphique 3

Temps moyen passé avec des amis, exprimé en heures, pour les personnes ayant vu des amis le jour du journal, 1986 et 2022



1. Valeur significativement différente ($p < 0,05$) de la catégorie de référence (2022).

Source(s) : Enquête sur l'emploi du temps, 1986 et 2022 (4503).

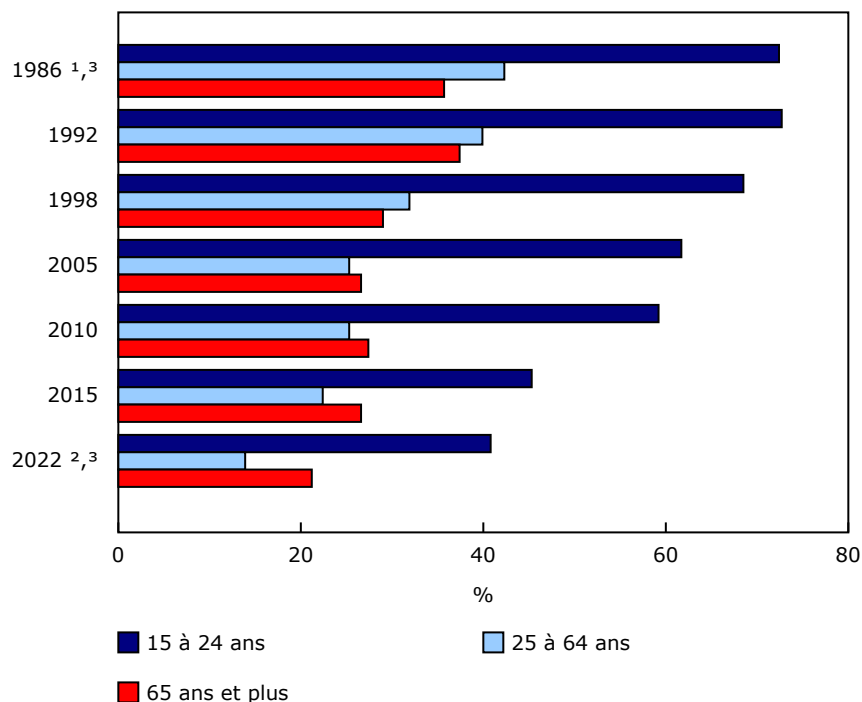
Ces tendances à la baisse en matière de fréquentation d'amis coïncident avec un plus grand nombre de personnes se disant inquiètes du fait de ne pas consacrer suffisamment de temps à leur famille et à leurs amis (33,7 % en 1992 par rapport à 46,3 % en 2022).

Le temps passé avec des amis diminue pour tous les groupes d'âge, mais l'écart se rétrécit entre les jeunes et la population canadienne plus âgée

Alors que le temps passé avec des amis a diminué pour tous les groupes d'âge, les personnes en âge de travailler (25 à 64 ans) ont enregistré la baisse la plus marquée au cours de la période de 30 ans : leur probabilité de voir des amis lors d'un jour moyen a diminué des deux tiers. C'est ce qui ressort des constatations selon lesquelles les adultes en âge de travailler étaient les moins susceptibles de se déclarer très satisfaits de leurs amitiés au cours du troisième trimestre de 2023.

Graphique 4

Pourcentage de la population canadienne ayant passé du temps avec des amis au cours d'un jour donné, selon le groupe d'âge, 1986 à 2022



1. Les estimations pour les groupes d'âge en 1986 sont significativement différentes ($p < 0,05$).

2. Les estimations pour les groupes d'âge en 2022 sont significativement différentes ($p < 0,05$).

3. Les estimations de 1986 par rapport à 2022 sont significativement différentes ($p < 0,05$), pour les trois groupes d'âge.

Source(s) : Enquête sur l'emploi du temps, 1986, 1992, 1998, 2005, 2010, 2015 et 2022 (4503).

Les personnes de 15 à 24 ans au Canada ont également connu d'importantes baisses du temps passé avec des amis, celui-ci ayant diminué de plus de 30 points de pourcentage (-31,6 %) de 1986 à 2022. Bien que ce changement ait réduit l'écart entre les groupes d'âge au fil du temps, les jeunes étaient toujours les plus susceptibles de passer du temps avec des amis.

Saviez-vous que nous avons une application mobile?

Téléchargez notre application mobile et accédez rapidement aux données du bout des doigts! L'application [StatsCAN](#) est offerte gratuitement dans l'[App Store](#) et sur [Google Play](#).

Note aux lecteurs

L'Enquête sur l'emploi du temps (EET) est une enquête transversale menée dans le cadre du Programme de la statistique sociale générale en 1986, en 1992, en 1998, en 2005, en 2010, en 2015 et en 2022 (de juillet 2022 à juillet 2023).

La population cible de l'enquête est composée de personnes de 15 ans et plus habitant dans une province et ne vivant pas en établissement. L'EET utilise un journal de 24 heures qui recueille l'emploi du temps des répondants au cours de la journée, y compris chacune de leurs activités, leur durée et les autres personnes présentes pendant l'activité. Cette enquête recueille également des renseignements supplémentaires sur le bien-être et la contrainte de temps, le travail rémunéré, le transport et les caractéristiques sociodémographiques.

Le temps passé seul et avec d'autres personnes est mesuré par le journal de l'emploi du temps. Pour chaque activité de la journée, la question suivante était posée aux répondants : « Qui était avec vous? » La durée de chaque activité est ensuite additionnée tout au long de la journée. Le temps passé à dormir ou à accomplir des activités d'hygiène personnelle a été exclu.

La contrainte de temps est mesurée en fonction de l'accord du répondant avec 10 énoncés individuels sur différentes dimensions du sentiment de contrainte de temps. Une contrainte de temps élevée est définie par l'obtention de la réponse « oui » à au moins sept de ces énoncés. Voici les énoncés :

1. Planifiez-vous de ralentir votre rythme de vie au cours de la prochaine année?
2. Vous considérez-vous comme un bourreau de travail?
3. Lorsque vous avez besoin de plus de temps, êtes-vous portée ou porté à réduire vos heures de sommeil?
4. À la fin de la journée, avez-vous souvent l'impression que vous n'avez pas accompli ce que vous vouliez accomplir par manque de temps?
5. Vous inquiétez-vous du fait que vous ne consacrez pas assez de temps à votre famille ou à vos amis?
6. Êtes-vous constamment tendue ou tendu parce que vous voulez en accomplir plus que vous ne pouvez en faire?
7. Vous sentez-vous prise ou pris au piège dans une routine quotidienne?
8. Sentez-vous que vous n'avez plus le temps de vous amuser?
9. Vous sentez-vous souvent tendue ou tendu quand vous manquez de temps?
10. Aimerez-vous passer plus de temps seule ou seul?

Pour obtenir plus de renseignements sur cette enquête (questionnaires, définitions, sources de données et méthodes utilisées), veuillez consulter la page [Enquêtes et programmes statistiques - Enquête sur l'emploi du temps](#).

En 2022, des renseignements sur le genre (y compris les catégories masculin, féminin et autre [veuillez préciser]) ont été recueillis. De 1992 à 2015, une variable binaire pour le sexe (masculin, féminin) a été recueillie. Dans la présente analyse, la catégorie « femmes+ » comprend les femmes et certaines personnes non binaires de 2022 et les femmes des années précédentes. La catégorie « hommes+ » comprend les hommes et certaines personnes non binaires de 2022 et les hommes des années précédentes.

Tableaux disponibles : [45-10-0110-01](#) et [45-10-0111-01](#).

Définitions, source de données et méthodes : numéro d'enquête [4503](#).

L'infographie « [Pressés par le temps](#) », qui fait partie de la série Statistique Canada – Infographies ([11-627-M](#)), est maintenant accessible.

Pour obtenir plus de renseignements ou pour en savoir davantage sur les concepts, les méthodes et la qualité des données, communiquez avec nous au 514-283-8300 ou composez sans frais le 1-800-263-1136 (infostats@statcan.gc.ca), ou communiquez avec les Relations avec les médias (statcan.mediahotline-ligneinfomedias.statcan@statcan.gc.ca).