



Les jeunes et l'alternance

Regards et expériences des étudiants et des jeunes actifs

Sondage réalisé par **ODOXA** pour l'association des Entreprises Éducatives pour l'emploi (3E)



Méthodologie



Recueil

Enquête réalisée par Internet du **12 au 26 décembre 2025**, auprès d'un échantillon **d'étudiants et de jeunes actifs**.



Echantillon

Echantillon de **2 414 étudiants et jeunes actifs**, représentatif de cette population, dont :

- **1 011 étudiants** en études supérieures, dont **358 faisant ou ayant fait une alternance / un apprentissage**.
- **1 403 jeunes actifs** ayant entre 18 et 30 ans et ayant fait des études supérieures, dont **850 anciens alternants / apprentis**.

→ Au total, **1 208 jeunes faisant ou ayant fait une alternance ou un apprentissage** ont été interrogés dans cet échantillon

La représentativité de l'échantillon est assurée par la méthode des quotas appliqués aux variables suivantes : sexe, âge, catégorie d'agglomération, région et niveau de diplôme. Un redressement statistique a été appliqué aux deux populations cibles (Etudiants et Jeunes actifs) pour refléter leur poids réel au sein de la population totale cumulée, soit 32% d'étudiants et 68% de jeunes actifs.

Précisions sur les marges d'erreur

Chaque sondage présente une incertitude statistique que l'on appelle marge d'erreur. Cette marge d'erreur signifie que le résultat d'un sondage se situe, avec un niveau de confiance de 95%, de part et d'autre de la valeur observée. La marge d'erreur dépend de la taille de l'échantillon ainsi que du pourcentage observé.

	Si le pourcentage observé est de ...					
Taille de l'Echantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10,0
200	3,1	4,2	5,7	6,5	6,9	7,1
300	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500	1,9	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600	1,8	2,4	3,3	3,7	4,0	4,1
800	1,5	2,5	2,8	3,2	3,5	3,5
900	1,4	2,0	2,6	3,0	3,2	3,3
1 000	1,4	1,8	2,5	2,8	3,0	3,1
2 000	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,2
3000	0,8	1,1	1,4	1,6	1,8	1,8

Lecture du tableau : Dans un échantillon de 1000 personnes, si le pourcentage observé est de 20% la marge d'erreur est égale à 2,5% : le pourcentage réel est donc compris dans l'intervalle [17,5 ; 22,5].

Principaux enseignements

Les trois quarts des alternants ont reçu une proposition d'embauche à la fin de leurs études
C'est 25 points de plus que ceux qui n'ont pas fait d'alternance

L'alternance est aujourd'hui un contrat social complet : un revenu qui protège, une confiance qui propulse, et des compétences qui insèrent :

- **82% des jeunes ayant fait une alternance estiment que les revenus perçus ont été essentiels pour poursuivre leurs études à un moment donné de leur cursus.**
- **58% de ces jeunes affirment que ce revenu leur a permis d'assurer leur autonomie financière.**
- **Mais surtout, sans cette rémunération, 75% se seraient retrouvés dans une situation financière difficile.**

Et l'alternance agit comme un accélérateur d'intégration dans la vie active...

- **A l'issue de leurs études, 74% des ex alternants ont reçu une proposition d'embauche, c'est 25 points de plus que ceux qui n'ont pas fait d'alternance (49%).**
- **Et les alternants, bien mieux que les autres, ont acquis un socle de compétences pour réussir : compétences opérationnelles, « codes » de l'entreprise, préparation aux responsabilités et réseau.**
- **Enfin, près de 4 alternants et ex alternants sur 10 pensent que sans aides financières de l'Etat, leur entreprise d'accueil n'aurait pas eu les moyens de les recruter et de les former.**

Synthèse détaillée des résultats

(1/3)

Les trois quart des alternants ont reçu une proposition d'embauche à la fin de leurs études

C'est 25 points de plus que ceux qui n'ont pas fait d'alternance

Plus d'1 million de jeunes étaient en contrat d'apprentissage ou de professionnalisation à la fin de l'année dernière selon la DARES. Ce dynamisme s'inscrit dans un modèle d'incitations publiques aujourd'hui remis en cause : le Budget 2026 prévoit des économies sur les aides aux entreprises formatrices. Notre sondage pour 3E (l'Association des Entreprises Éducatives pour l'emploi) interroge un échantillon représentatif de plus de 2000 étudiants et jeunes actifs sur l'intérêt détaillé de l'alternance dans leur parcours.

I. Les alternants pendant leurs études

82% des jeunes ayant fait une alternance estiment que les revenus perçus ont été essentiels pour poursuivre leurs études à un moment donné de leur cursus.

82% des alternants et anciens alternants déclarent que le salaire issu de leur alternance ou apprentissage a été un levier essentiel pour poursuivre leur parcours à un moment donné de leur cursus.

Cette proportion ultra-majoritaire rappelle que l'alternance constitue pour un jeune un soutien financier concret. Plus le niveau de formation s'élève, plus cela compte : 67% déclarent que ce revenu est/a été essentiel directement après le bac, une proportion qui augmente à 80% jusqu'à Bac+5 . Ce revenu étudiant n'est donc pas/n'était pas un confort, mais souvent une nécessité.

58% de ces jeunes affirment que ce revenu leur a permis d'assurer leur autonomie financière.

Sans effacer la nécessité d'un soutien familial, l'alternance offre, du fait du revenu procuré, un levier d'émancipation. Si 63% des alternants et ex alternants indiquent que leur famille a été leur principale source de revenus pendant leurs études, c'est 14 points de moins que chez les jeunes n'ayant pas fait d'alternance. Par ailleurs, 58% expliquent que ce salaire leur a permis d'assurer leur autonomie financière.

Synthèse détaillée des résultats

(2/3)

Mais surtout, sans cette rémunération, 75% se seraient retrouvés dans une situation financière difficile

Poursuivre ses études, gagner en autonomie, mais avant tout subvenir à ses besoins quotidiens : 75% des alternants et anciens alternants affirment qu'ils se seraient retrouvés dans une situation difficile sans leur rémunération.

Autrement dit, sans ce salaire, 3 alternants sur 4 auraient le plus grand mal à assumer les dépenses les plus basiques du quotidien (logement, alimentation, transport, factures).

Ce chiffre révèle une dépendance très forte au soutien financier de l'alternance : la rémunération n'est pas un complément, mais un filet vital.

II. Insertion professionnelle des alternants

75% des alternants se sentent confiants dans leur capacité à trouver rapidement un emploi qui leur plaît après leurs études, c'est 14 points de plus que les autres

L'alternance agit comme un booster de confiance professionnelle : 75% des étudiants passés par l'alternance se disent confiants dans leur capacité à trouver rapidement un emploi qui leur plaît, contre 61% chez ceux qui n'ont pas emprunté cette voie.

Cet écart de 14 points montre que l'alternance donne non seulement un revenu, mais un capital confiance essentiel dans l'entrée dans la vie active, phase de transition où le doute peut entraver l'action.

Et, de fait, à l'issue de leurs études, 74% des ex alternants ont reçu une proposition d'embauche, la différence avec les autres jeunes est immense : c'est 25 points de plus que ceux qui n'ont pas fait d'alternance (49%).

Les trois quarts des jeunes actifs passés par l'alternance ont reçu rapidement une proposition d'embauche à l'issue de leurs études contre seulement 49% de ceux qui n'ont pas fait d'alternance. Ce différentiel de 25 points illustre un effet d'insertion accélérée, renforcé par un mécanisme puissant de fidélisation : une part importante de ces embauches provient directement de l'entreprise d'accueil, où le jeune avait déjà effectué son alternance ou apprentissage : 31% ont reçu une proposition d'une entreprise dans laquelle ils avaient effectué une alternance / un apprentissage.

Synthèse détaillée des résultats

(3/3)

Et les alternants, bien mieux que les autres, ont acquis un socle de compétences pour réussir en entreprise

L'alternance agit aussi comme une fabrique de compétences immédiatement actionnables en entreprise et de « soft skills ». Ainsi, 86% des alternants et anciens alternants estiment avoir acquis des compétences pratiques et opérationnelles valorisables sur le marché du travail via leurs études et expériences professionnelles. 83% disent mieux comprendre les codes et le fonctionnement de l'entreprise, 72% se sentent préparés à des postes à responsabilités, et 68% soulignent l'accès facilité à un réseau professionnel. Ce socle combiné explique pourquoi les alternants sont mieux armés pour réussir en entreprise, avec des écarts très significatifs avec les autres jeunes : entre 10 et 19 points de différence selon les items.

80% des jeunes actifs passés par l'alternance ont eu accès à des opportunités professionnelles auxquelles ils n'auraient pas eu accès autrement.

Au global, 80% des jeunes actifs passés par l'alternance déclarent que cette voie leur a ouvert des opportunités professionnelles auxquelles ils n'auraient pas eu accès autrement. Enfin, près de 4 alternants et ex alternants sur 10 (38%) estiment que sans aides financières de l'État, leur entreprise d'accueil n'aurait probablement pas eu les moyens de les recruter et de les former. 10% pensent même qu'elle n'aurait certainement pas pu le faire.

Amortisseur économique pendant les études, accélérateur d'insertion à la sortie, l'alternance s'impose ici comme un fait social mesurable, au moment même où son modèle de soutien public est interrogé.

Céline Bracq, directrice générale d'Odoxa



Résultats du sondage





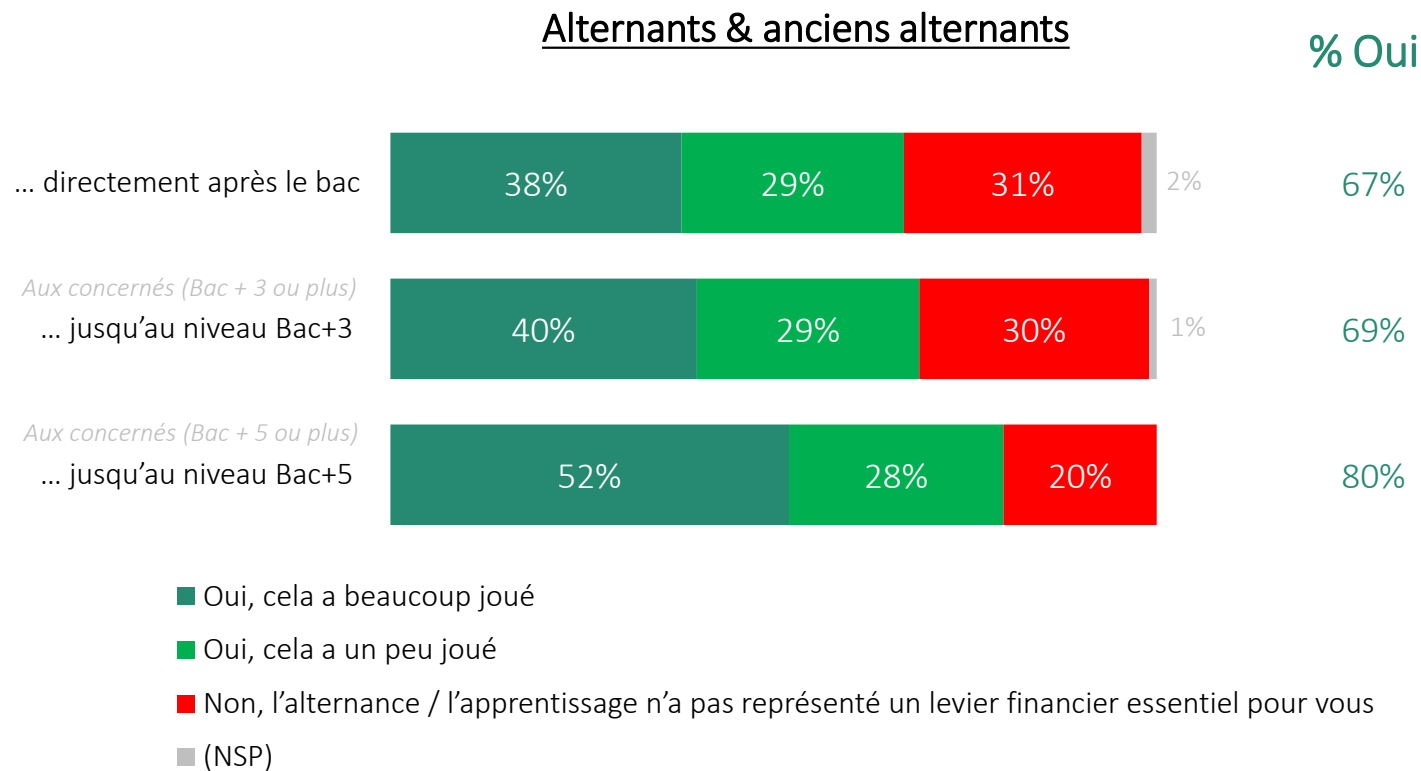
I - Les alternants pendant leurs études



82% des alternants et ex alternants estiment que les revenus perçus ont été essentiels pour poursuivre leurs études à un moment donné de leur cursus.



La prise en charge de vos frais de scolarité et le revenu perçu grâce à votre alternance / apprentissage ont-ils été essentiels pour vous permettre de poursuivre vos études... ?



82% des jeunes alternants et ex alternants répondent « Oui » pour au moins l'un de ces items, estimant ainsi que les revenus perçus ont été essentiels pour poursuivre leurs études à un moment donné de leur cursus.



58% de ces jeunes affirment que ce revenu leur a permis d'assurer leur autonomie financière.

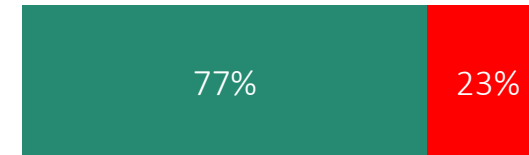
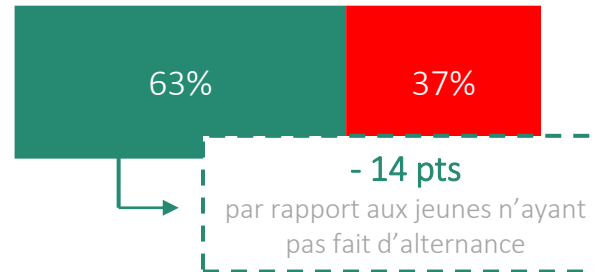


Pendant vos études, pour assurer votre autonomie financière et subvenir à vos besoins (logement, alimentation,...), diriez-vous que... ?

Alternants & anciens alternants

Jeunes n'ayant pas fait d'alternance

Votre famille a été votre principale source de revenus pendant cette période



Moyenne Jeunes

69% - 30% - 1%

Le revenu issu de votre alternance / apprentissage vous a permis d'assurer votre autonomie financière



Non interrogés

■ Oui

■ Non

■ (NSP)



Mais surtout, sans cette rémunération, 75% se seraient retrouvés dans une situation difficile

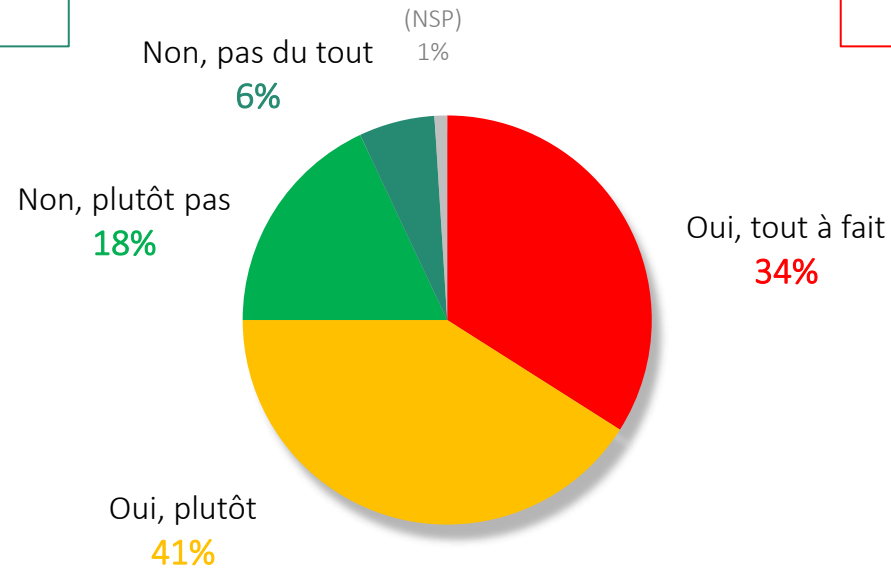


Sans votre rémunération d'apprenti / d'alternant, auriez-vous été en situation financière difficile pendant vos études ?

Alternants & anciens alternants

% Non : 24%

% Oui : 75%





II - Insertion professionnelle des alternants



75% des alternants se sentent confiants dans leur capacité à trouver rapidement un emploi qui leur plaît après leurs études, c'est 14 points de plus que les autres étudiants

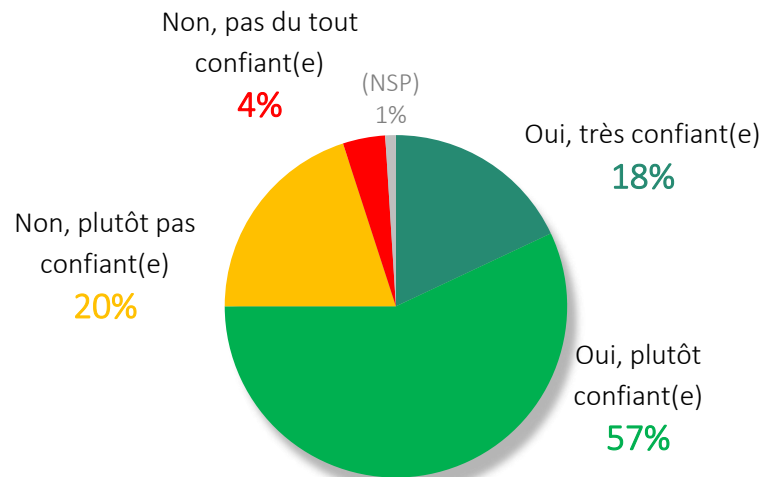


Êtes-vous confiant(e) concernant votre capacité à trouver rapidement un emploi correspondant à vos attentes après vos études ?

Etudiants ayant fait une alternance

% Pas confiants : 24%

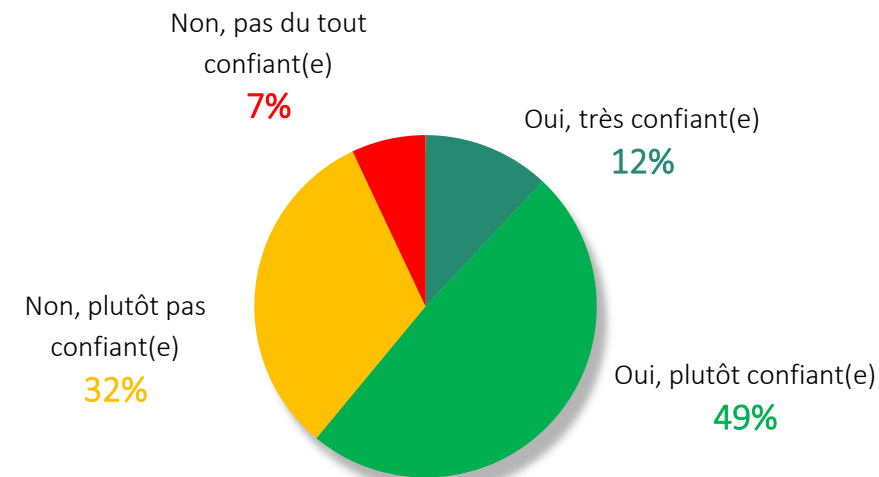
% Confiants : 75%



Etudiants n'ayant pas fait d'alternance

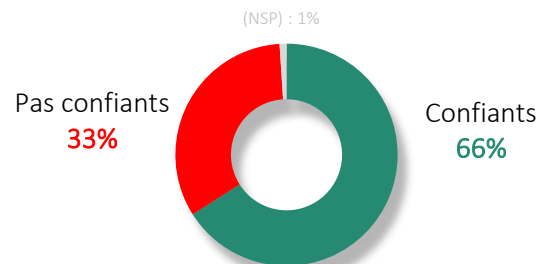
% Pas confiants : 39%

% Confiants : 61%



+ 14 pts
par rapport aux étudiants
n'ayant pas fait d'alternance

Moyenne Etudiants



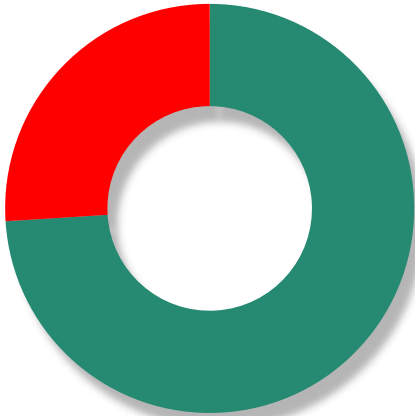
Et, de fait, à l'issue de leurs études, 74% des ex alternants ont reçu une proposition d'embauche, soit 25 points de plus que ceux qui n'ont pas fait d'alternance (49%)



A l'issue de vos études, avez-vous reçu rapidement une proposition d'embauche (CDI ou CDD) ?

Anciens alternants

Non,
vous n'avez pas reçu de
proposition d'embauche
dès la fin de vos études
26%



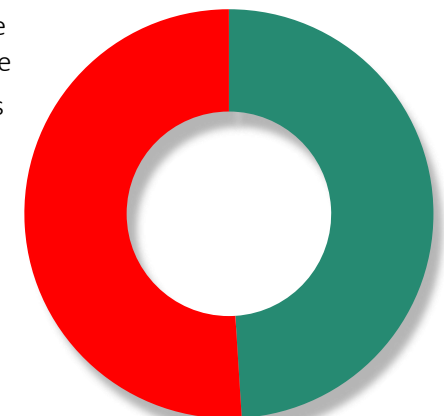
Oui
74%

Dont **31%** qui ont reçu une proposition d'une entreprise dans laquelle ils avaient effectué une alternance / un apprentissage

+ 25 pts
par rapport aux jeunes actifs
n'ayant pas fait d'alternance

Jeunes actifs n'ayant pas fait d'alternance

Non,
vous n'avez pas reçu de
proposition d'embauche
dès la fin de vos études
51%

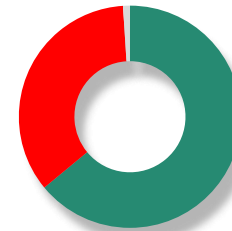


Oui
49%

Moyenne Jeunes actifs

(NSP) : 1%

Non
35%



Oui
64%

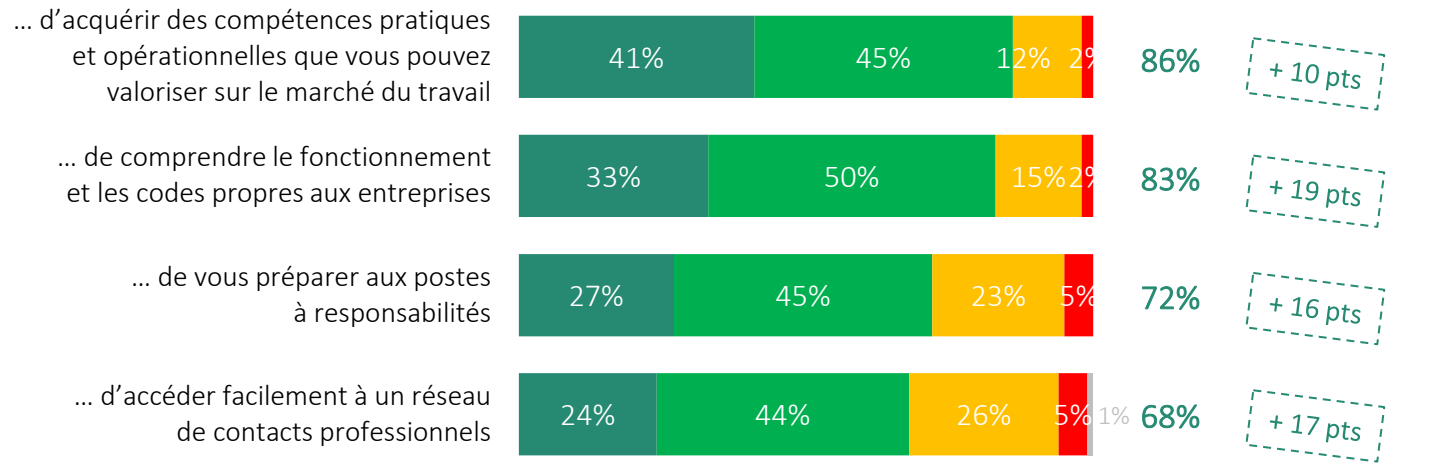


Et les alternants, bien mieux que les autres, ont acquis un socle de compétences pour réussir en entreprise

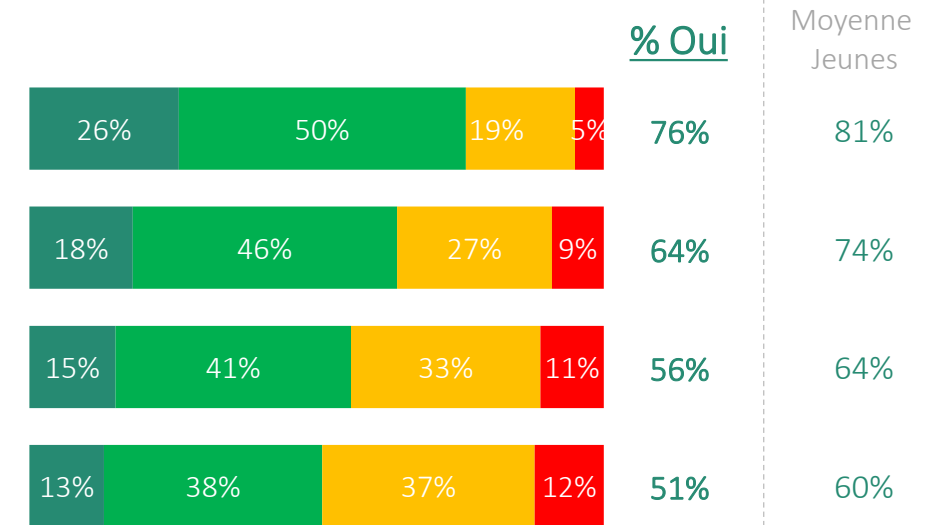


Diriez-vous que vos études et les expériences professionnelles que vous avez pu avoir dans le cadre de celles-ci vous ont permis... ?

Alternants & anciens alternants



Jeunes n'ayant pas fait d'alternance



■ Oui, tout à fait ■ Oui, plutôt ■ Non, plutôt pas ■ Non, pas du tout ■ (NSP)



80% des jeunes actifs passés par l'alternance ont eu accès à des opportunités professionnelles auxquelles ils n'auraient pas eu accès autrement

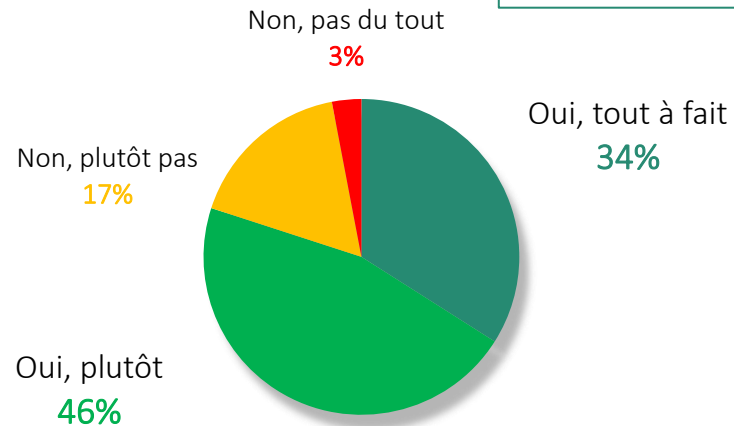


Pensez-vous que l'alternance / l'apprentissage vous a permis d'accéder à des opportunités professionnelles auxquelles vous n'auriez pas eu accès autrement ?

Jeunes actifs ayant fait une alternance

80%

des jeunes actifs ayant fait une alternance estiment que cela leur a permis d'accéder à des opportunités professionnelles qu'ils n'auraient pas eues autrement



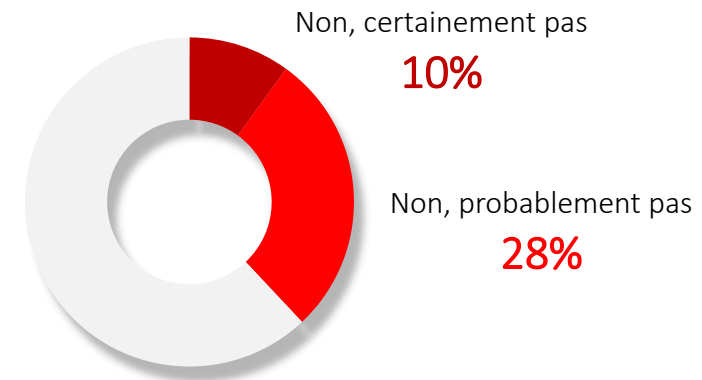
Les entreprises bénéficient d'aides financières de l'Etat lorsqu'elles embauchent un apprenti ou un alternant (prime à l'embauche, exonération de cotisations, ...)

Vous-même, pensez-vous que sans ces aides financières, votre entreprise d'accueil aurait tout de même eu les moyens de vous recruter et de vous former ?

Alternants & anciens alternants

... et 38%

des alternants et anciens alternants pensent que leur entreprise d'accueil n'aurait pas eu les moyens de les recruter et les former sans les aides financières de l'Etat



L'alternance dans les formations à vocation professionnelle : des intérêts encore plus notables

Focus sur les jeunes ayant effectué une alternance dans le cadre d'études à vocation professionnelle

(BTS/BTSA, BUT/DUT, Licence professionnelle, Bachelor, Formation en école spécialisée, Mastère)

Parmi les alternants et ex-alternants, ceux ayant suivi des études à vocation professionnelle se distinguent par leur perception encore plus positive de l'alternance

➤ Les jeunes engagés dans ces types de cursus sont ainsi plus nombreux à reconnaître l'intérêt économique majeur de l'alternance :

- Ils sont 84% à affirmer que les revenus de l'alternance ont été essentiels pour leur permettre de poursuivre leurs études à un moment donné de leur cursus (+2 pts par rapport au total des alternants et ex-alternants). 79% affirment même que ces revenus leur ont permis d'atteindre le niveau Bac + 3 (+10 pts)
- Financièrement, ces jeunes sont moins nombreux à déclarer devoir compter sur leur famille (60%, -3 pts par rapport au total des alternants, -17 pts par rapport aux jeunes n'ayant pas fait d'alternance), et plus nombreux à reconnaître que l'alternance leur a permis d'assurer leur autonomie financière (62%, + 4 pts)
- Et 77% se seraient retrouvés dans une situation financière difficile sans ces revenus (+ 2 pts)

➤ Et le rôle que joue l'alternance pour faciliter l'insertion professionnelle est particulièrement notable chez ces jeunes :

- Les jeunes ayant suivi des formations à vocation professionnelle et ayant fait une alternance portent un regard particulièrement positif sur leurs études et sur les compétences acquises au cours de celles-ci : 88% estiment ainsi avoir acquis des compétences pratiques et opérationnelles, c'est 2 points de plus que la moyenne des alternants et ex-alternants, mais surtout **11 points de plus que les jeunes ayant suivi des études à vocation professionnelle sans faire d'alternance**.
- 85% affirment que leurs études leur ont permis de comprendre le fonctionnement et les codes propres aux entreprises (+2 pts et **+ 14 pts**), 74% qu'ils ont été préparés aux postes à responsabilités (+2 pts et **+ 17 pts**), et 68% qu'ils ont pu développer leur réseau de contacts professionnels (= et **+ 16 pts**).
- D'ailleurs, 74% des actifs ayant combiné études à vocation professionnelle et alternance ont reçu rapidement une proposition d'embauche à l'issue de leur formation, contre seulement 48% de ceux ayant fait des études professionnelles sans alternance.