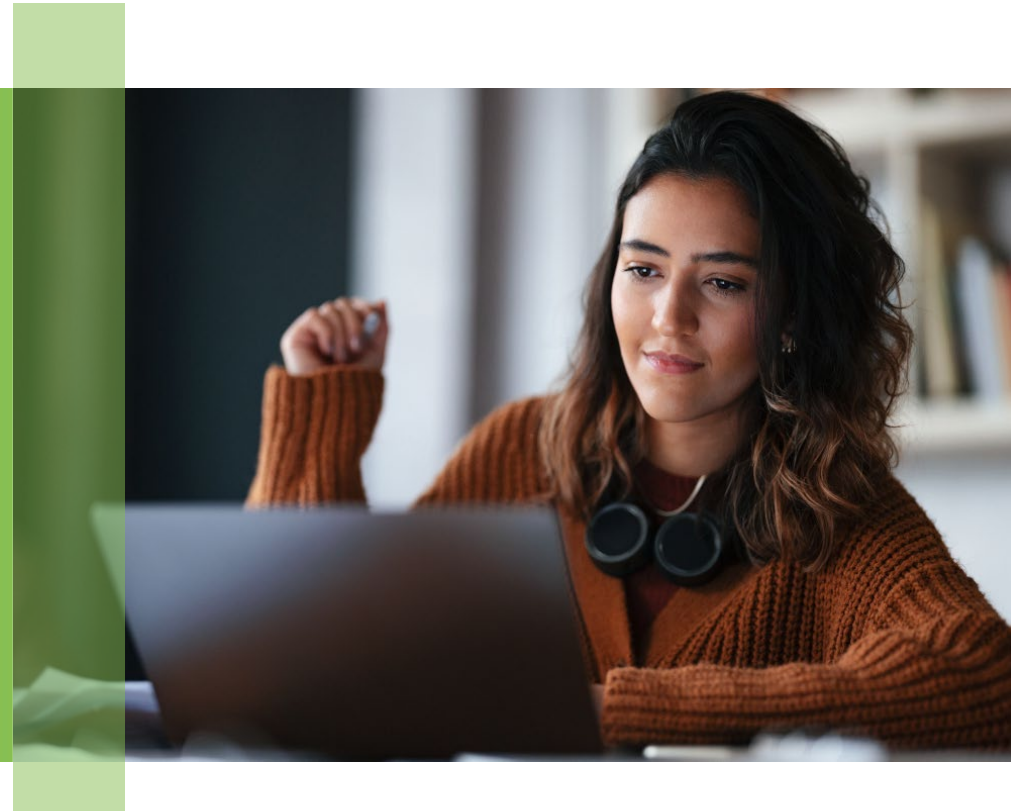




BAROMÈTRE UNÉDIC

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE
ET RECHERCHE D'EMPLOI

Janvier 2026

Dans le cadre du 7^e volet du Baromètre de la perception du chômage et de l'emploi, le cabinet Elabe a interrogé pour l'Unédic les actifs sur leur usage de l'intelligence artificielle à des fins de recherche d'emploi et sur l'utilité professionnelle de maîtriser ces outils.

Les outils d'intelligence artificielle générative (IAG) se sont développés à une vitesse inédite. L'un des plus connus, ChatGPT, a revendiqué avoir franchi la barre symbolique des 100 millions d'utilisateurs mensuels quelques mois après son lancement fin 2022¹. Ces systèmes, capables de générer à partir d'une simple requête du texte et des images, sont également utilisés pour solliciter des conseils, voire comme des coachs virtuels. L'utilisation des IAG est aujourd'hui largement diffusée, si bien qu'il devient légitime de s'interroger sur la place qu'elles prennent dans la vie quotidienne. Le travail et la recherche d'emploi n'y échappent pas. L'Unédic a déjà livré, en 2025, une revue de littérature offrant une vision panoramique des travaux qui ont tenté d'étudier l'impact économique des IAG².

Dans le cadre du 7^e volet du Baromètre de la perception du chômage et de l'emploi, dont les résultats principaux ont été publiés en décembre 2025^{3,4}, l'Unédic a demandé au cabinet Elabe de poser une série de questions aux répondants du Baromètre sur leur usage de l'intelligence artificielle et sur leurs perceptions quant à l'utilité professionnelle de maîtriser ces outils.

¹ OpenAI, « Nouvelle analyse économique d'OpenAI », juillet 2025

² Unédic, « Emploi et IA générative : panorama des travaux économiques existants », janvier 2025

³ Unédic, « Baromètre Unédic – Volet 7 : quel regard les Français portent-ils sur le chômage et sur l'emploi ? », décembre 2025

⁴ Unédic, « Baromètre Unédic : Les perceptions sur les leviers et les freins à l'emploi », décembre 2025

3 actifs sur 10 ont déjà utilisé l'intelligence artificielle dans une recherche d'emploi

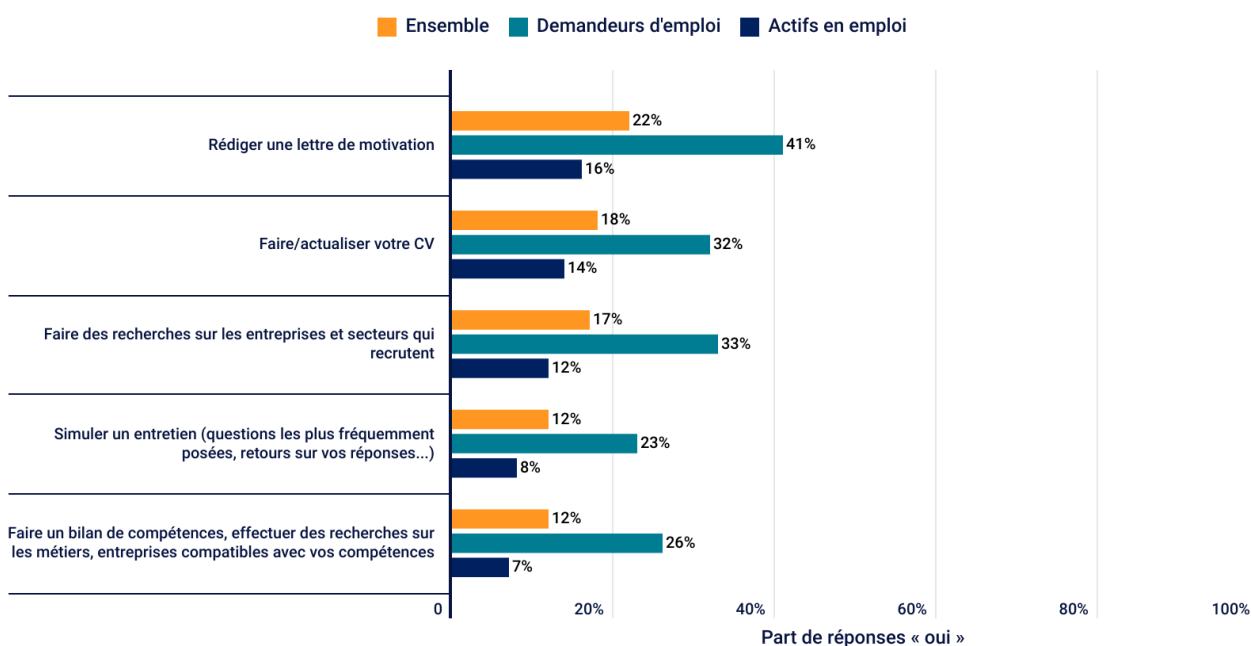
Lorsqu'on interroge les actifs sur l'utilisation qu'ils font de l'intelligence artificielle dans le cadre d'une recherche d'emploi, il apparaît qu'une majeure partie d'entre eux déclarent ne pas avoir utilisé cette technologie. Il existe cependant une vraie différence entre les actifs en emploi et les demandeurs d'emploi. Ces derniers, confrontés de manière immédiate et concrète à la recherche d'emploi, sont bien plus nombreux à indiquer qu'ils ont utilisé l'IA.

En tête des usages, la rédaction d'une lettre de motivation : 41 % des demandeurs d'emploi ont utilisé une IA dans ce but (*Graphique 1*). Toujours dans une perspective d'aide à la rédaction, on trouve en deuxième position la création ou l'actualisation d'un CV (32 % des demandeurs d'emploi). Ensuite, l'IA est utilisée pour faire des recherches sur les entreprises et secteurs qui recrutent (33 % des demandeurs d'emploi). L'outil est également mobilisé pour réaliser des simulations d'entretien (23 % des demandeurs d'emploi) et pour faire un bilan de compétences (26% des demandeurs d'emploi).

L'aide à la rédaction de lettres de motivation, premier motif d'usage de l'IA

GRAPHIQUE 1 – MOTIFS D'UTILISATION DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE DANS LE CADRE D'UNE RECHERCHE D'EMPLOI

Question posée : Avez-vous déjà utilisé l'intelligence artificielle (comme ChatGPT) dans une recherche d'emploi pour... ?



Lecture : 41% des demandeurs d'emploi disent avoir utilisé l'intelligence artificielle pour rédiger une lettre de motivation.

Base : ensemble des actifs

Source : Baromètre Unédic de la perception du chômage et de l'emploi, volet 7

Dans l'ensemble, 3 actifs sur 10 déclarent avoir utilisé l'IA pour un des motifs listés dans le *Graphique 1*. La proportion n'est que de 24 % pour les actifs en emploi, mais elle atteint 52 % pour les demandeurs d'emploi. L'usage de l'IA pour la recherche d'emploi semble donc s'être fortement développé. France Travail propose d'ailleurs un outil dédié pour accompagner les demandeurs d'emploi qui souhaitent s'initier aux systèmes d'intelligence artificielle et les mobiliser dans leur recherche d'emploi⁵.

⁵ France Travail, « Découvrez notre outil pour développer vos compétences en Intelligence Artificielle », novembre 2025

Savoir utiliser l'IA est perçu comme un atout vis-à-vis des employeurs potentiels par 44 % des actifs

L'utilité de l'IA n'est pas évidente dans tous les secteurs professionnels ou pour tous les métiers. Début 2024, l'Unédic avait interrogé les dirigeants et dirigeantes d'entreprise sur leurs perceptions des enjeux de l'intelligence artificielle dans le cadre de son enquête « Le travail en transitions »⁶. Plus des trois quarts des responsables interrogés considéraient alors que l'IA aurait un impact faible ou nul sur leur activité. Cette opinion était particulièrement prévalente dans l'industrie et dans la construction.

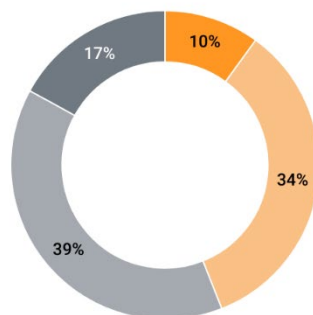
Un an plus tard, alors que l'utilisation des IAG s'est encore développée, les actifs sont moins d'un sur deux à considérer que la maîtrise des outils d'intelligence artificielle peut constituer un avantage aux yeux des employeurs (44 %, *Graphique 2*).

Une majorité d'actifs estime que maîtriser l'utilisation de l'IA n'est pas décisif aux yeux des employeurs

GRAPHIQUE 2 - PERCEPTION DE L'UTILITÉ DE SAVOIR UTILISER L'IA AUPRÈS D'UN EMPLOYEUR POTENTIEL

Question posée : Selon vous, quand on recherche un nouvel emploi, diriez-vous que savoir utiliser l'intelligence artificielle peut faire la différence auprès d'un employeur ?

■ Oui, tout à fait ■ Oui, plutôt ■ Non, plutôt pas ■ Non, pas du tout



Lecture : 10% des actifs sont tout à fait d'accord avec l'idée que savoir utiliser l'IA peut faire la différence auprès d'un employeur potentiel.

Base : ensemble des actifs

Source : Baromètre Unédic de la perception du chômage et de l'emploi, volet 7

Certains actifs sont plus nombreux à considérer que savoir utiliser l'IA peut faire la différence aux yeux d'un employeur : les cadres (60 %), les moins de 30 ans (53 %), les diplômés du supérieur (51 %) et les hommes (47 %).

⁶ Unédic, « Climat, numérique, IA : les employeurs à l'heure des transitions », mars 2024

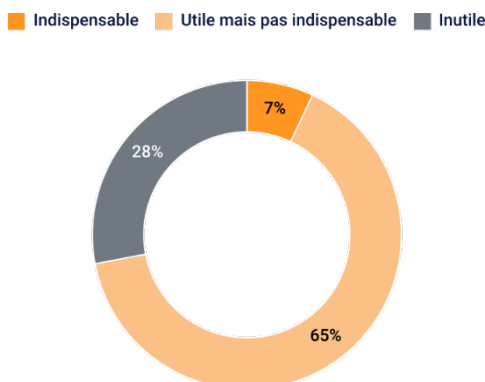
Les actifs perçoivent l'utilité de savoir maîtriser l'IA dans la vie professionnelle

Lorsqu'on ne se place plus sous l'angle des attentes supposées des employeurs, l'opinion des actifs est sensiblement différente. Quand on les interroge sur l'intégration de l'IA à leurs pratiques professionnelles, les actifs font largement part de l'utilité de ces outils, avec toutefois des nuances. Les actifs sont 72 % à considérer l'IA comme un outil utile, dont 7 % seulement le qualifient d'« indispensable » (*Graphique 3*).

72 % des actifs considèrent l'IA comme utile sur le plan professionnel

GRAPHIQUE 3 – PERCEPTION DE L'UTILITÉ DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE DANS SON MÉTIER

Question posée : Aujourd'hui, diriez-vous que savoir utiliser l'intelligence artificielle comme outil est indispensable, utile mais pas indispensable ou inutile dans votre métier ?



Lecture : 7% des actifs jugent indispensable de savoir utiliser l'intelligence artificielle dans leur métier.

Base : ensemble des actifs

Source : Baromètre Unédic de la perception du chômage et de l'emploi, volet 7

L'utilité est perçue plus fortement par les cadres (85 %), les 60 ans et plus (79 %), les diplômés du supérieur (78 %) et les moins de 30 ans (76 %, dont 11 % « indispensable », une des plus fortes proportions). Le Baromètre Unédic révèle également une fracture si l'on prend en compte la catégorie socio-professionnelle. Les ouvriers sont ainsi 39 % à considérer l'IA comme « inutile » pour leur métier, contre 28 % de l'ensemble des actifs.

Ces éléments de perception confirment que si les IAG ont un impact très large et se sont immiscées dans la vie professionnelle des actifs, elles ne touchent pas indifféremment tous les profils.



BAROMÈTRE UNÉDIC : INTELLIGENCE ARTIFICIELLE ET RECHERCHE D'EMPLOI

Janvier 2026

Adrien Gaboulaud

Unédic

4, rue Traversière 75012 Paris

T. +33 1 44 87 64 00

unedic.org

