

**les zooms**  
de L'Observatoire Cetelem

par



# Thème 4 : Entre apparence(s) et identité(s) : le corps, une vitrine de soi ?

Enquête 1/3 : « Entretien son corps, naturel pour les Français ? »

Octobre 2018

---

**Magalie Gérard**, Directrice adjointe du Département Politique – Opinion

**Pierre-Hadrien Bartoli**, Chef de groupe au Département Politique – Opinion

**Morgane Hauser**, Chargée d'études senior au Département Politique – Opinion

# Sommaire

<b>Méthodologie d'enquête</b>	<b>P.3</b>
<b>Le corps, une vitrine de soi complexe</b>	<b>P5</b>
<b>Une apparence qui obsède ?</b>	<b>P.15</b>
<b>Prendre soin de son corps, une évidence pour les Français ?</b>	<b>P.20</b>



# Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **16** au **18 septembre 2018**.



Échantillon de **1000** personnes représentatif des Français âgés de 18 ans et plus.



Méthode des quotas et redressement appliqués aux variables suivantes : **sexe, âge, catégorie socioprofessionnelle et région de l'interviewé(e)**.



Aide à la lecture des résultats détaillés :

- Les chiffres présentés sont exprimés en pourcentage.
- Les chiffres en italique sont ceux qui apparaissent significativement au-dessus de la moyenne.

# Intervalle de confiance

L'intervalle de confiance (parfois appelé « marge d'erreur ») permet de déterminer la confiance qui peut être attribuée à une valeur, en prenant en compte la valeur observée et la taille de l'échantillon. Si le calcul de l'intervalle de confiance concerne les sondages réalisés avec la méthode aléatoire, il est communément admis qu'il est proche pour les sondages réalisés avec la méthode des quotas.

Taille de l'échantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100 interviews	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10
200 interviews	3,1	4,3	5,7	6,5	6,9	7,1
300 interviews	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400 interviews	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500 interviews	2,0	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600 interviews	1,8	2,4	3,3	3,8	4,0	4,1
800 interviews	1,5	2,1	2,8	3,2	3,4	3,5
1 000 interviews	1,4	1,8	2,5	2,9	3,0	3,1
2 000 interviews	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,3
3 000 interviews	0,8	1,1	1,5	1,7	1,8	1,8
4 000 interviews	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
6 000 interviews	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4

**Note de lecture :** dans le cas d'un échantillon de 1 000 personnes, si le pourcentage mesuré est de 10%, la marge d'erreur est égale à 1,8. Il y a donc 95% de chance que le pourcentage réel soit compris entre 8,2% et 11,8% (plus ou moins 1,8 points).

# Le corps, une vitrine de soi complexe

- Spontanément, les Français, hommes comme femmes, évoquent leur corps par le biais de la santé, de la forme et du bien être. Rapidement et à tous âges, ils se montrent inquiets de leur vieillissement avant d'autres considérations liées à la beauté ou au poids.
- Alors même que la majorité d'entre eux (71%) affirment se sentir bien dans leur corps, nombreux sont ceux (60%) qui reconnaissent également avoir des complexes (les femmes et les jeunes particulièrement). Les hommes et les Français les plus jeunes se montrent plus attachés à leur corps, déclarant davantage l'apprécier et davantage se trouver beaux, quand c'est le cas d'un Français sur deux seulement (52%).
- Très largement, les Français déclarent préférer leurs yeux à toutes les autres parties de leur corps (42%) et apprécier le moins leur ventre (42%). Rapidement, les perceptions des hommes et des femmes divergent néanmoins, les unes se montrant plus fières de leurs cheveux et plus gênées par leurs cuisses, les uns appréciant particulièrement leurs mains et redoutant davantage leurs cheveux. On note dans l'ensemble que les parties visibles et exposées au regard sont plus souvent préférées aux autres, les Français se sentant largement plus à l'aise avec leur corps lorsqu'il est habillé (82%) que lorsqu'il est à nu (17%).
- Finalement, les Français mettent l'accent sur le fait qu'ils attendent de leur corps un appui à tous les niveaux : physiquement, il doit leur permettre d'effectuer toutes les actions qu'ils désirent (95%), esthétiquement, il doit leur plaire (91%), et dans une moindre mesure, plaire aux autres (59%) et moralement, se doit de refléter leur identité profonde (81%).

# Le corps est associé par les Français, hommes et femmes, à la santé et au bien-être plutôt qu'à la beauté et par ailleurs ils en redoutent le vieillissement

Quels sont tous les mots, toutes les représentations qui vous viennent à l'esprit lorsque vous pensez à votre corps ?

Question ouverte, réponses spontanées

- À tous -



## Exemples de verbatim

Quels sont tous les mots, toutes les représentations qui vous viennent à l'esprit lorsque vous pensez à votre corps ?

Question ouverte, réponses spontanées

- À tous -

« Harmonieux pour l'instant. Ne pas perdre ou prendre de poids. »

« Je fais hyper attention - je me pèse souvent - je fais des massages, me relaxe - je travaille peu physiquement car mon corps c'est mon véhicule pour la vie. »

« Ni mince ni grosse, ni belle ni moche, je suis plutôt à l'aise dans mon corps. »

« Il fait de plus en plus mal avec l'âge. »

« Une belle machine qui fonctionne à merveille mais où un petit grain de sable peut tout détraquer. »

« Un corps qui ne me convient pas, que je dois tonifier afin de me sentir mieux dans ma peau. »

« Un esprit sain dans un corps sain pour pouvoir avancer. Cela va de pair avec une bonne opinion de soi, et le respect de soi-même. »

« Le corps c'est la santé, mais on prend du poids, il se dégrade avec l'âge. Il faut en prendre soin. »

« Mon corps a beaucoup vieilli, mais la tête et le cerveau marchent à merveille et c'est le principal. »

« Nudité, splendeur, magnifique, sexy, mais également reproduction, donner la vie. »

# Plutôt bien dans leur corps mais ayant parfois des complexes et ne se trouvant pas toujours beaux, les Français décrivent un rapport ambigu à leur corps

De manière générale, diriez-vous que ... ?

- À tous, en % « Oui » -

**71%**  
**déclarent se sentir bien dans leur corps**

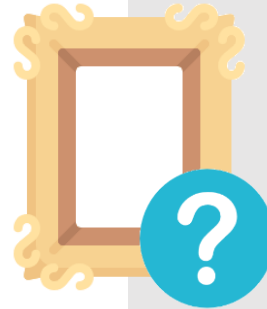
*Hommes : 78%*  
*Font du sport de manière hebdomadaire : 78%*

**59%**  
**affirment aimer leur corps**

*Hommes : 70%*  
*Personnes en couple : 62%*  
*Font du sport de manière hebdomadaire : 68%*

**52%**  
**revendiquent qu'ils se trouvent beaux**

*Hommes : 57%*  
*Moins de 35 ans : 63%*  
*Font du sport de manière hebdomadaire : 59%*



**Mais 60%**  
**reconnaissent qu'ils ont des complexes**

*Femmes : 70%*  
*Moins de 35 ans : 72%*  
*Personnes seules : 64%*  
*Font peu ou pas de sport : 68%*



# 42% citent leurs yeux en tête des parties de leur corps qu'ils préfèrent, devant leurs cheveux (21%) et leurs mains (15%)

Et plus précisément chez vous, quelles sont les parties de votre corps que vous aimez le plus ?  
Réponses données à l'aide d'une liste - 3 réponses possibles

- À tous, en % -

## TOP 3

Les parties du corps préférées  
des Français



**42%**  
Vos yeux



**21%**  
Vos cheveux



**15%**  
Vos mains



# Le ventre est la partie du corps que les Français disent aimer le moins chez eux (42%) devant les cuisses (15%) et la poitrine / le torse (14%)

Et plus précisément chez vous, quelles sont les parties de votre corps que vous aimez le moins ?

Réponses données à l'aide d'une liste - 3 réponses possibles

- À tous, en % -

## TOP 3

Les parties du corps les moins aimées par les Français



42%  
Votre ventre



15%  
Vos cuisses



14%  
Votre poitrine / votre torse



# S'ils préfèrent leurs yeux et critiquent leur ventre, femmes et hommes se distinguent rapidement sur les autres parties du corps qu'ils apprécient le plus ou le moins

Et plus précisément chez vous, quelles sont les parties de votre corps que vous aimez le plus / que vous aimez le moins ?

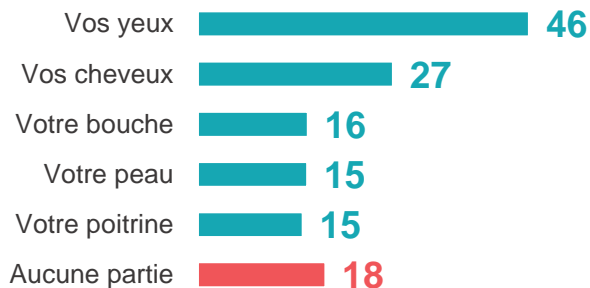
Réponses données à l'aide d'une liste - 3 réponses possibles

- À tous, en % -

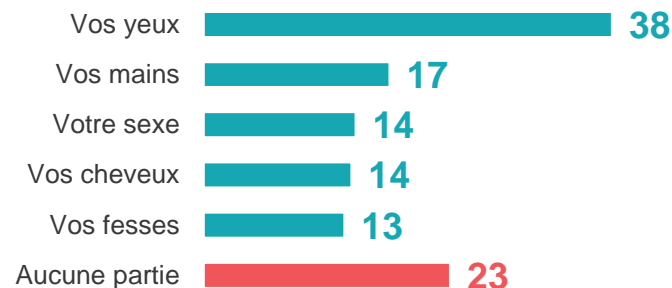
## ♀ Femmes



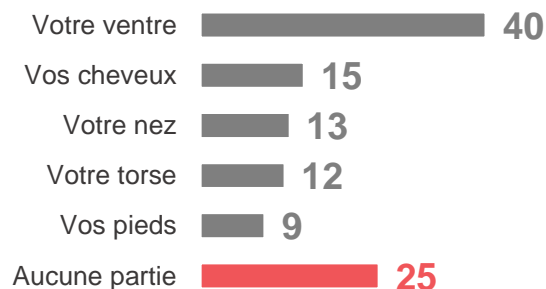
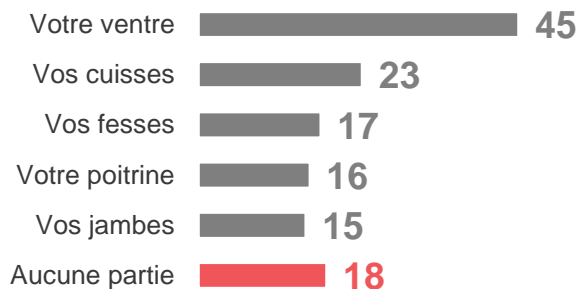
TOP 5  
Parties  
préférées



## ♂ Hommes



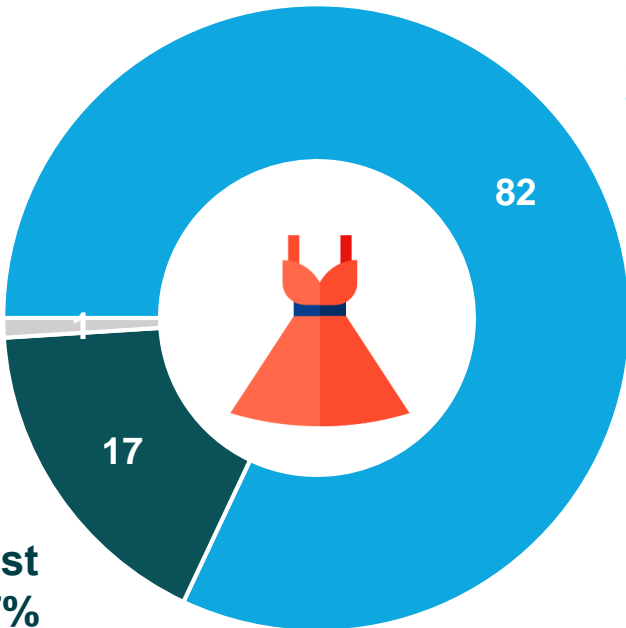
TOP 5  
Parties les  
moins  
aimées



# La majorité des Français sont plus à l'aise avec leur corps lorsqu'ils sont habillés, et tout particulièrement les femmes

Et diriez-vous que vous préférez... ?

- A tous, en % -



**Plus à l'aise habillé : 82%**

*Femmes : 90%*  
*50 ans et plus : 85%*  
*Ont des complexes : 88%*

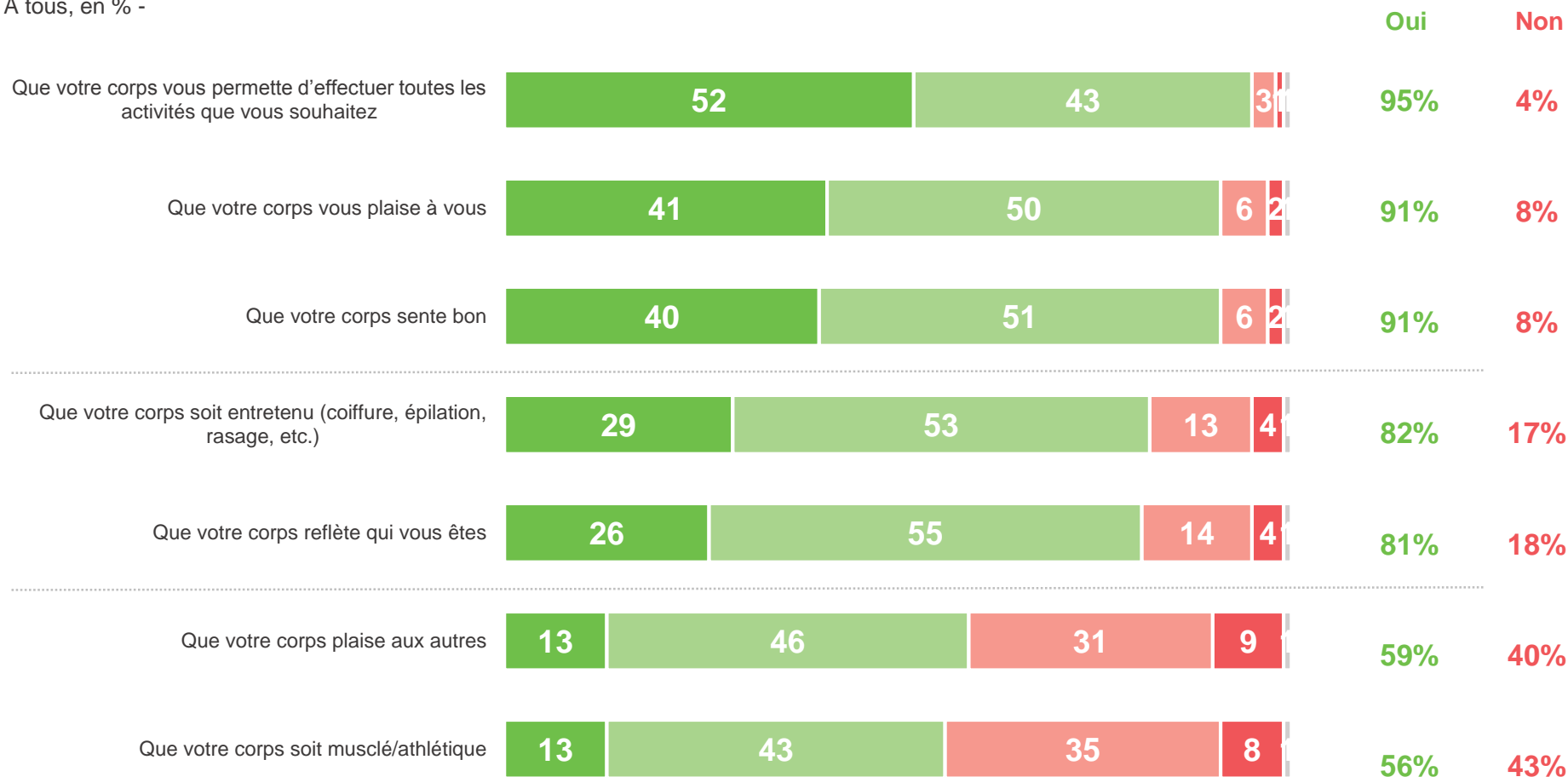
**Plus à l'aise nu : 17%**

*Hommes : 25%*  
*Font du sport tous les jours ou presque : 22%*

# Le corps, un allié sur lequel il est important de pouvoir compter à tous les niveaux

Pour vous, chacun des éléments suivants est-il important ou pas important ?

- À tous, en % -



■ Très important  
 ■ Plutôt important  
 ■ Plutôt pas important  
 ■ Pas du tout important  
 ■ Ne se prononce pas

# En fonction de leur genre ou de leur âge, les Français mettent plus ou moins l'accent sur certaines dimensions qui sont moins chères à d'autres

Pour vous, chacun des éléments suivants est-il important ou pas important ?

- À tous, en % -

Si tous conservent le même ordre de priorité concernant ce qu'ils attendent de leur corps, certaines catégories s'attachent plus que d'autres à certaines dimensions :



Femmes

Que leur corps sente bon  
Que leur corps leur plaise à elles  
Que leur corps soit entretenu  
(coiffure, épilation, rasage, etc.)



Un corps vécu comme de  
l'apparat, mais d'abord, pour  
soi-même



Hommes

Que leur corps plaise aux autres  
Que leur corps soit  
musclé/athlétique



Un corps démonstratif



Moins de 35 ans

Que leur corps leur plaise à eux  
Que leur corps reflète qui ils sont  
Que leur corps plaise aux autres  
Que leur corps soit musclé/athlétique



Un corps reflet d'une identité

# Les Français se montrent soucieux de voir leur corps changer, d'abord sur le plan physique, redoutant de ne plus pouvoir exercer toutes leurs activités, mais également sur le plan esthétique

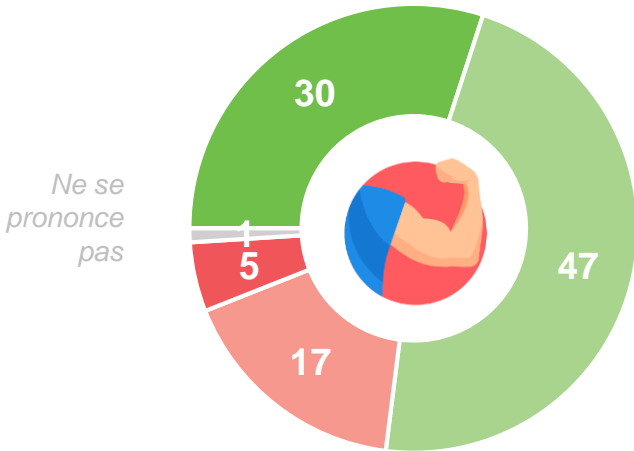
Chacune des affirmations suivantes correspond-elle bien ou mal avec votre situation personnelle ?

- A tous, en % -

**Vous avez peur de voir votre corps vieillir physiquement et ne plus pouvoir effectuer toutes les activités que vous faites aujourd'hui**

**Correspond bien : 77%**

*50 ans et plus : 81%*



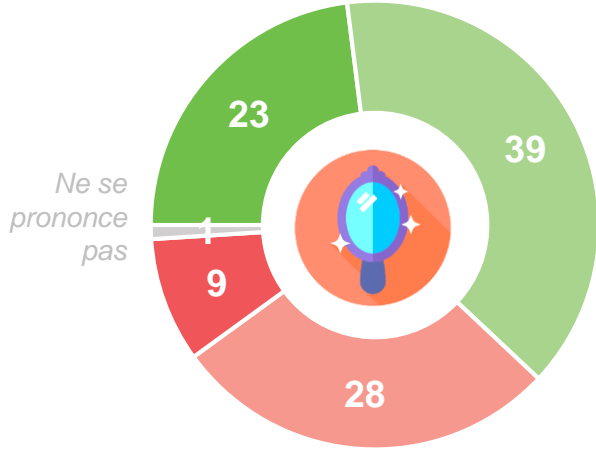
**Correspond mal : 22%**

**Vous avez peur de voir votre corps changer, vieillir esthétiquement (grossir ou maigrir sans le maîtriser, perdre ses cheveux, avoir des cheveux blancs, etc.)**

**Correspond bien : 62%**

*Femmes : 69%*

*18-24 ans : 75%*



**Correspond mal : 37%**

■ Correspond très bien ■ Correspond plutôt bien ■ Correspond plutôt mal ■ Correspond très mal ■ Ne se prononce pas

# Une apparence qui obsède ?

- 76% des Français déclarent accorder de l'importance à leur apparence, un souci qui occupe particulièrement les femmes (81%) et les Français les plus jeunes (82% chez les moins de 35 ans). Ils sont pourtant un peu moins nombreux à déclarer y consacrer du temps (62%) et ce sont finalement 46% des Français qui affirment consacrer de l'argent à prendre soin de leur apparence.
- Dans cette quête esthétique, les Français sont-ils guidés par des modèles ou des canons de beauté ? 78% affirment que les modèles de corps qui sont présentés dans les magazines ou dans la publicité ne les affectent pas et qu'ils n'ont pas de désir d'y ressembler. Néanmoins, chez les plus jeunes, ces icônes semblent avoir une grande importance, 46% des 18-24 ans déclarant avoir envie que leur corps ressemble à ceux des magazines. Si aujourd'hui, 41% des Français notent une plus grande diversité dans ces modèles présentés par la société, ils sont plus nombreux encore (62%) à espérer que les magazines et la publicité fassent davantage de place à des corps différents, de toutes tailles, âges, formes, etc.





# L'apparence compte pour les Français, et davantage pour les femmes et les plus jeunes qui déclarent y être plus attentifs et s'y investir davantage

Diriez-vous que...?

- À tous, en % -



**76%**

**Vous accordez de l'importance à votre apparence**

*Femmes : 81%*

*Moins de 35 ans : 82%*

**62%**

**Vous consacrez du temps à soigner votre apparence**

*Femmes : 69%*

*Moins de 35 ans : 72%*

**46%**

**Vous consacrez de l'argent à soigner votre apparence**

*Femmes : 51%*

*Moins de 35 ans : 61%*

# Les Français les plus jeunes reconnaissent un impact sur eux des corps montrés dans la publicité et les magazines plus important que la moyenne des Français qui se déclarent plutôt distanciés

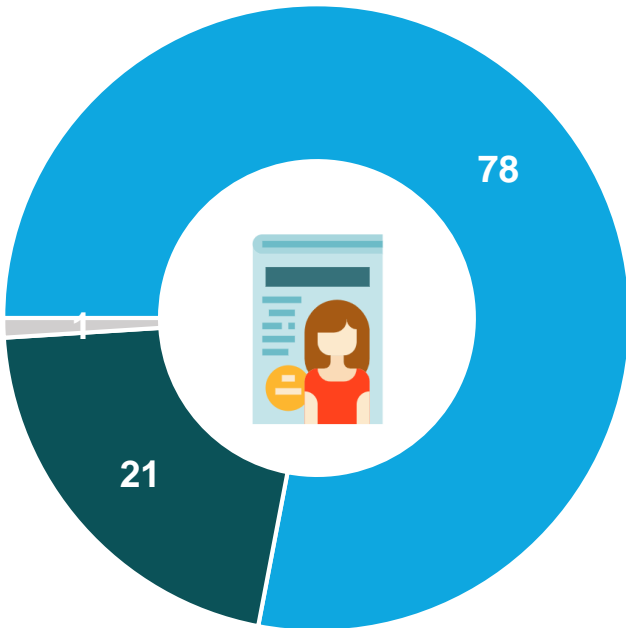
De laquelle des deux affirmations suivantes êtes-vous le/la plus proche ou du moins le/la moins éloigné(e) ?

- A tous, en % -

*Ne se prononce pas*

**Les modèles de corps présentés dans les magazines, la publicité, sont des sources d'inspiration pour vous, vous avez envie de leur ressembler: 21%**

*18-24 ans : 46%*  
*Ont des complexes : 27%*  
*Font du sport tous les jours ou presque : 29%*



**Les modèles de corps présentés dans les magazines, la publicité, ne sont pas des sources d'inspiration pour vous, vous n'avez pas envie de leur ressembler : 78%**

*50 ans et plus : 89%*  
*Se sentent bien dans leur corps : 80%*



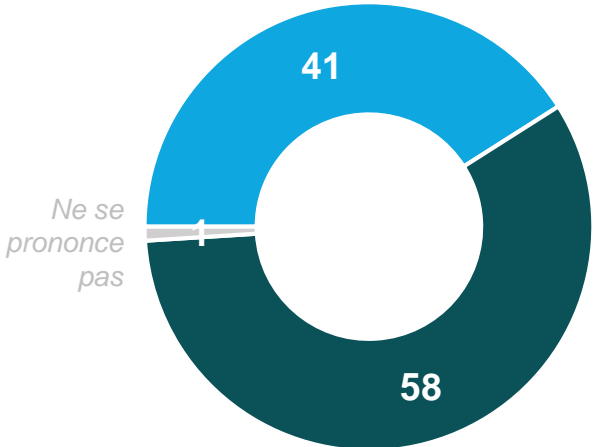
Concernant les modèles de corps présentés dans les magazines ou la publicité, hommes et femmes déclarent des niveaux d'influence similaires

# Près d'un Français sur deux estime que les modèles de corps présentés dans les magazines ont peu évolué au cours des dernières années, alors même qu'ils attendent davantage de diversité

De laquelle des deux affirmations suivantes êtes-vous le/la plus proche ou du moins le/la moins éloigné(e) ?

- A tous, en % -

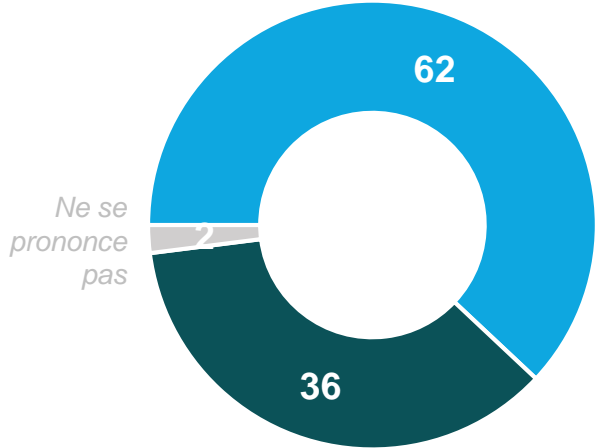
**Les modèles de corps présentés dans les magazines, la publicité ont changé au cours des dernières années (davantage de tailles différentes, de formes différentes, etc.) : 41%**  
*18-24 ans : 54%*



**Il n'y a pas de véritable changement dans les modèles de corps présentés dans les magazines, la publicité, etc. : 58%**



**Pour vous, il est important que les magazines, la publicité, présentent davantage de diversité dans les modèles de corps qu'ils mettent en avant : 62%**  
*Femmes : 71%*  
*Moins de 35 ans : 69%*  
*Cadres et profs. lib : 72%*  
*Ont des complexes : 68%*



**Pour vous, il n'est pas important que les magazines, la publicité présentent davantage de diversité dans les modèles de corps qu'ils mettent en avant : 36%**  
*Hommes : 46%*  
*65 ans et plus : 46%*

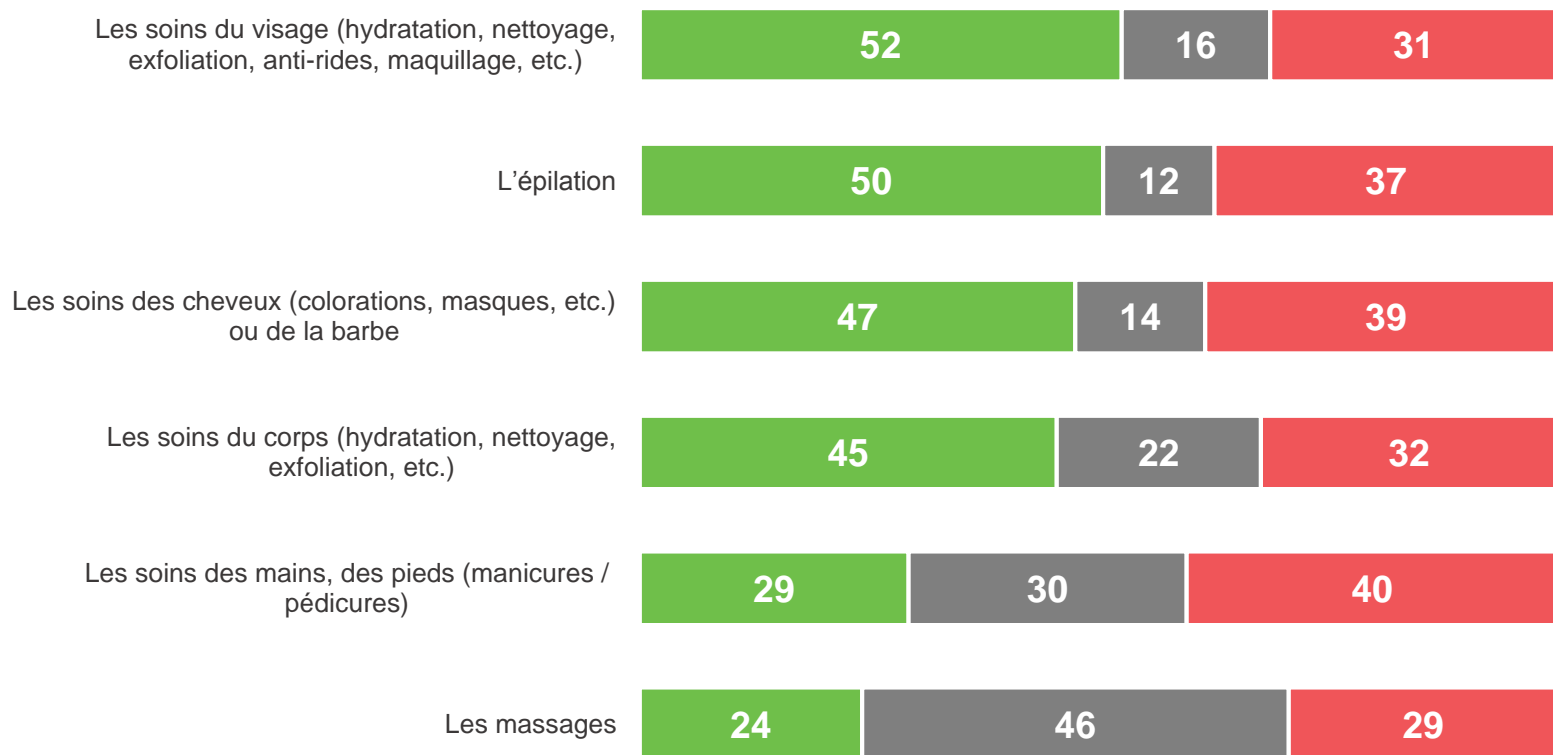
# Prendre soin de son corps, une évidence pour les Français ?

- En ce qui concerne les pratiques de soins, qu'ils soient réalisés à domicile ou par des professionnels, hommes et femmes se distinguent très largement, la gent féminine ayant un recours plus fréquent, plus divers et plus intense à des pratiques comme les soins du visage (76% contre 26% chez les hommes), l'épilation (78% contre 19%) ou encore les soins cheveux (69% contre 23%). Néanmoins, les pratiques des hommes, si on les considère en elles-mêmes, témoignent d'une certaine appétence pour les pratiques de soin, et ce, notamment chez les plus jeunes d'entre eux.
- 75% des Français déclarent ainsi avoir recours au moins de temps en temps aux services de professionnels de soin en salons ou instituts (83% chez les femmes), qui bénéficient d'une très bonne image auprès d'eux, malgré des prestations considérées comme chères. A cet égard, les personnes qui se rendent chez des professionnels de manière régulière (au moins une fois tous les deux mois) déclarent y consacrer un budget d'environ 49€ par mois, auquel s'ajoute un panier moyen de 29€ pour les produits et accessoires utilisés à la maison.
- Aujourd'hui, le commerce des produits de soin apparaît encore dominé largement par les magasins physiques et plus particulièrement les supermarchés, dans lesquels 46% des Français déclarent acquérir la majorité de leurs produits.

# Réalisés chez soi ou chez un professionnel, les soins du visage ainsi que l'épilation apparaissent comme les pratiques les plus répandues dans la population, les massages comme les plus désirés

Effectuez-vous ou non chacun des soins suivants ?

- Aux tous, en % -



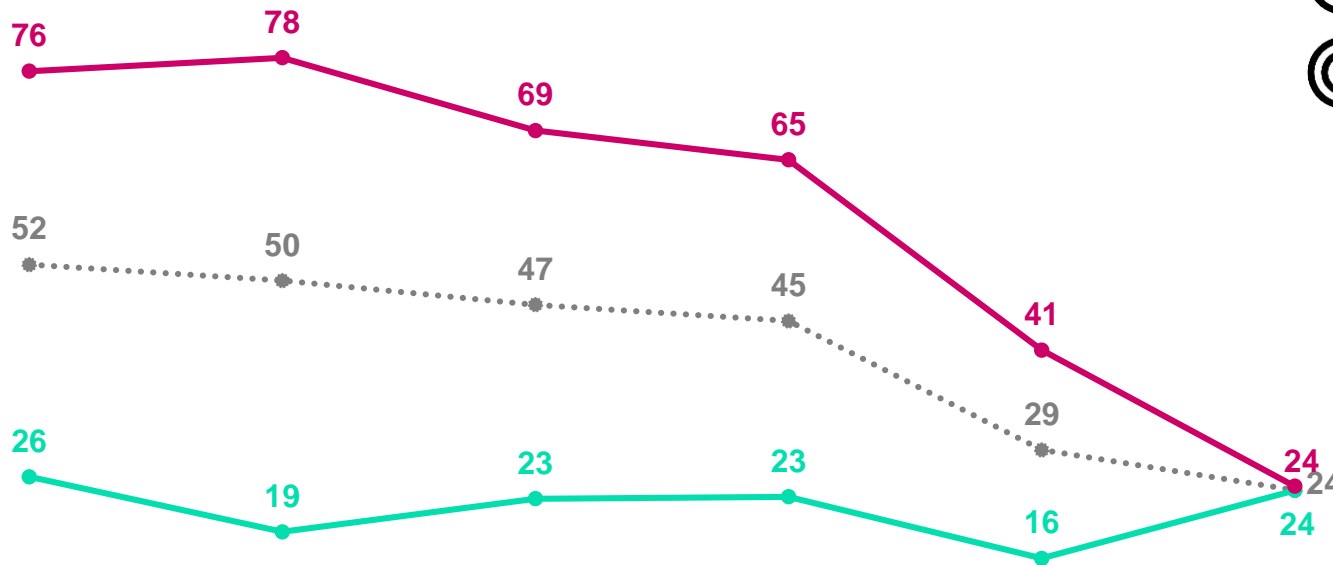
■ Oui ■ Non, mais vous aimeriez le faire ■ Non, et vous ne souhaitez pas le faire ■ Ne se prononce pas


# Les femmes témoignent de pratiques de soins (qu'ils soient réalisés chez soi ou chez un professionnel) plus diversifiées que les hommes

Effectuez-vous ou non chacun des soins suivants ?

- A tous, en % « Le fait » -

 Ensemble des Français  
 Hommes  
 Femmes




 Chez les hommes, l'appétence pour les soins est beaucoup plus marquée chez les jeunes (de 5 à 30 points plus élevée que chez les 50 ans et plus). Les femmes ont une pratique plus uniforme, quel que soit leur âge.

Les soins du visage (hydratation, nettoyage, exfoliation, anti-rides, maquillage, etc.)

L'épilation

Les soins des cheveux (colorations, masques, etc.) ou de la barbe

Les soins du corps (hydratation, nettoyage, exfoliation, etc.)

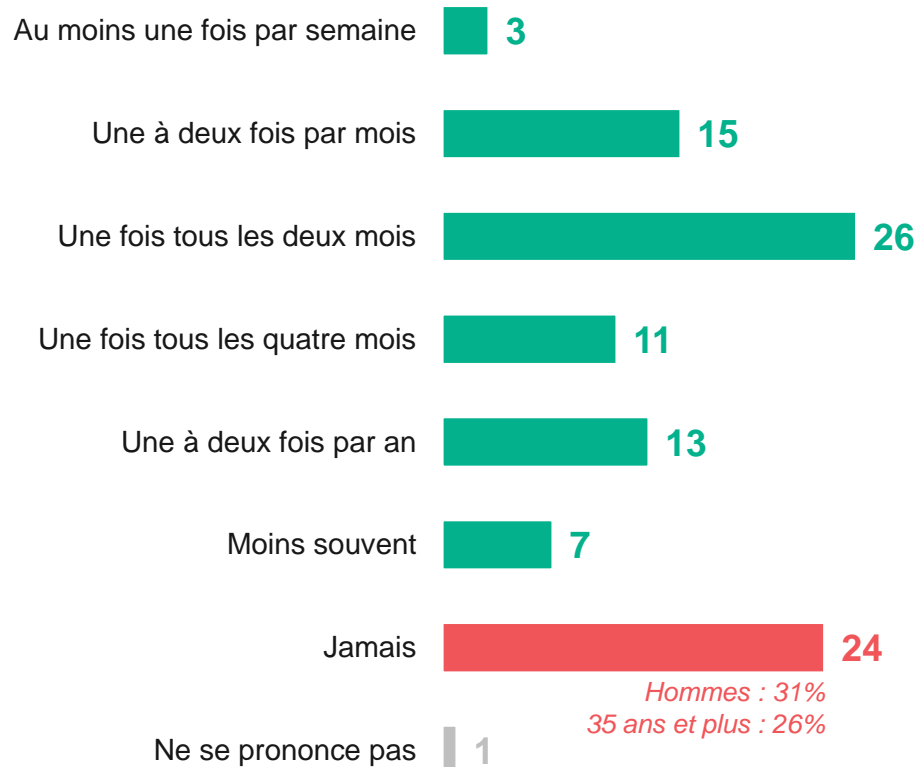
Les soins des mains, des pieds (manicules / pédicules)

Les massages

# Plus de 3 Français sur 4 déclarent se rendre dans des salons de coiffure et instituts de soin, la majorité d'entre eux s'y rendant au moins une fois tous les quatre mois

En moyenne, à quelle fréquence vous rendez-vous chez un professionnel de soins (institut de beauté, salon de coiffure, barbier, manucure, etc.) ?

- À tous, en % -



Hommes : 31%  
35 ans et plus : 26%



**44%**

des Français déclarent se rendre dans des salons de coiffure et instituts de beauté au moins une fois tous les deux mois

Revenus mensuels du foyer > à 4000€ : 60%

Déclarent faire attention à leur apparence : 49%

Déclarent consacrer de l'argent au soin de leur apparence : 61%

# Malgré leur coût, les salons et instituts de beauté jouissent d'une bonne image auprès des Français et particulièrement de ceux qui les fréquentent

Chacune des affirmations suivantes correspond-elle bien ou mal à l'image que vous vous faites des salons et instituts de beauté qui proposent des prestations de soins (beauté, esthétique, coiffure, maquillage, épilations, etc.) ?

- À tous, en % -



## Les salons et instituts de beauté...

Correspond bien  
Correspond mal

Sont chers



92%

7%

Proposent des prestations variées



87%

11%

Proposent des prestations de bonne qualité



84%

15%

Permettent de transformer le soin en moment de bien être plus facilement que lorsqu'on le fait chez soi



79%

20%

Obtiennent de meilleurs résultats que ceux que l'on peut obtenir chez soi



77%

22%

Sont facilement accessibles près de chez vous



76%

22%

Permettent de gagner du temps par rapport à ce que l'on peut faire chez soi



62%

37%

■ Correspond très bien ■ Correspond plutôt bien ■ Correspond plutôt mal ■ Correspond très mal ■ Ne se prononce pas





## Les Français déclarent dépenser environ 29€ par mois dans leur produits de soin pour le corps, et 43€ en moyenne pour ceux qui se rendent dans les instituts

Quel budget estimez-vous en moyenne consacrer chaque mois aux différentes dépenses que vous effectuez pour prendre soin de votre corps ?

- À tous, en % -

### Les Français déclarent dépenser...



# 29€

*par mois en moyenne*

pour des produits / accessoires qu'ils utilisent chez eux (crèmes, soins du visage, du corps ou des cheveux, produits d'hygiène, parfums, etc.)



# 43€

*par mois en moyenne (pour ceux qui s'y rendent)*

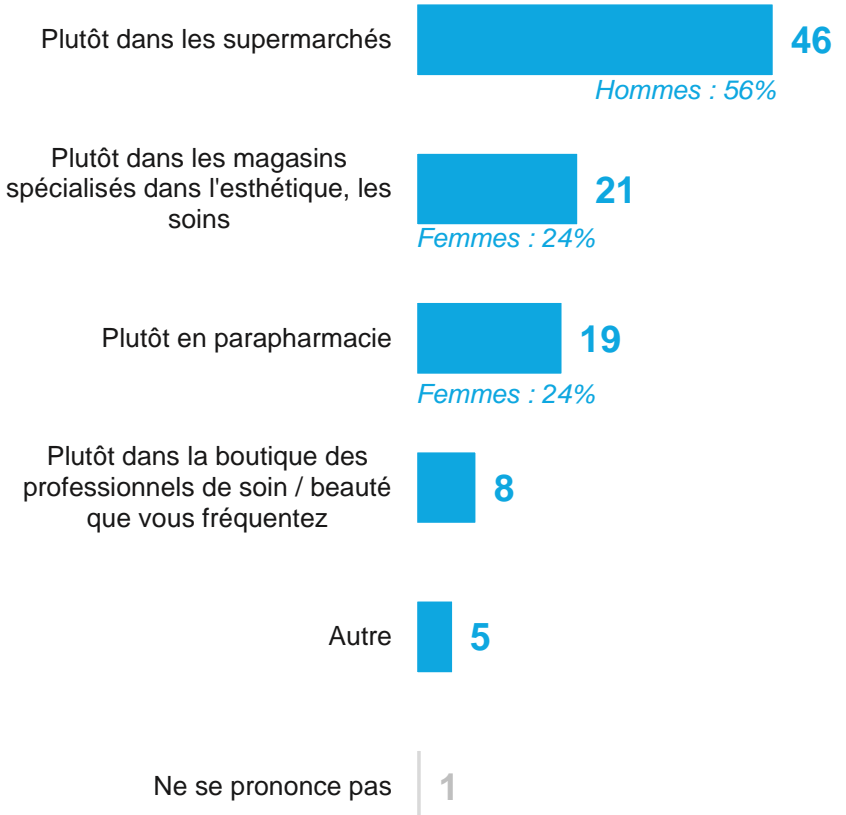
chez des professionnels de soins (institut de beauté, salon de coiffure, barbier, manucure, etc.)

*Se rendent au moins une fois tous les deux mois en institut ou salon : 49€*

# Les Français déclarent se procurer surtout leurs produits de soin et d'esthétique dans des magasins physiques, et plutôt dans des supermarchés que dans des magasins spécialisés dans l'esthétique ou en parapharmacie

La plupart du temps, vous procurez vous plutôt les produits de soin / esthétique que vous utilisez (crèmes, soins du visage, du corps ou des cheveux, produits d'hygiène)... ?

- A tous, en % -



A date, les Français déclarent encore largement privilégier les points de vente physiques au commerce en ligne pour acheter leurs différents produits de soin.

# Contacts

Merci de noter que toute **diffusion de ces résultats** doit être accompagnée des éléments techniques suivants :  
le **nom de l'institut**, le **nom du commanditaire de l'étude**,  
la **méthode d'enquête**, les **dates de réalisation** et la **taille de l'échantillon**.

---

Suivez l'actualité de Harris Interactive sur :



[www.harris-interactive.com](http://www.harris-interactive.com)



[Facebook](https://www.facebook.com/harrisinteractive)



[Twitter](https://twitter.com/harrisinteractive)



[LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/harrisinteractive)

**Contacts Harris Interactive en France :**

Jean-Daniel Lévy – Directeur du Département Politique & Opinion - 01 44 87 60 30 - [jdlevy@harrisinteractive.fr](mailto:jdlevy@harrisinteractive.fr)

Laurence Lavernhe – Responsable de la communication - 01 44 87 60 94 - 01 44 87 60 30 - [llavernhe@harrisinteractive.fr](mailto:llavernhe@harrisinteractive.fr)

ahead of what's next