

**les zooms**  
de L'Observatoire Cetelem

par



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

Enquête 3/3 : « Prendre soin de soi, une activité qui se partage ? »

Décembre 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

**Méthodologie d'enquête**

**P.3**

**Parler de son corps, une conversation gênante ?**

**P5**

**Les fêtes de fin d'année, une occasion de prendre soin de soi ?**

**P.15**

**Offrir des cadeaux liés au soin du corps, pourquoi pas ?**

**P.20**



# Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **4** au **6 décembre 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).

# Parler de son corps, une conversation gênante ?

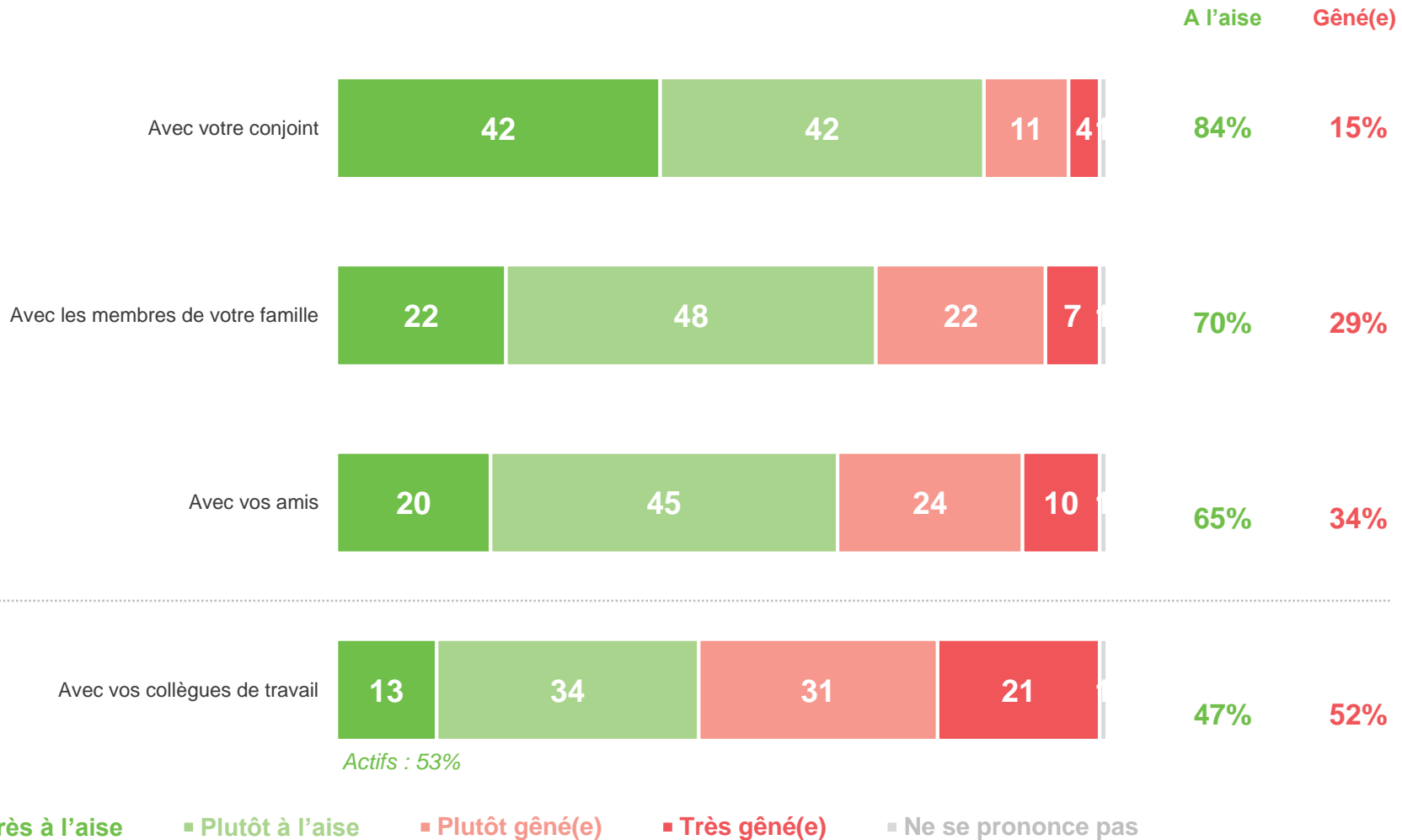
- Les Français se déclarent majoritairement à l'aise quand il s'agit de parler de leur corps à leurs proches, qu'il s'agisse de leur conjoint (84%), de leur famille (70%) ou encore de leurs amis (65%). Mais tous les sujets ne sont pas sensibles de la même manière : on note que si à nouveau, les Français sont plutôt à l'aise à l'idée d'aborder le sujet de leur corps, les questions liées aux défauts que l'on se trouve (29%), au poids (25%) ou encore à la pilosité (21%) sont source de gêne pour plus d'un Français sur cinq. Les femmes particulièrement se montrent réticentes à évoquer ces questions (une dizaine de points d'écart avec les hommes).
- Conformément à cette représentation, les différentes activités liées à l'entretien du corps ne sont pas perçues uniformément. Certaines, comme les rendez-vous chez le coiffeur (67%), les activités sportives (64%), les massages (64%) ou les soins visage (55%) sont des activités qui peuvent être envisagées comme collectives (à réaliser en couple, en famille, entre amis, voire entre collègues). A l'inverse, les épilations ou les modifications corporelles apparaissent davantage comme des activités de l'intime. Néanmoins les plus jeunes se montrent largement plus enclins que leurs aînés à toutes les considérer comme des pratiques pouvant être réalisées à plusieurs.
- Dans cette ambivalence entre possibilité de parler de son corps et gêne à aborder certains sujets avec les autres, qu'en est-il de la mise en scène de son corps sur les réseaux sociaux ? Si 36% de la population déclare avoir déjà mis une photo de son corps (habillé) sur un réseau social, c'est le cas de 66% des jeunes, dont 40% confient également avoir déjà montré leur corps, au moins en partie dénudé sur un réseau social.



## Leur corps est un sujet que les Français abordent différemment avec leurs différents cercles. Ils auront plus de facilité à l'évoquer avec leur conjoint qu'avec leurs amis ou collègues

De manière générale, diriez-vous que vous êtes plutôt à l'aise ou plutôt gêné(e) de parler de votre corps avec votre entourage (famille, amis, conjoint, etc.) ?

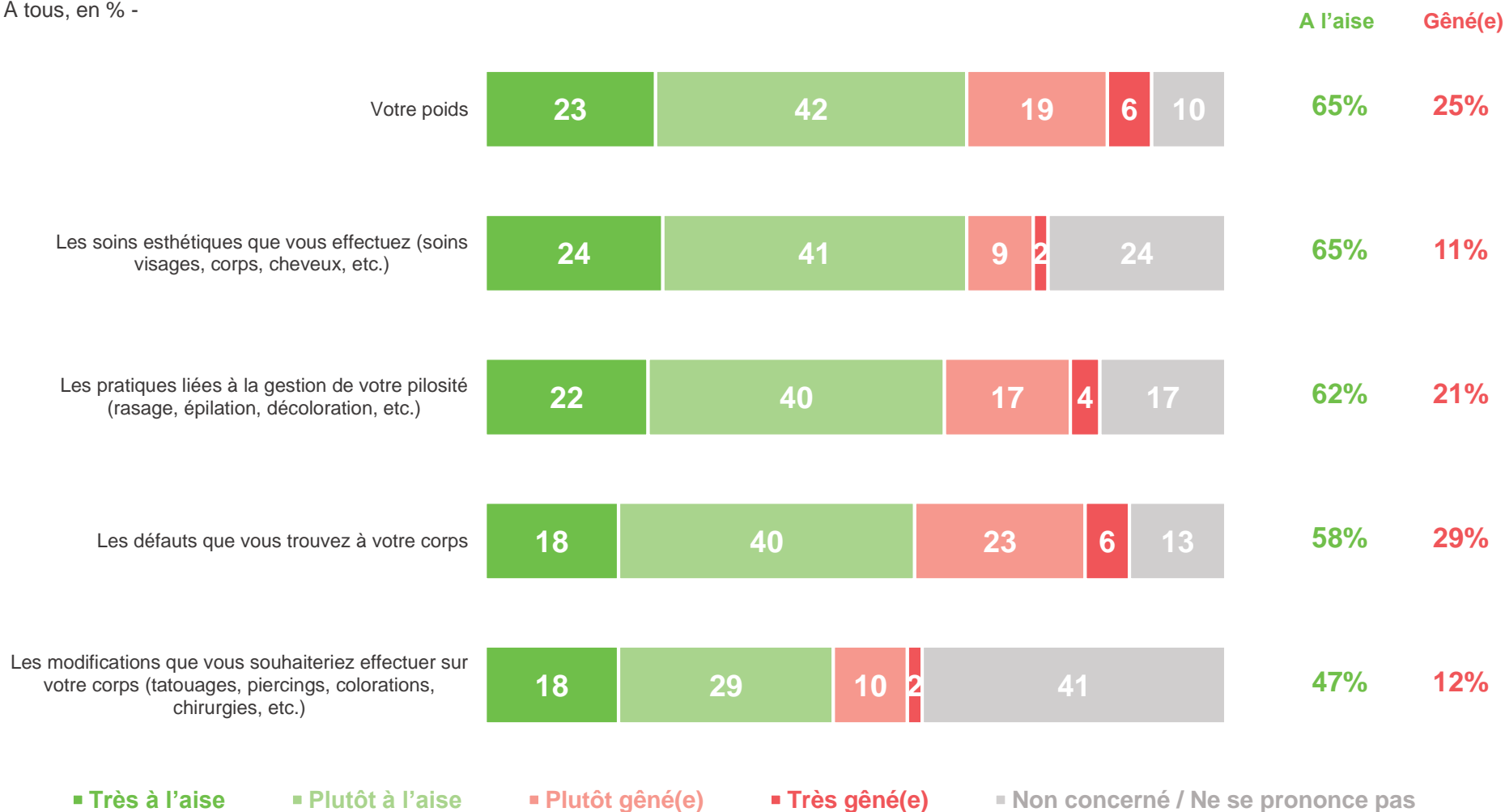
- À tous, en % -



# Tous les sujets ne mettent pas les Français à l'aise de la même façon : les soins qu'ils effectuent, les pratiques liées à leur pilosité et même leur poids sont plus simples à évoquer pour eux que les défauts qu'ils trouvent à leur corps

Et dans le détail, diriez-vous que vous êtes plutôt à l'aise ou plutôt gêné(e) d'aborder chacun des sujets suivants liés à votre corps avec votre entourage (famille, amis, conjoint, collègues, etc.) ?

- À tous, en % -



# Les femmes et les plus jeunes se montrent plus gênés que la moyenne par l'évocation de certains sujets liés à leur corps, notamment les questions liées à leurs défauts, leur poids ou leur pilosité

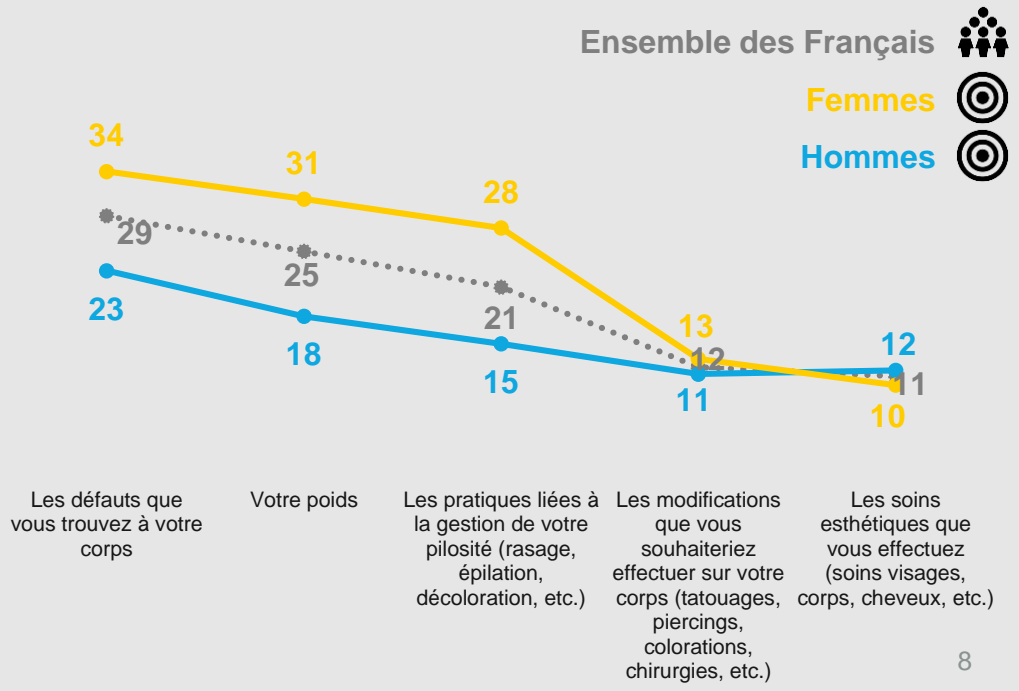
Et dans le détail, diriez-vous que vous êtes plutôt à l'aise ou plutôt gêné(e) d'aborder chacun des sujets suivants liés à votre corps avec votre entourage (famille, amis, conjoint, collègues, etc.) ?

- À tous, en % « Gêné(e) » -



## 44% déclarent être gêné(s) de parler d'au moins un sujet lié au corps avec leurs proches

Femmes : 50%  
Moins de 35 ans : 55%  
Personnes qui déclarent avoir des complexes : 56%

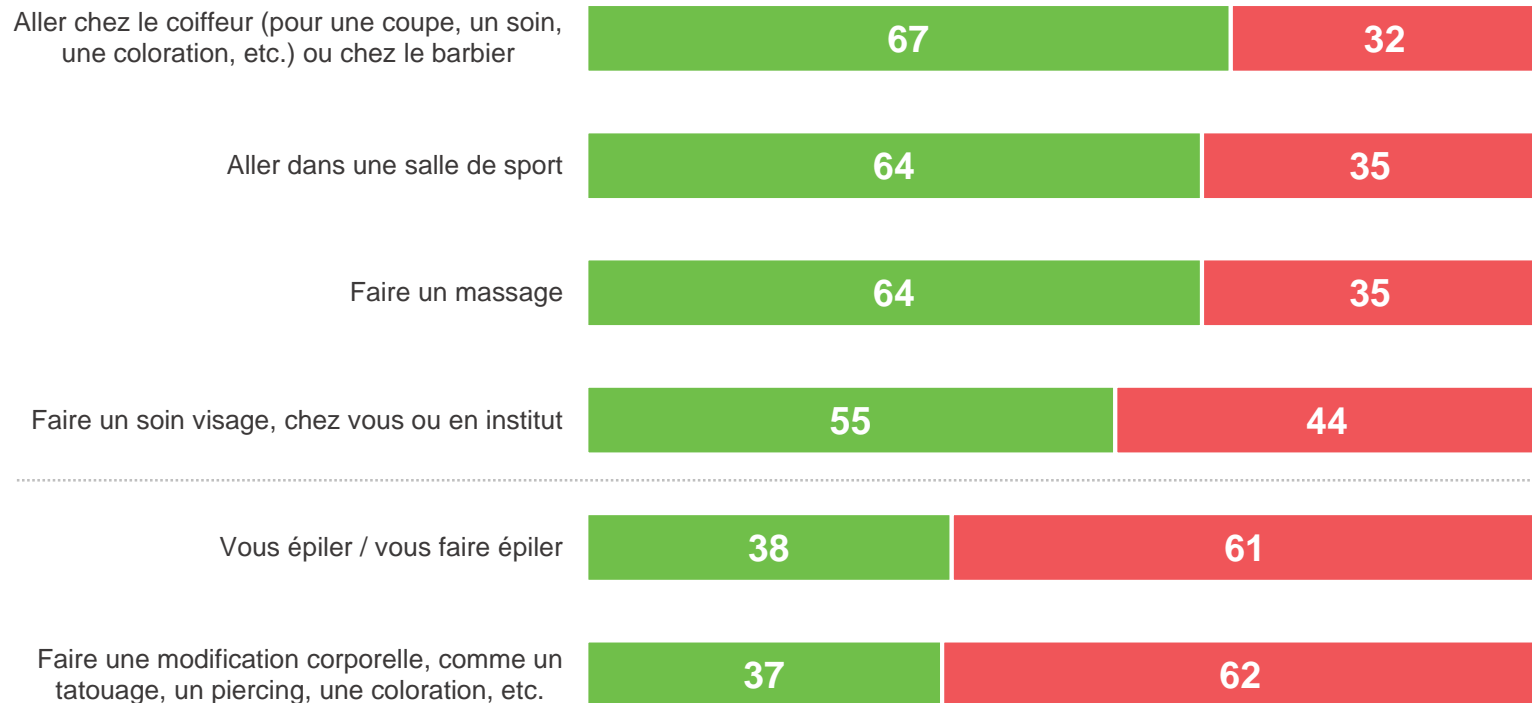




## Les rendez-vous chez le coiffeur, les entraînements de sport ainsi que les massages et les soins visage peuvent s'envisager comme des activités collectives pour une majorité de Français

Pourriez-vous envisager de pratiquer chacune des activités suivantes visant à entretenir son corps accompagné(e) d'un proche (conjoint, membre de la famille, amis, collègue de travail) ?

- À tous, en % -



■ Oui, avec au moins un type de proche

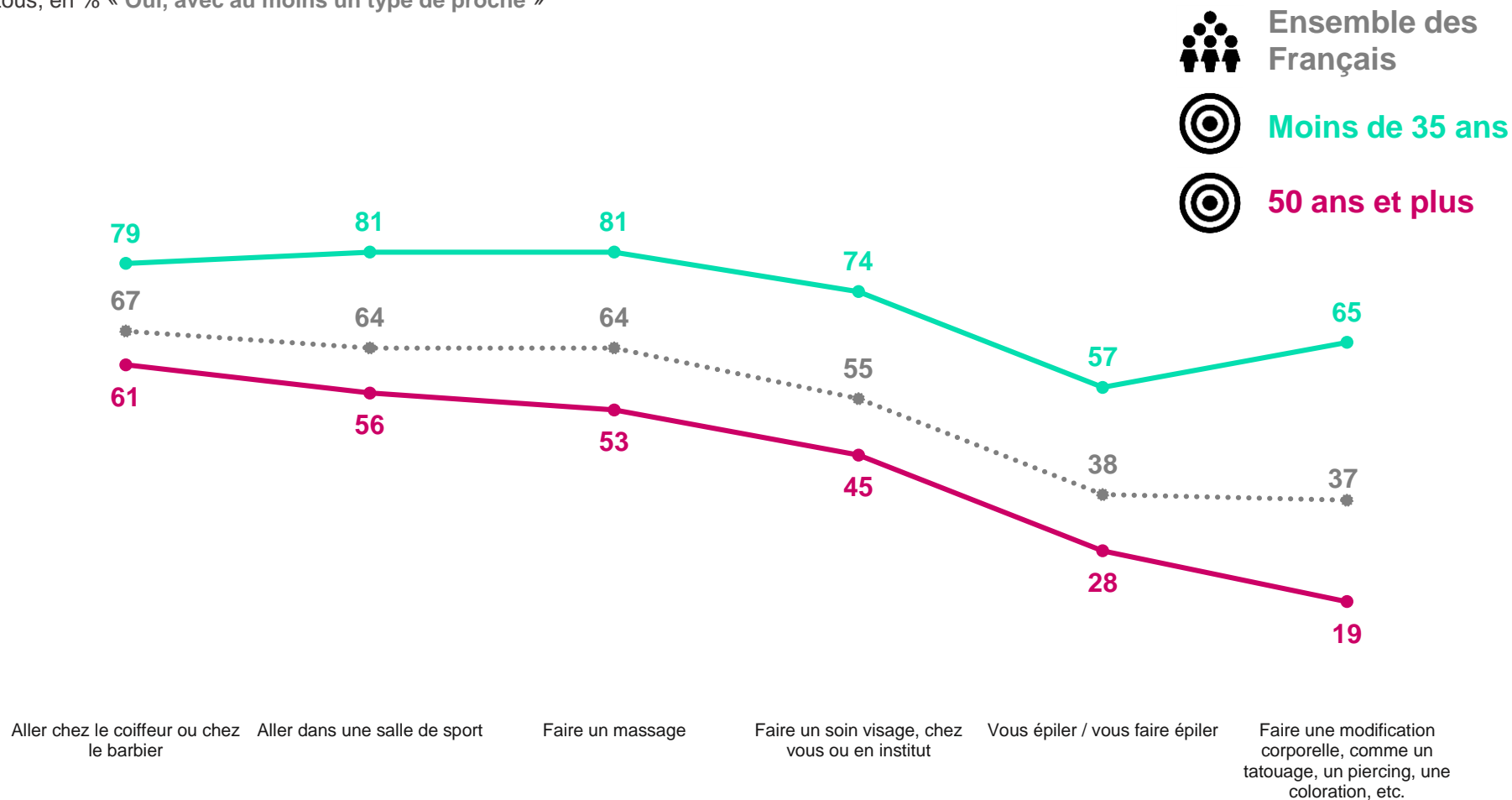
■ Non

■ Ne se prononce pas

## Les Français les plus jeunes envisagent davantage que leurs aînés le fait de pratiquer des activités liées au soin de leur corps de manière collective

Pourriez-vous envisager de pratiquer chacune des activités suivantes visant à entretenir son corps accompagné(e) d'un proche (conjoint, membre de la famille, amis, collègue de travail) ?

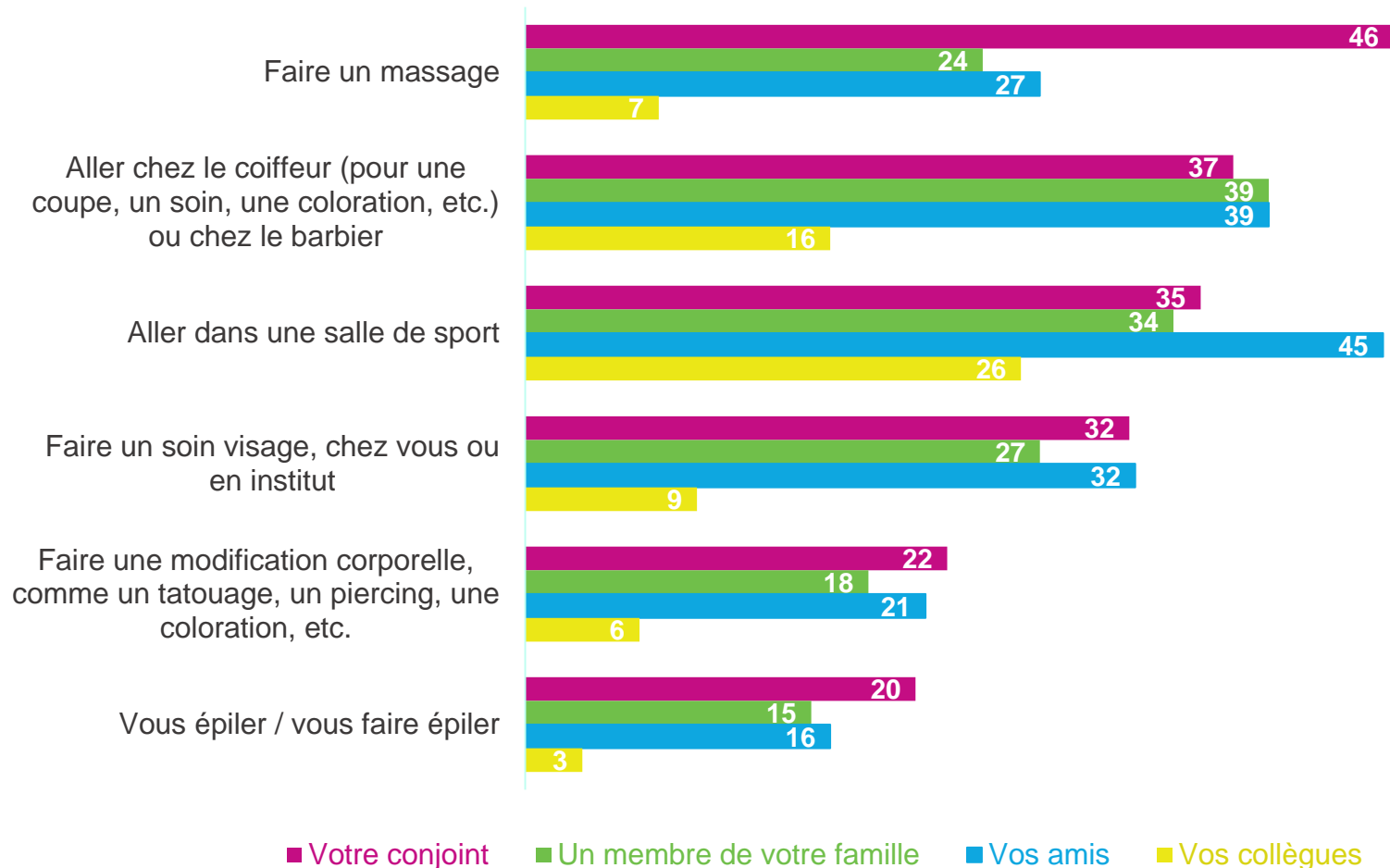
- À tous, en % « Oui, avec au moins un type de proche »



## Le conjoint apparaît, avec les amis, comme la personne avec laquelle il est le plus envisageable d'effectuer différentes activités liées au soin du corps, chaque type de proche étant davantage associé à certaines activités qu'à d'autres

Pourriez-vous envisager de pratiquer chacune des activités suivantes visant à entretenir son corps accompagné(e) d'un proche (conjoint, membre de la famille, amis, collègue de travail) ?

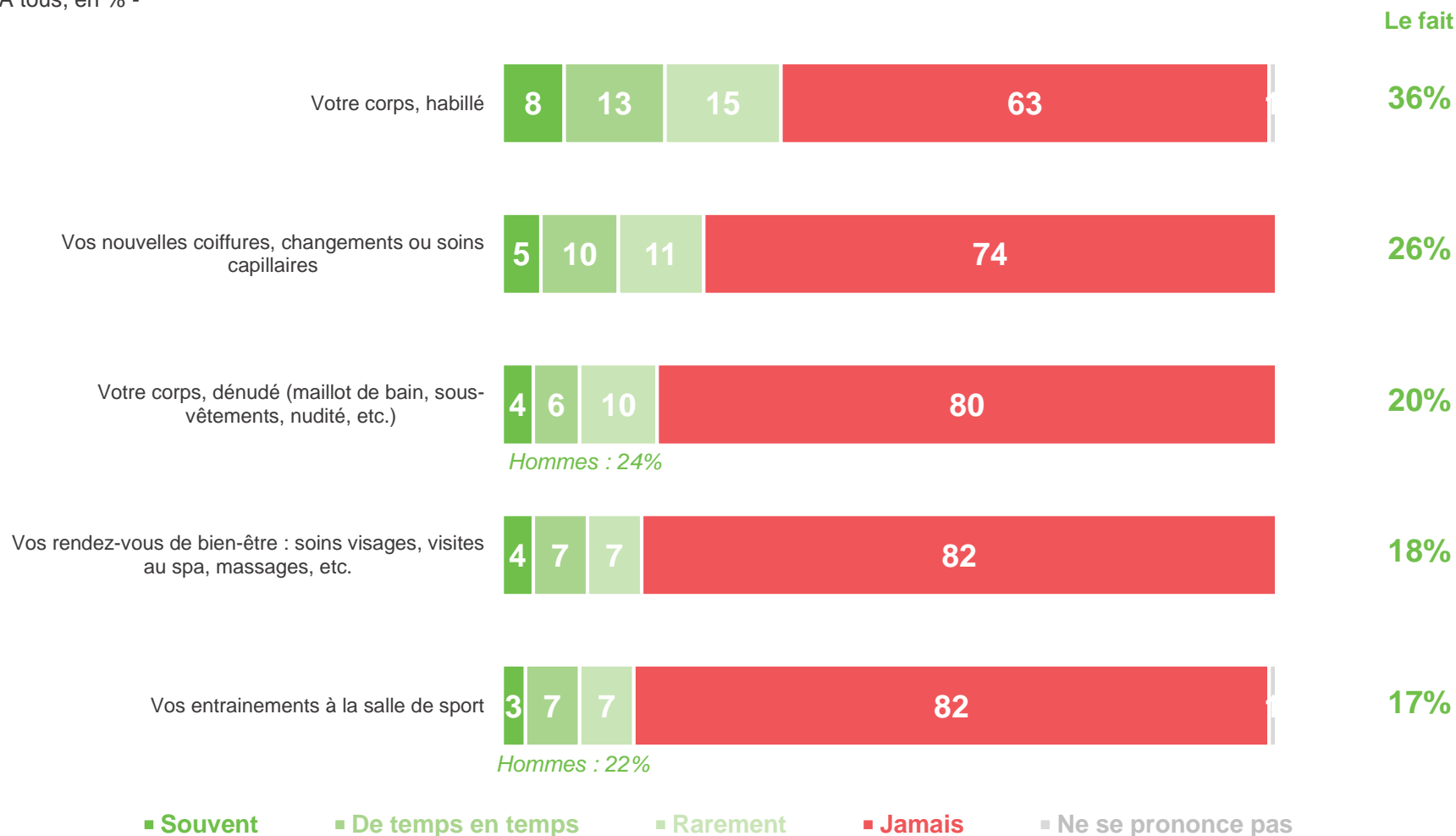
- À tous, en % « Oui » -



# Un Français sur cinq déclare, au moins de temps en temps, mettre des photos de son corps dénudé (au moins partiellement) sur les réseaux sociaux

Sur les réseaux sociaux, vous arrive-t-il d'afficher des images de chacune des situations suivantes ?

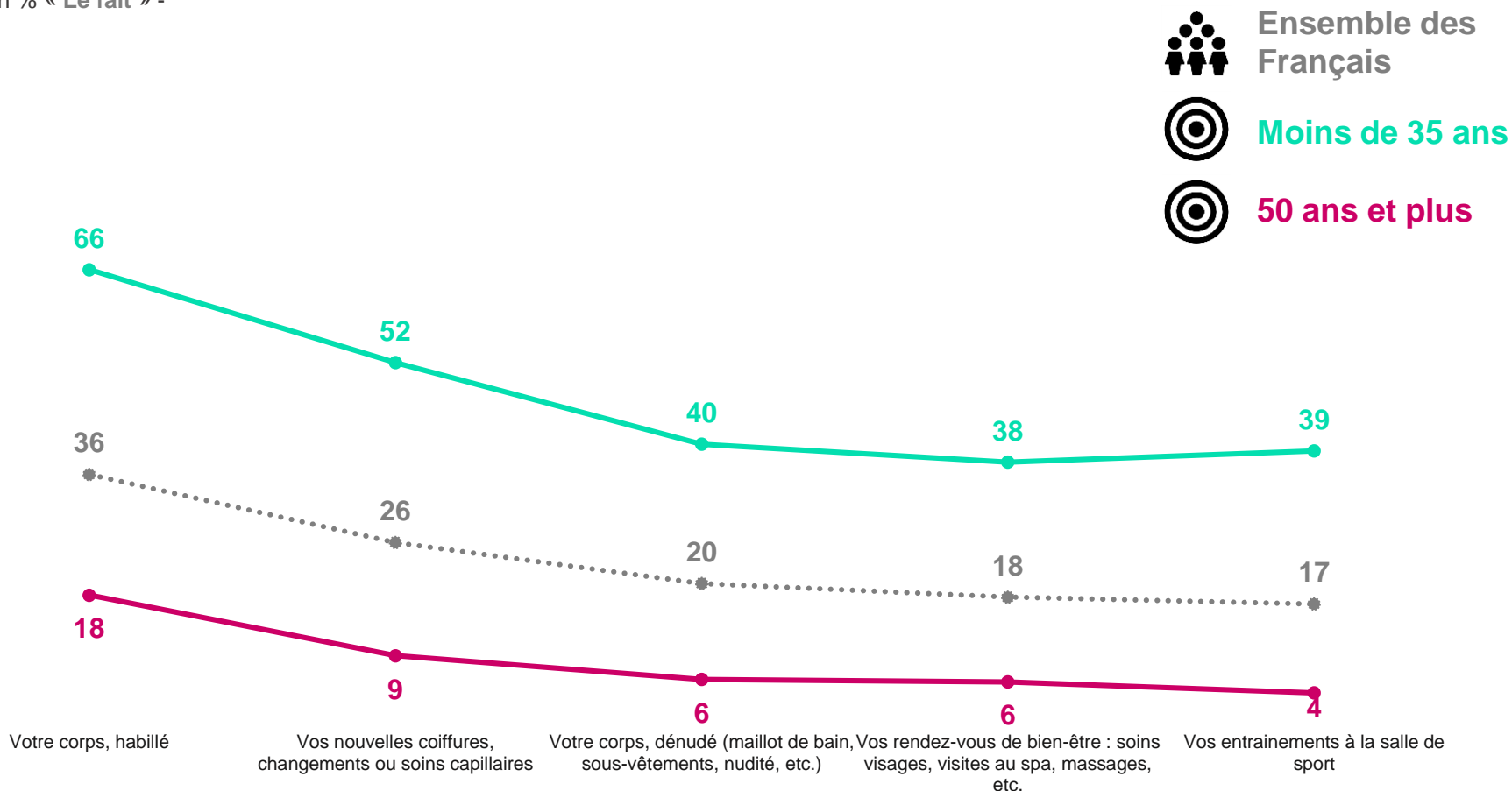
- À tous, en % -



## Chez les plus jeunes, chez qui, on le sait, le niveau d'utilisation des réseaux sociaux est plus fort, les comportements d'exposition de son corps sont exacerbés

Sur les réseaux sociaux, vous arrive-t-il d'afficher des images de chacune des situations suivantes ?

- À tous, en % « Le fait » -



# Les fêtes de fin d'année, une occasion de prendre soin de soi ?

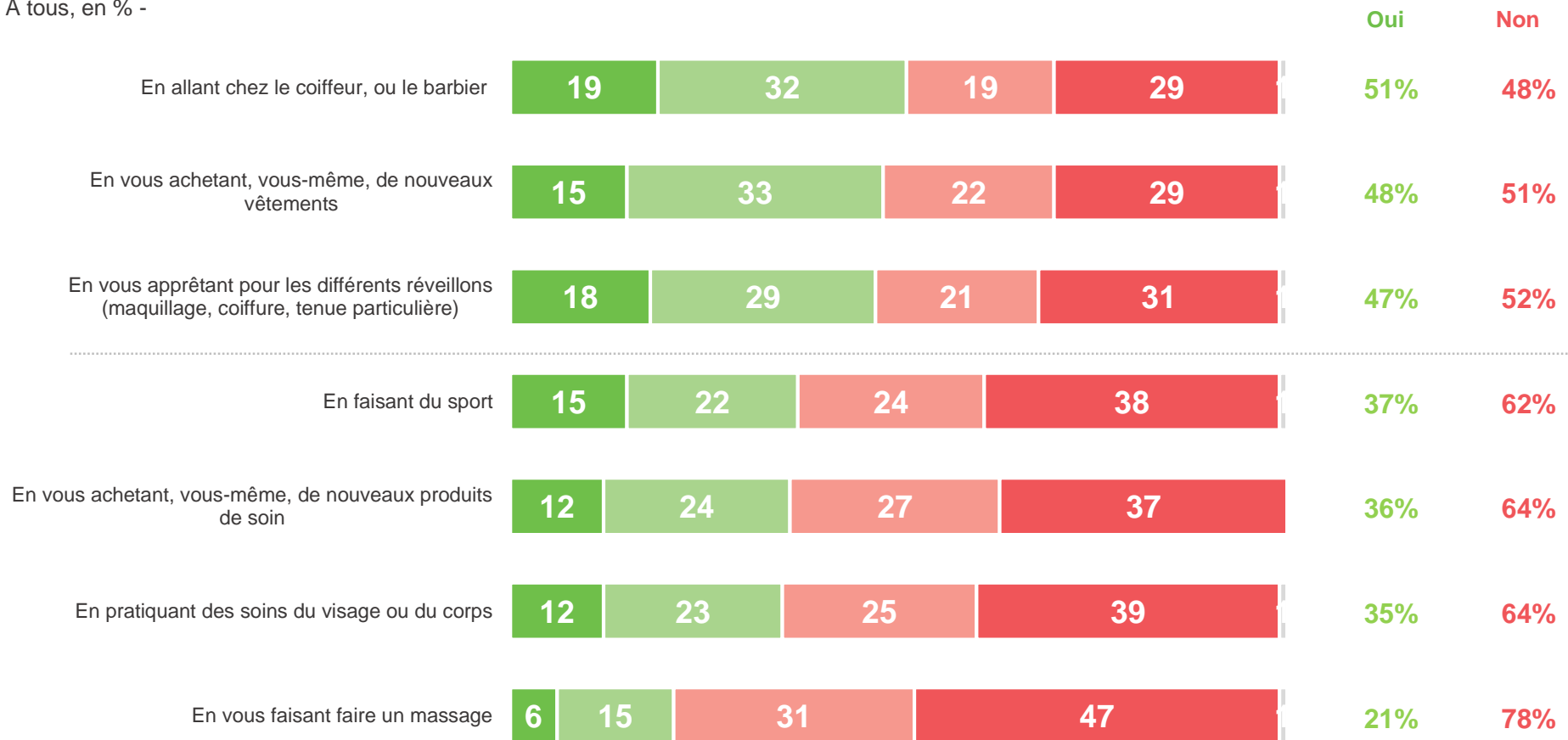
- A l'occasion des fêtes, près de 7 Français sur 10 (73%) déclarent avoir l'intention de prendre soin d'eux et de leur corps. Cette attention particulière devrait passer en premier lieu par un rendez-vous chez le coiffeur ou le barbier (51%), l'achat de nouveaux vêtements (48%) ou encore par le fait de s'apprêter pour les différents réveillons, en choisissant une tenue, une coiffure ou un maquillage plus travaillés que d'ordinaire (47%). Les femmes et les plus jeunes se montrent particulièrement attentifs à l'idée de prendre soin d'eux à cette période.
- Ceux qui ont l'ambition de travailler à leur bien-être durant cette période ont prévu un budget de 81€ en moyenne pour réaliser leurs envies, les femmes (84€), mais également les personnes qui se déclarent les plus attentives à la mode et aux tendances (101€) ayant anticipé une dépense plus importante encore.
- Pour prendre soin d'eux à l'occasion des fêtes, 18% des Français (et jusqu'à 28% des moins de 35 ans) affirment qu'ils demanderont à leurs proches des cadeaux liés au soin du corps, comme des abonnements sportifs, des soins, des massages, etc. Ils seront plus nombreux encore (26%) à imaginer utiliser l'argent qu'ils pensent recevoir durant les fêtes pour s'offrir à eux-mêmes ce type d'activités(39% chez les jeunes).
- Cependant, après les fêtes, l'envie de prendre soin de soi devrait revenir à la normale : la majorité des Français estime que le budget qu'ils consacreront aux différentes activités de soins testées sera stable pour 2019.



# Au total, près de 7 Français sur 10 déclarent avoir l'intention de prendre soin d'eux pour les fêtes, avant tout en allant chez le coiffeur, en s'achetant de nouveaux vêtements, ou en choisissant de s'apprêter particulièrement pour les différents réveillons

A l'occasion des fêtes, avez-vous l'intention de prendre particulièrement soin de vous-même et de votre corps en effectuant chacune des activités suivantes ?

- À tous, en % -



■ Oui, certainement ■ Oui, probablement ■ Non, probablement pas ■ Non, certainement pas ■ Ne se prononce pas

# Les femmes ainsi que les Français les plus jeunes se montrent plus enclins à indiquer prendre soin d'eux à l'occasion des fêtes

A l'occasion des fêtes, avez-vous l'intention de prendre particulièrement soin de vous-même et de votre corps en effectuant chacune des activités suivantes ?

- À tous, en % « Oui » -

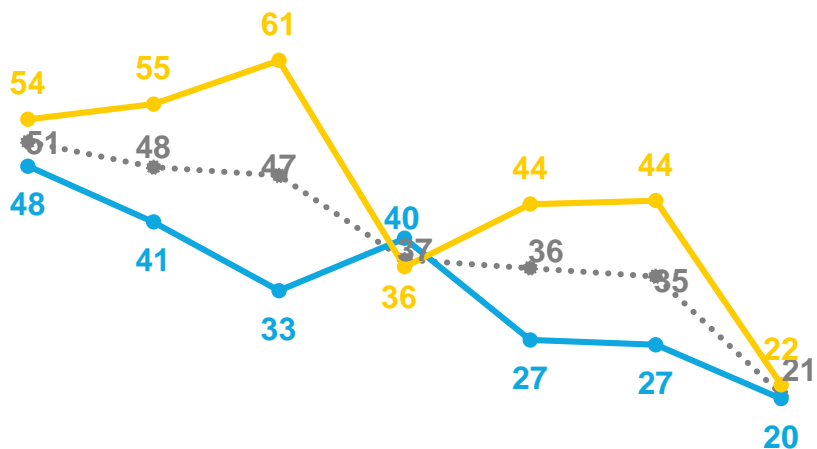


Ensemble des Français

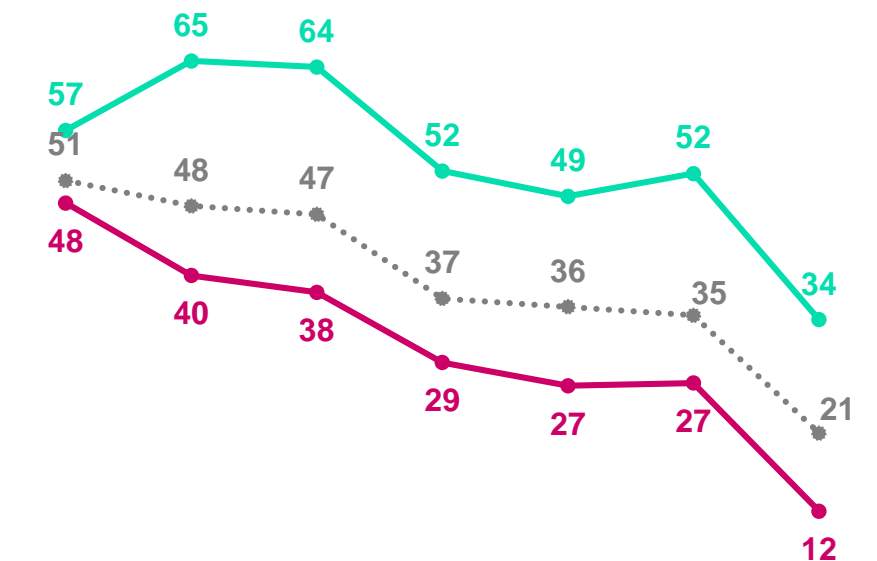
🎯 Femmes  
🎯 Hommes

🎯 Moins de 35 ans  
🎯 50 ans et plus

Comparatif selon le sexe



Comparatif selon l'âge



En allant chez le coiffeur, ou le barbier

En vous achetant, vous-même, de nouveaux vêtements

En vous apprêtant pour les différents réveillons

En faisant du sport

En vous achetant, vous-même, de nouveaux produits de soin

En pratiquant des soins du visage ou du corps

En vous faisant faire un massage

En allant chez le coiffeur, ou le barbier

En vous achetant, vous-même, de nouveaux vêtements

En vous apprêtant pour les différents réveillons

En faisant du sport

En vous achetant, vous-même, de nouveaux produits de soin

En pratiquant des soins du visage ou du corps

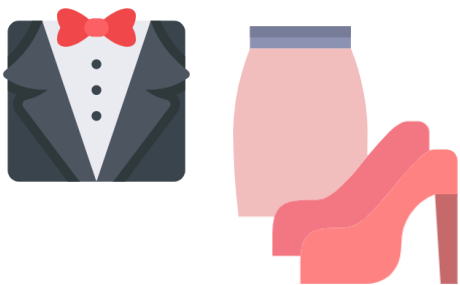
En vous faisant faire un massage



# Ceux qui ont l'intention de prendre soin d'eux à l'occasion des fêtes envisagent d'y consacrer un budget moyen de 81 €

Et quel budget moyen avez-vous l'intention de consacrer pour prendre soin de vous-même et de votre corps à l'occasion des fêtes ?

- À ceux qui déclarent souhaiter prendre soin d'eux-mêmes et de leur corps à l'occasion des fêtes, en % -



## 81€

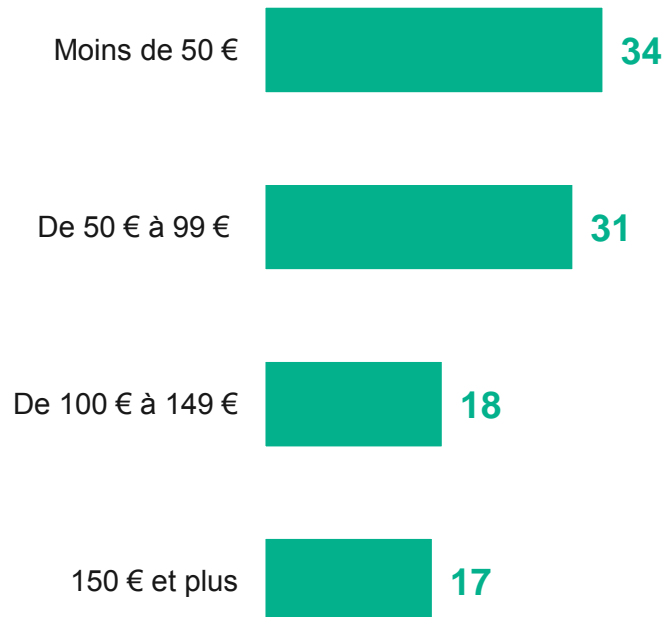
*en moyenne*

*Femmes : 84 €*

*Accordent de l'importance à leur apparence : 87 €*

*Accordent de l'importance à la mode, aux tendances : 101 €*

## Dans le détail...



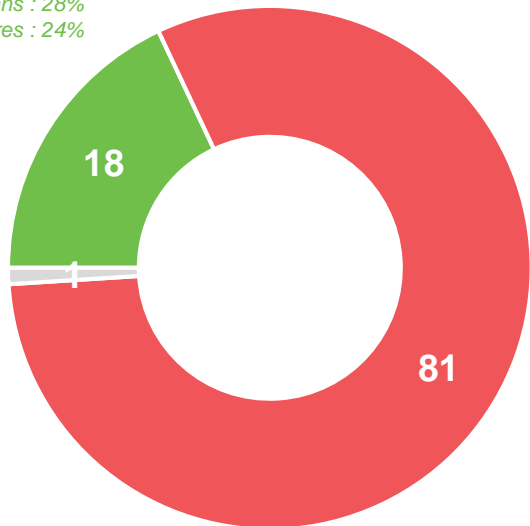
# Plus d'un quart des Français déclarent avoir l'intention d'utiliser de l'argent qu'ils recevront pendant les fêtes afin de s'offrir des produits de soin

Vous-même, avez-vous l'intention de... ?

- À tous, en % -

**Demander à vos proches de vous offrir des cadeaux liés aux soins de corps (abonnements sportifs, soins, massages, coiffeur, etc.)**

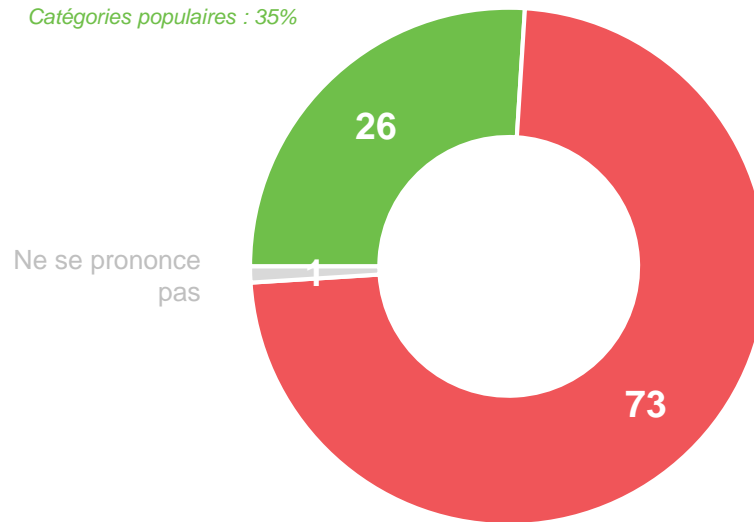
**Oui : 18%**  
Femmes : 21%  
Moins de 35 ans : 28%  
Catégories populaires : 24%



**Non : 81%**

**Utiliser de l'argent que vous recevrez pendant les fêtes afin de vous offrir vous-même des cadeaux liés aux soins de corps (abonnements sportifs, soins, massages, coiffeur, etc.)**

**Oui: 26%**  
Femmes : 30%  
Moins de 35 ans : 39%  
Catégories populaires : 35%

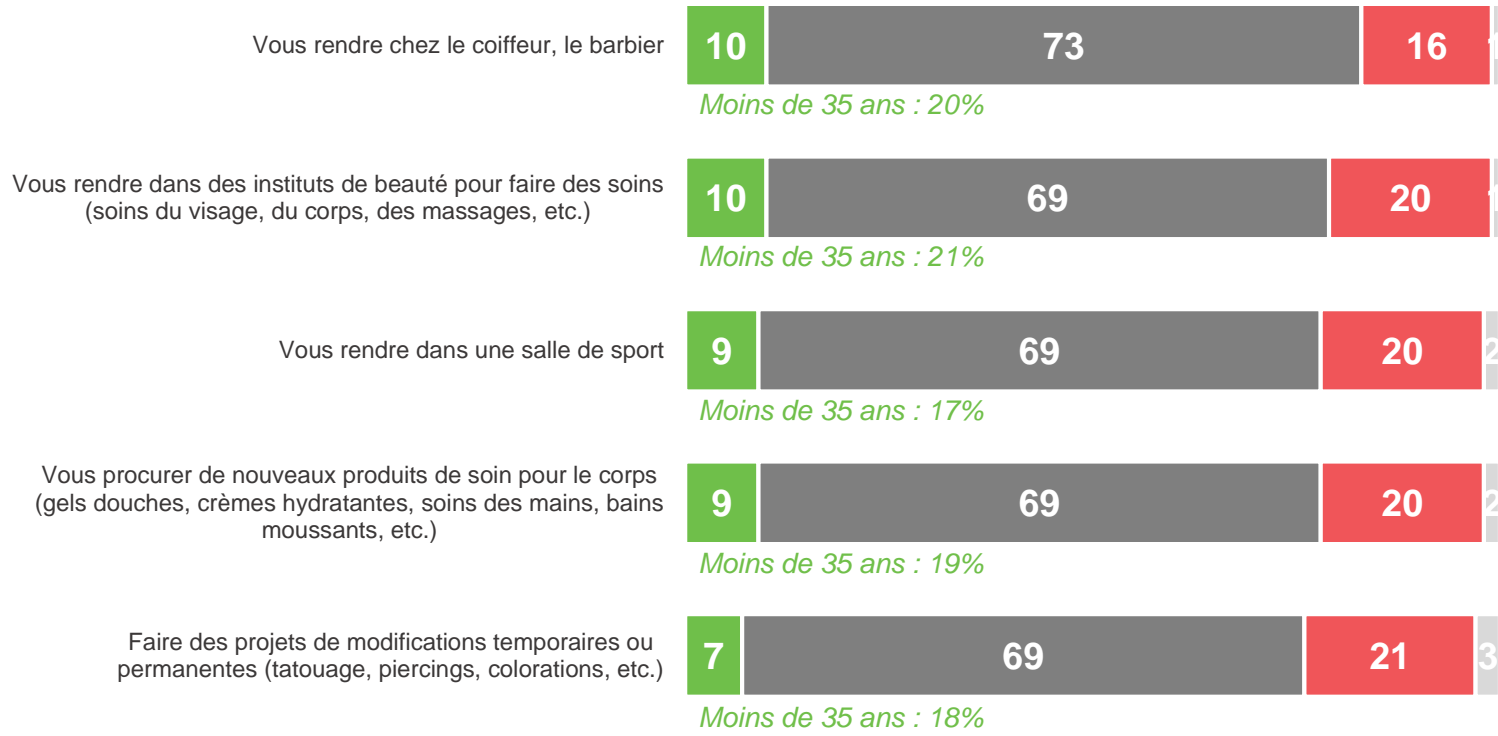


**Non : 73%**

# A l'horizon 2019, la grande majorité des Français estime qu'elle va maintenir son budget actuel pour les pratiques liées aux soins

Pour la nouvelle année 2019, avez-vous l'intention de consacrer un budget plus important, moins important ou ni plus ni moins important qu'en 2018 à chacune des dimensions suivantes pour prendre soin de vous ?

- À tous, en % -



- Un budget plus important
- Un budget ni plus ni moins important
- Un budget moins important
- Ne se prononce pas

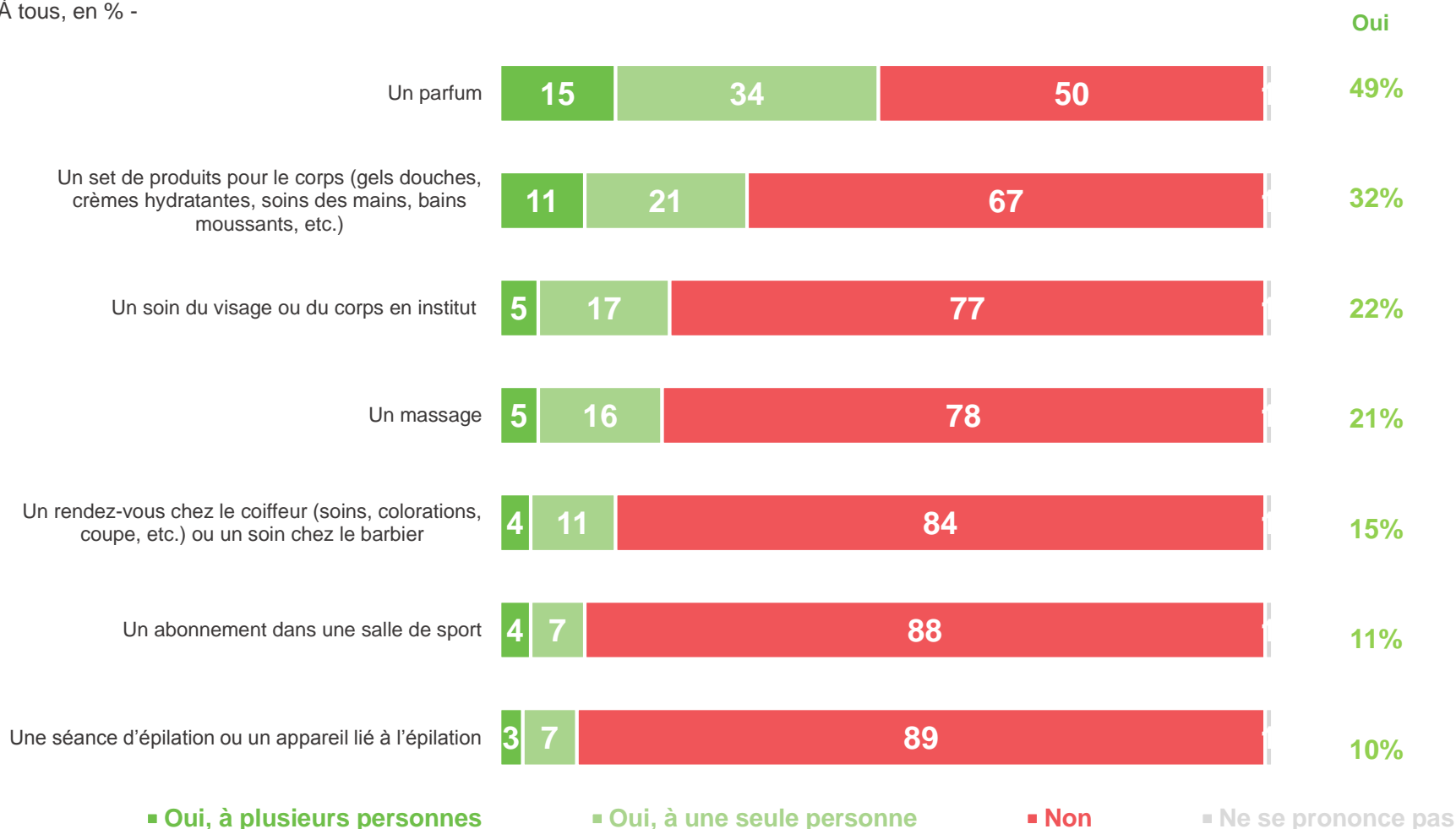
# Offrir des cadeaux liés au soin du corps, pourquoi pas ?

- 59% des Français déclarent avoir l'intention d'offrir des cadeaux liés aux soins du corps à l'occasion des fêtes de fin d'année. Le parfum (49%) et dans une moindre mesure les sets de produits pour le corps (gels douches, crèmes hydratantes, bains moussants, etc. ; 32%) apparaissent comme les produits-phare de cette période. Les plus jeunes et les Français issus des catégories populaires se démarquent par leur recours plus fréquent à ce type de cadeaux. Pour ceux qui ont prévu d'offrir des soins à leurs proches, un budget moyen de 119€ au total est envisagé.
- S'ils feront partie du panier et des cadeaux reçus par de nombreux Français, c'est que ces cadeaux liés aux soins du corps sont perçus très favorablement au sein de la population. Alors même qu'il s'agit d'un cadeau plutôt intime, 79% expliquant n'offrir ce type de produits qu'à des personnes qu'ils connaissent bien, ce sont également des cadeaux faciles à trouver (75%) et qui font autant plaisir à offrir (71%) qu'à recevoir (67%). Et pour cause, pour la plupart des Français, il s'agit à la fois de cadeaux luxueux, que l'on ne peut pas nécessairement se permettre au quotidien (67%), mais également des cadeaux utiles (71%) aux personnes qui les reçoivent. Les produits liés aux soins réussissent ainsi à résoudre les différents paradoxes qui se posent lors de l'achat de cadeaux (être agréable ou être utile, personnaliser le cadeau sans courir un trop grand risque de se tromper, etc...).
- En va-t-il de la même manière pour les cadeaux liés aux modifications corporelles permanentes (tatouages, piercings, chirurgies, etc.) ? Les Français se montrent relativement ouverts à l'idée, 29% d'entre eux déclarant qu'ils pourraient envisager d'offrir à un de leur proches de l'argent pour financer ce type de projet.

## Près d'un Français sur deux envisage d'offrir un parfum à l'occasion des fêtes

Et diriez-vous que vous avez l'intention d'offrir ces types de cadeaux cette année à l'occasion des fêtes ?

- À tous, en % -



## 59% des Français envisagent d'offrir des cadeaux liés aux soins du corps durant les fêtes, un cadeau particulièrement répandu chez les plus jeunes et au sein des catégories populaires

Et diriez-vous que vous avez l'intention d'offrir ces types de cadeaux cette année à l'occasion des fêtes ?

- À tous, en % « Oui » -



**59%**

**des Français déclarent envisager de faire des cadeaux liés aux soins du corps à l'occasion des fêtes**  
(parfums, sets de produits pour le corps, soins, massages, rendez-vous en instituts de beauté, etc.)

*18-24 ans : 73%*

*25-34 ans : 66%*

*Catégories populaires : 63%*

## Ceux qui ont l'intention d'offrir des produits de soin à leurs proches pour les fêtes envisagent d'y consacrer un budget de 119 € en moyenne

Concernant les différents cadeaux liés aux soins de corps que vous avez envisagés, quel budget envisagez-vous de dépenser ?

- A ceux qui ont l'intention d'offrir un ou plusieurs cadeaux liés à des soins pour les fêtes de fin d'année, en % -



# 119€

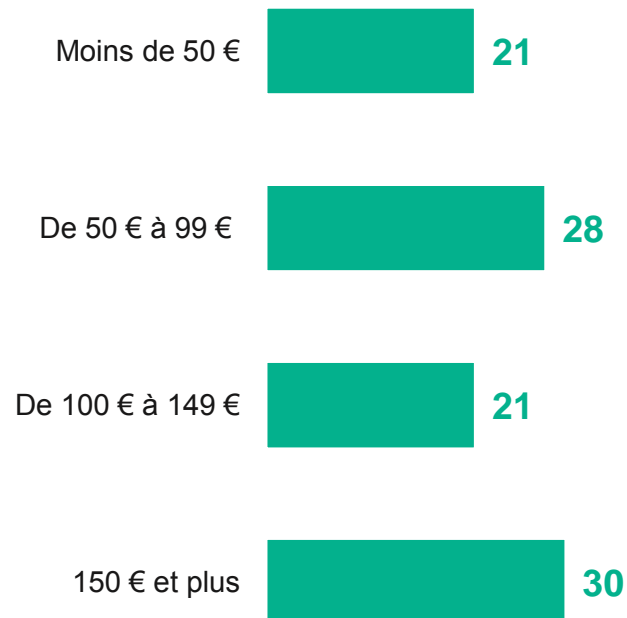
*au total*

*Hommes : 131 €*

*35-49 ans : 145 €*

*Accordent de l'importance à la mode, aux tendances : 137 €*

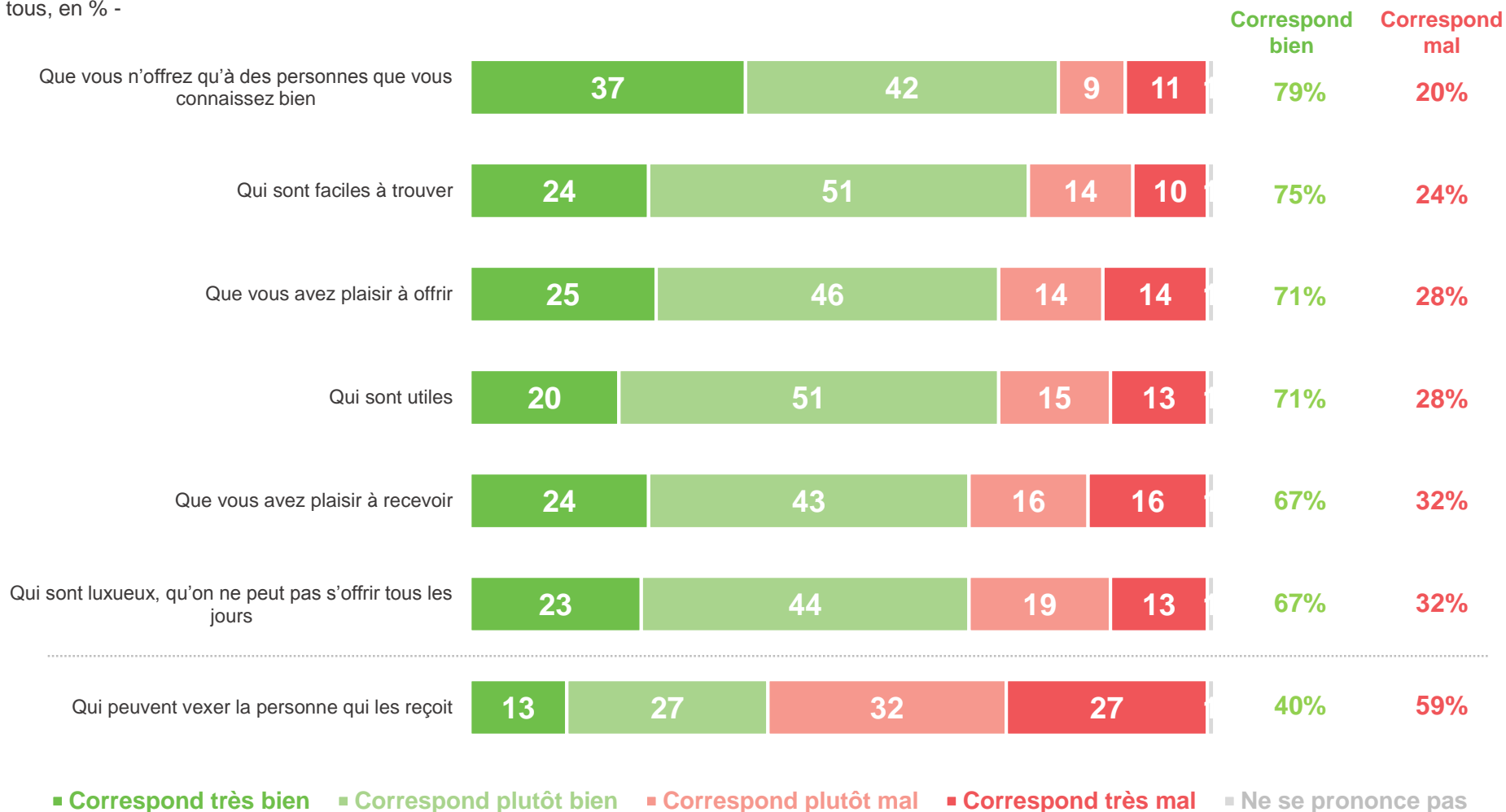
### Dans le détail...



## Les cadeaux liés aux soins du corps, bien qu'étant des cadeaux intimes sont perçus comme faciles à faire et faisant plaisir, d'autant plus qu'ils sont vus comme utiles et luxueux

De manière générale, chacune des affirmations suivantes correspond-elle bien ou mal à l'idée que vous vous faites des cadeaux liés aux soins du corps (rendez-vous chez le coiffeur, soins en instituts, massages, parfums, sets de produits d'hygiène, etc.) ?

- À tous, en % -





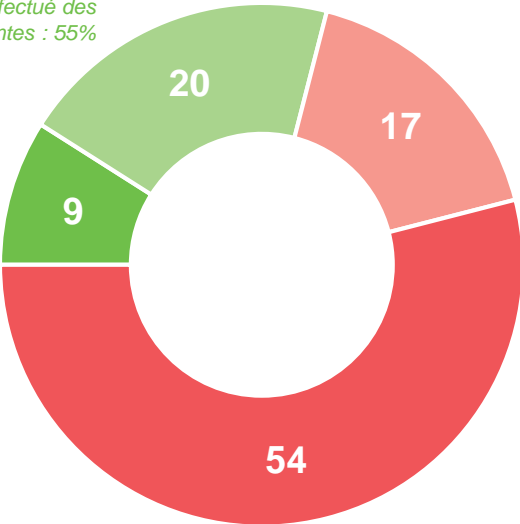
# Offrir des cadeaux liés à la réalisation de projets de modification corporelle comme des tatouages ou des opérations de chirurgie, près d'un Français sur trois affirment qu'ils y seraient prêts si on le leur demandait

Pour les fêtes, pourriez-vous... ?

- À tous, en % -

Offrir à un de vos proches qui vous le demanderait de l'argent pour financer un tatouage, un piercing ou une autre forme de modification permanente (chirurgie, laser, etc.)

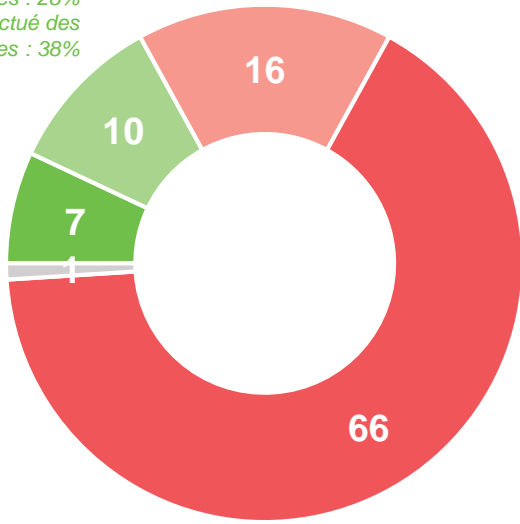
**Oui : 29%**  
 Moins de 35 ans : 47%  
 35-49 ans : 34%  
 Personnes qui ont effectué des modifications permanentes : 55%



Non : 71%

Demander à vos proches de financer tout ou partie d'un projet de tatouage, piercing ou autre forme de modification permanente (chirurgie, laser, etc.)

**Oui : 17%**  
 Moins de 35 ans : 34%  
 Catégories populaires : 28%  
 Personnes qui ont effectué des modifications permanentes : 38%



Non : 82%

■ Oui, certainement ■ Oui, probablement ■ Non, probablement pas ■ Non, certainement pas ■ Ne se prononce pas

# 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](#)



[Twitter](#)



[LinkedIn](#)

**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