

Que retenir de cette enquête ?

→ Satisfaction et complexes cohabitent chez les Français

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%).

→ Le corps, une ressource sur laquelle il faut pouvoir compter à tous les niveaux

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%). Cette importance du corps entraîne des craintes : 77% redoutent que leur corps vieillisse et ne leur permette plus d'effectuer toutes les activités qu'ils réalisent actuellement (notamment passé 50 ans, 81%) et 62% redoutent de voir leur corps changer esthétiquement (prise de poids, cheveux blancs, etc.), des craintes qui animent cette fois davantage les femmes et les plus jeunes.

→ Le corps : des modèles préconçus ?

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). 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.

→ Les soins du corps, une évidence ?

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.

→ Prendre soin de son corps, un budget non négligeable

Les personnes qui se rendent chez des professionnels de soin déclarent y consacrer un budget d'environ 43€ 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.

Dans le détail...

Satisfaction et complexes cohabitent chez les Français

- 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 », de la « fatigue » et des « douleurs » qu'ils peuvent ressentir et qui s'accroissent avec le temps. **Tous soulignent l'importance de l'« entretien » et du « soin » qu'il faut apporter à ce corps** qui est leur vaisseau d'existence. Dans un second temps seulement apparaissent les considérations liées à la beauté physique, le plus souvent par des aspects négatifs, comme se sentir « gros », « moche » ou faire attention à son « poids ». Quelques plus heureux sont ravis de mentionner un corps qu'ils aiment.
- Le rapport au corps se place ainsi directement dans une ambivalence entre affection, satisfaction et difficultés. **La majorité des Français (71%) affirment se sentir bien dans leur corps**. Mais cela ne veut pas pour eux nécessairement dire qu'ils l'aiment : seuls 59% l'affirment, soit 12 points de moins. Entre le fait de ressentir un certain bien-être et le fait d'apprécier son corps se glissent ainsi **les complexes, qui touchent près de 60% des Français, et particulièrement les femmes (70%) et les jeunes (72%)**. D'emblée, on note que les hommes, ainsi que les personnes qui font régulièrement du sport, portent un regard plus apaisé sur leur corps, déclarant davantage l'aimer et s'y sentir bien, exprimant beaucoup moins de complexes. C'est également le cas des personnes en couple, sans doute confortées par le regard et la présence de leur conjoint. **Parallèle à la question de l'attrait du corps, la question de la beauté divise encore davantage les Français, dont 1 sur 2 seulement déclare se sentir beau (52%)**. Les hommes, à nouveau, se déclarent plus en confiance sur leur plastique, et sont rejoints à ce sujet par les plus jeunes, qui, dans une posture ambivalente se trouve davantage beaux dans le même temps qu'ils ont davantage de complexes.

Parties visibles, parties cachées, les Français perçoivent différemment leurs atouts et faiblesses corporelles

- Les Français assument pour la majorité d'entre eux (près de 8 sur 10) préférer certaines parties de leur anatomie à d'autres. **La plupart (42%) citent leurs yeux comme la partie qu'ils aiment le plus chez eux**. Néanmoins, de nettes divergences apparaissent selon le sexe des répondants, les femmes ayant

davantage tendance à mettre en avant leur affection pour leurs cheveux ou leur poitrine, quand les hommes sont davantage fiers de leurs mains, de leur sexe ou de leurs fesses.

- Lorsqu'ils évoquent à l'inverse **les parties du corps qui leur plaisent le moins, les Français, hommes comme femmes mentionnent en premier lieu leur ventre (42%)** avant de citer pour les femmes surtout leurs cuisses (23%) et leurs fesses (17%) et pour les hommes leurs cheveux (15%) et leur nez (13%). Dans les parties de leurs corps qu'ils apprécient le moins, les femmes citent ainsi plutôt des parties de leurs corps qui sont la plupart du temps recouvertes par des vêtements, quand les hommes citent également des caractéristiques visibles à tout moment. Y trouve-t-on une clé de lecture pour comprendre le rapport des Français à leur corps et à l'entretien qu'ils en font ? Lorsqu'on les interroge, les Français déclarent largement préférer leur corps lorsqu'il est habillé (82%) que lorsqu'il est nu (17%). Cependant, on note que les hommes se disent bien plus à l'aise que la moyenne avec leur tenue d'Adam (25%).

Le corps, une ressource sur laquelle il faut pouvoir compter à tous les niveaux

- **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%). On note que si les missions dévolues au corps apparaissent dans une hiérarchie identique pour les différentes catégories de populations, certaines dimensions sont davantage mises en avant.
- Les femmes, plus que les autres, mettent en avant le fait que leur corps leur plaise à elles d'une part, mais également qu'il sente bon et qu'il soit entretenu. **Elles manifestent une volonté d'apparat qui conditionne une envie d'entretenir de son corps, mais en premier lieu pour une satisfaction personnelle.** Les hommes mettront davantage en avant le fait qu'il est important pour eux que leur corps plaise aux autres et soit musclé, athlétique, construisant une esthétique de la représentation sur moins d'artifices. **Les plus jeunes** quant à eux, insistent sur le fait que leur corps doit leur plaire à eux mais également plaire aux autres, mais également qu'il **reflète qui ils sont**, dans une dynamique d'expression de soi par le physique.
- **Cette importance du corps dans la construction de soi entraîne des craintes** : 77% redoutent que leur corps vieillisse et ne leur permette plus d'effectuer toutes les activités qu'ils réalisent actuellement

(notamment passé 50 ans, 81%) et 62% redoutent de voir leur corps changer esthétiquement (prise de poids, cheveux blancs, etc.), des craintes qui animent cette fois davantage les femmes et les plus jeunes.

Le corps : des modèles préconçus ?

- **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.** A nouveau, les femmes et les moins de 35 ans ont le sentiment de s'investir davantage dans l'entretien de leur physique, qu'il s'agisse d'investissement en temps ou en argent.
- Si les Français accordent une véritable importance à leur physique, y a-t-il des modèles vers lesquels ils tendent particulièrement ? **Seuls 21% des Français déclarent que les modèles de corps présentés dans les magazines et la publicité sont pour eux des sources d'inspiration** et qu'ils aimeraient y ressembler. Cependant, devant cette relative indifférence, on note que **certaines catégories sont plus sensibles à cette image sur papier glacé et notamment les plus jeunes (âgés de 18 à 24 ans), dont 46% se disent influencés par le modèle des magazines.**
- Si la majorité des Français se disent insensibles à l'attrait de corps qui sont exposés aujourd'hui, ils remettent en cause ce modèle et semblent se tourner vers d'autres références pour leur consommation. **62% estiment aujourd'hui,** faisant écho aux mouvements liés à la « body positivity » et à l'acceptation de son corps tel qu'il est, **que les magazines et la publicité devraient davantage mettre en avant la diversité des corps** dans leurs publications (différentes tailles, formes, etc.). A l'heure actuelle, 58% des Français se montrent encore peu convaincus que des avancées aient été faites en ce sens. **Il y aurait ainsi chez les Français une volonté de changement dans les modèles esthétiques et de consommation en ce qui concerne leur corps.**

Les soins du corps, une évidence ?

- Hommes et femmes ne manifestent pas exactement le même rapport à leur corps, ces dernières déclarant faire davantage attention à ce que leur corps soit bien entretenu (soins, épilations, etc.). Dans les faits, et reflétant également le poids des conventions sociales à ce sujet, **les femmes déclarent bien davantage que les hommes avoir recours à des pratiques de soin, qu'elles les effectuent chez elles ou chez des professionnels**. 78% déclarent s'épiler (contre 19% des hommes), 76% faire des soins du visage (contre 26%), 69% effectuer des soins cheveux (contre 23%). Les femmes pratiquent ainsi plus d'activités de soin et de manière plus intensive que les hommes.
- **Néanmoins ces derniers ne sont pas totalement en reste et sont près d'un quart à déclarer faire des soins du visage, des soins des cheveux ou de la barbe ou encore des soins du corps**. On note ici une véritable fracture générationnelle entre les hommes de plus de 50 ans, qui se tiennent résolument à l'écart de ces pratiques, et les hommes de moins de 35 ans, qui bien plus, revendiquent de prendre soin d'eux, avec des écarts pouvant aller jusqu'à 30 points selon les pratiques.

Produits d'hygiène, produits de soins, à domicile ou en salon, un budget non négligeable pour les Français

- Si 24% des Français déclarent ne jamais se rendre chez des professionnels de soin (instituts de beauté, salons de coiffure, etc.), **44% d'entre eux au contraire estiment s'y rendre au moins une fois tous les deux mois**. Plus ils déclarent s'investir dans leur apparence, et plus les Français déclarent se rendre régulièrement dans ce type de salons, 61% de ceux qui déclarent consacrer de l'argent à l'entretien de leur physique disant s'y rendre régulièrement. De manière générale, on constate que les Français et a fortiori ceux qui les fréquentent, **ont une bonne opinion des salons de coiffure et instituts de beauté**, qui malgré des prestations chères (92% estiment que cette caractéristique leur correspond bien), fournissent des résultats de bonne qualité (84%). **Surtout, c'est leur efficacité par rapport aux soins effectués à domicile qui est mise en avant, 77% estimant qu'ils permettent d'obtenir de meilleurs résultats que chez soi**, et 79% estimant que se rendre en salon permet bien davantage de transformer le moment du soin en un moment de plaisir et de bien-être.
- **Finalement, les Français déclarent consacrer un budget moyen de 29€ par mois à leurs différentes dépenses d'hygiène et de soin à domicile**. Pour la plupart, ils choisissent de se procurer ces produits dans les magasins physiques plutôt qu'en ligne, **le supermarché (46%) apparaissant comme le point**

