



Le rapport des Françaises à leur corps

Octobre 2011

A

Méthodologie

“

Méthodologie

- ▶ Étude réalisée auprès de **1008** femmes extraites de deux **échantillons** représentatifs de la **population française âgée de 18 ans et plus de 986 et 1026** personnes, constitués selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de statut d'activité, après stratification par région de résidence.
- ▶ **Mode d'interrogation:** L'échantillon a été interrogé en ligne sur système Cawi (Computer Assisted Web Interview).
- ▶ **Dates de terrain:** les interviews ont été réalisées **du 28 au 29 septembre et du 5 au 7 octobre 2011.**
- ▶ Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante : « Sondage OpinionWay – Elan » et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.
- ▶ OpinionWay rappelle par ailleurs que les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 2 à 3 points au plus pour un échantillon de 1000 répondants.
- ▶ OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252.



Principaux enseignements



Principaux enseignements

- **Difficile à apprivoiser, le corps est rarement perçu comme un atout**

Lorsque l'on demande aux femmes à quel moment elles se sont mises à aimer leur corps, c'est avant tout le fait de rencontrer sa moitié (29%) qui semble avoir été décisif. Plus encore que de quitter le nid familial (19%) ou que devenir mère (15%), la relation amoureuse leur a permis d'avoir une meilleure appréhension de leur corps. Cependant, plus d'une femme sur trois (34%, 45% chez les célibataires) répond qu'elle attend toujours le déclic. Et bien que l'acceptation du corps vienne en grandissant, cette réponse reste malgré tout la première donnée, quel que soit l'âge des répondantes.

Car même si les femmes disent aimer leur corps, elles ne l'acceptent pas au point d'y être indifférentes. En effet, pour près de huit femmes sur dix (77%) celui-ci s'apparente principalement à un partenaire avec qui il faut composer. Un regard peu flatteur qui concerne les femmes de tout âge, mais en premier lieu les aînées (80% des 50-64 ans et 88% des 65 ans et plus) et celles qui ont connu un divorce (86%).

Elles ne s'en montrent donc pas particulièrement fières. De fait, moins d'une femme sur cinq (17%) estime que son corps est un atout séduction à mettre en avant à la moindre occasion. Une tendance que l'on retrouve davantage chez les plus jeunes (26% des 18-24 ans) mais aussi chez les célibataires (20%) en quête de séduction.

- **Comment améliorer le rapport que l'on entretient avec son corps ?**

Cette perception pessimiste est d'autant plus marquée que la majorité des femmes ferait allègrement usage d'une baguette magique pour améliorer le rapport qu'elles entretiennent avec leur corps. Tout âge confondu, plus de la moitié d'entre elles (56%) souhaiterait pouvoir retrouver sa taille d'adolescente. Logiquement, ce désir se fait encore plus sentir lorsque l'on avance en âge (66% chez les 65 ans et plus contre 45% chez les 18-24 ans).

On compte également une femme sur trois (34%) qui aimerait avoir des dons de styliste pour être au top en toute circonstance, notamment les moins de 35 ans (respectivement 46%), mais aussi les célibataires (41%). Enfin, seule une minorité, (12%, 25% des 18-24 ans) rêverait de pouvoir se lâcher sur la junk-food sans prendre un gramme.

Mais plus pragmatiquement les choses sont différentes. Car, sans baguette magique, les femmes sont conscientes que pour réussir à bien se sentir dans son corps, il faut faire attention à sa ligne. Une femme sur deux (50%) estime ainsi que la meilleure chose faite pour son corps a été de bien se nourrir, une habitude qui s'acquiert, une fois de plus avec l'âge (58% des plus de 50 ans).

Mais elles prennent aussi du temps pour elles : 45% des femmes considèrent que s'accorder bains moussants et gommages s'avère être le meilleur moyen de prendre soin de son corps. De loin, les moins de 50 ans (53%) ainsi que les populations les moins aisées (51%) montrent une nette préférence pour cette méthode douce.



Principaux enseignements

- **Se sentir bien dans son corps : un bonheur simple**

Être à l'aise avec son corps, c'est d'abord, pour la majorité des femmes, une victoire intime et personnelle. Ce n'est pas tant une question d'apparence ni de capacités physiques. Ainsi, 59% des femmes déclarent que, ce qui les fait se sentir bien dans leur corps, c'est le simple fait de ne pas avoir à forcer sur le bouton de leur jean pour qu'il ferme. Ce fait est plus particulièrement marqué après 25 ans (55% des 25-34 ans) et s'intensifie avec l'âge (66% des 65 ans et plus).

Bien que nettement moins « décisif », ne pas être essoufflée après un sprint pour arriver à l'heure est un facteur de bien-être pour 23% des femmes. Et alors qu'attirer plus de regards que d'habitude n'est une source de satisfaction « que » pour une femme sur quatre (24%), cela permet à une femme sur deux entre 18 et 24 ans (49%) et à 34% des célibataires de se sentir bien.

Ces plaisirs simples ont alors des répercussions notables sur le quotidien de ces femmes. Alors que 13% remarquent que leur conjoint les désire plus et que 10% notent que leurs copines leur demandent leur recette miracle, pour une majorité on observe que l'impact est bien plus fort. Elles sont en effet plus de huit sur dix (81%) à affirmer qu'en se sentant bien dans leur corps, la vie leur paraît plus facile.



B

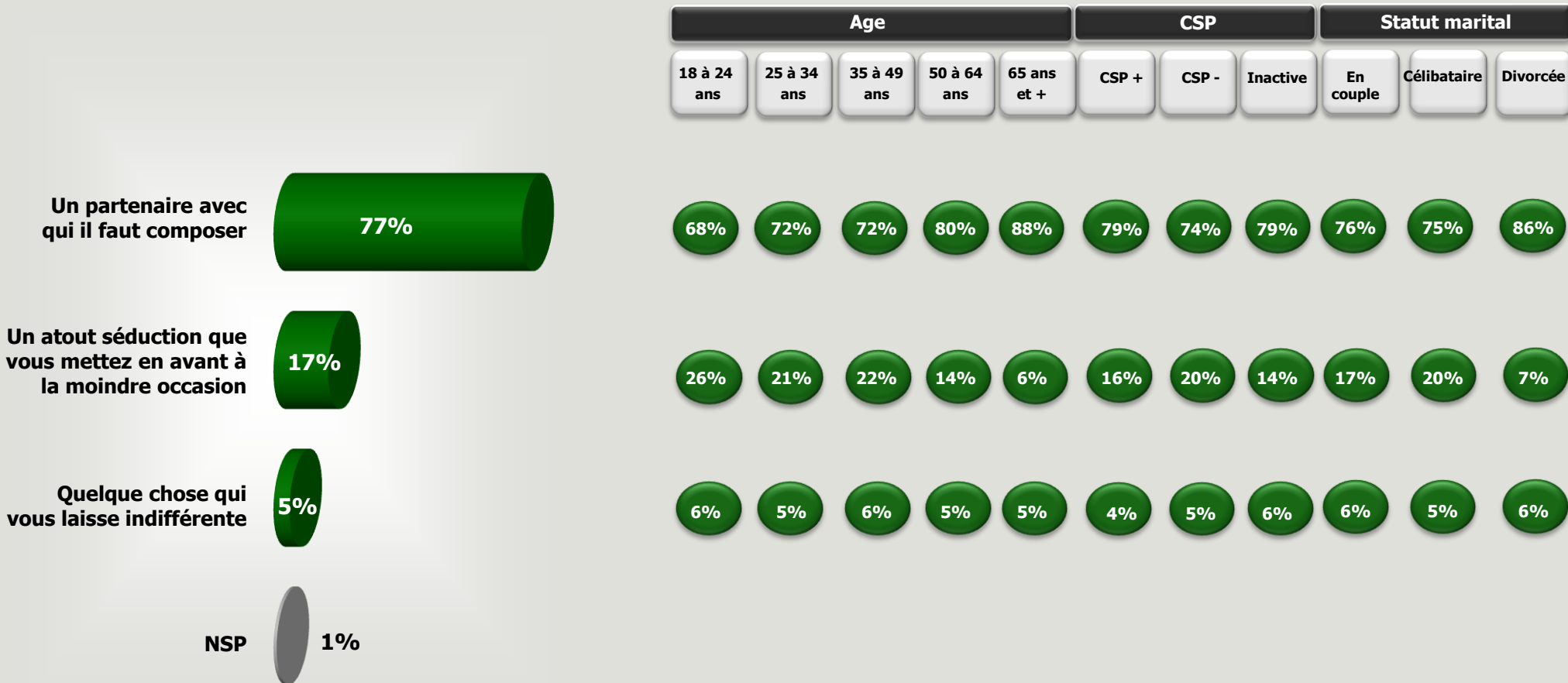
Résultats

“

Conception personnelle de son corps

Base : Aux femmes

Q : Vous considérez votre corps avant tout comme ?



Début d'acceptation de son corps

Base : Aux femmes

Q : Vous avez aimé votre corps à partir du moment où...



Meilleure action effectuée pour son corps

Base : Aux femmes

Q : Quelle est la meilleure chose que vous ayez faite pour votre corps ?



Facteurs de bien-être

Base : Aux femmes

Q : Vous vous sentez bien dans votre corps, lorsque...

Total supérieur à 100 – Plusieurs réponses possibles

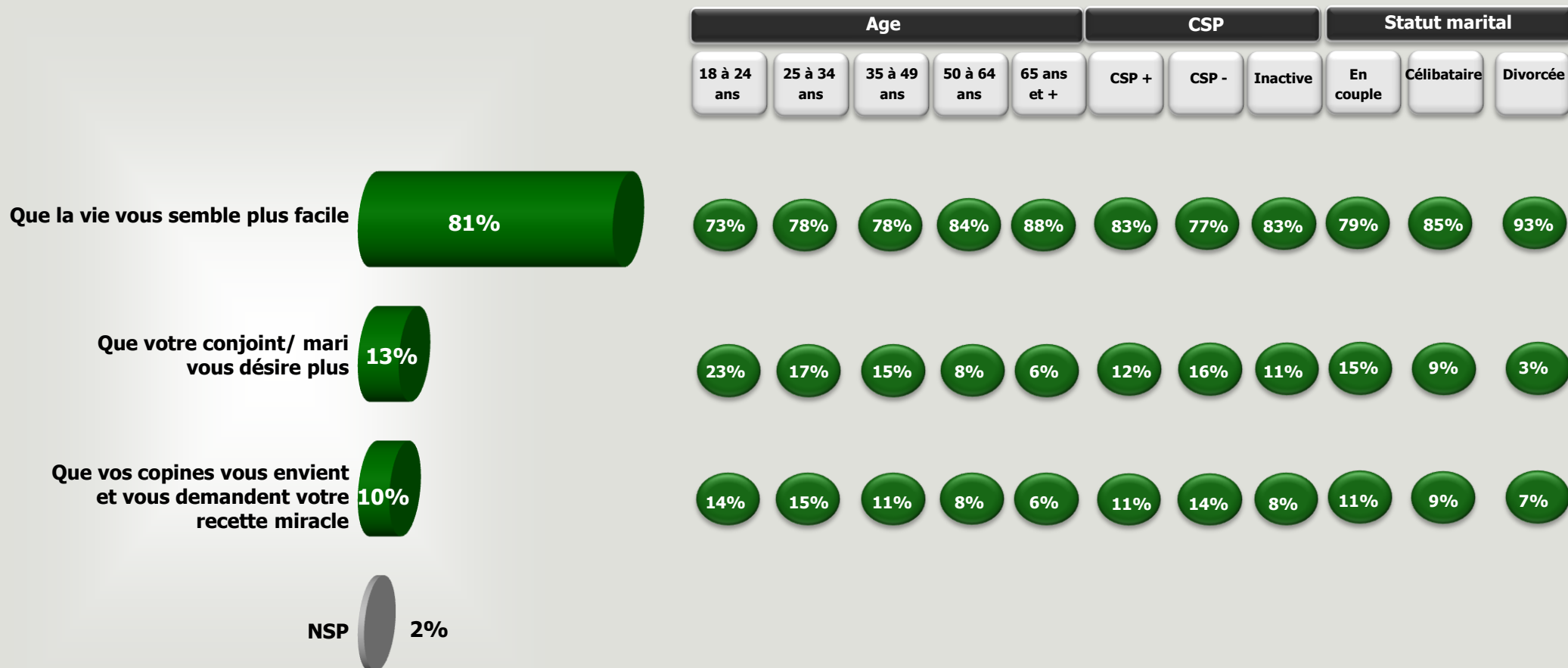


Conséquences de la sensation bien-être

Base : Aux femmes

Q : Quand vous vous sentez bien dans votre corps, vous avez remarqué...

Total supérieur à 100 – Plusieurs réponses possibles



Que faire avec une baguette magique ?

Base : Aux femmes

Q : Si vous aviez une baguette magique, que préféreriez-vous ?

Total supérieur à 100 – Plusieurs réponses possibles

