

Une étude



pour

les zooms 2022
de L'Observatoire Cetelem

Thème 2

Les contours du plaisir en temps de crises

Enquête 1/3 : Quelle place pour le plaisir dans une période si mouvementée ?

Avril 2022

Magalie Gérard, Directrice adjointe du Département Politique – Opinion
Morgane Hauser, Directrice d'études au Département Politique – Opinion
Rosalie Ollivier, Chargée d'études au Département Politique – Opinion



Sommaire

Méthodologie d'enquête	P.3
I. Les Français et le plaisir : un hédonisme parfois contrarié	P.6
II. Le budget, obstacle n°1 au plaisir des Français ?	P.12
III. Quelle place pour le plaisir personnel des Français face au monde et aux autres ?	P.15
IV. Transformer des contraintes en plaisirs : vers des comportements plus vertueux	P.21

Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **21** au **25 avril** 2022.



Échantillon de **1 290** 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).

Méthodologie d'enquête 2/2



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.
- ❖ Dans le cadre de ce rapport, nous distinguons 3 tranches de revenus :
 - Revenus faibles* : revenus mensuels nets du foyer inférieurs à 2 000 €
 - Revenus moyens* : revenus mensuels nets du foyer compris entre 2 000€ et 4 000 €
 - Revenus élevés* : revenus mensuels nets du foyer supérieurs à 4 000 €

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

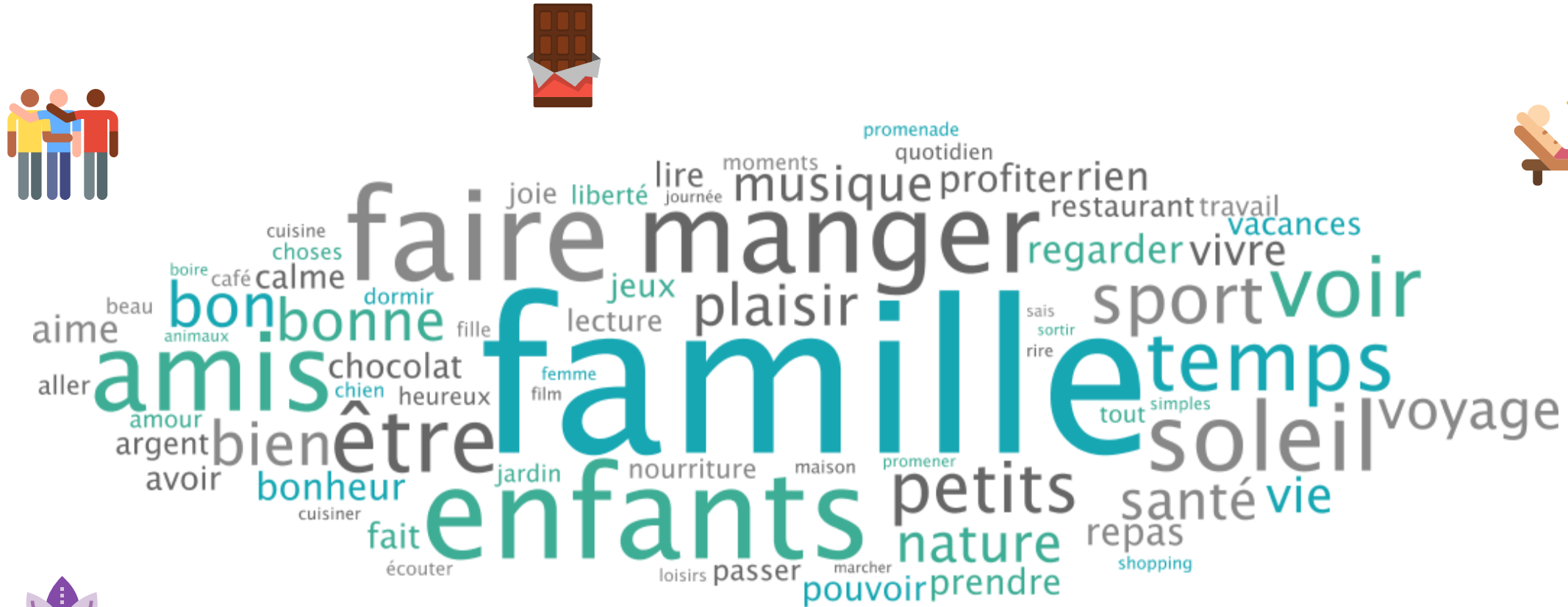


I. Les Français et le plaisir : un hédonisme parfois contrarié

- Interrogés sur leurs sources de plaisir, les Français sont spontanément très prolixes, et mentionnent des **plaisirs assez variés**. En premier lieu sont cités les **moments partagés en famille** (notamment avec les enfants), ou **entre amis**, mais aussi les **plaisirs de la table** : ainsi, chocolat, restaurants, et bons repas sont souvent mentionnés. Aussi, le sport et la nature figurent parmi les sources de plaisirs les plus souvent évoquées spontanément, ainsi que les vacances, le soleil, le *far niente*. Au global, un certain nombre de plaisirs cités par les Français ne font pas l'objet d'une commercialisation (être avec sa famille, être dans la nature, etc.), et font partie des « plaisirs simples ».
- Loin d'être à court d'idées lorsqu'on les interroge sur le sujet, les Français accordent une attention particulière à leur plaisir au quotidien. **À l'unanimité ou presque (94%), il est important pour eux de se faire plaisir dans la vie de tous les jours**. Un hédonisme fièrement affiché, et partagé par l'ensemble des catégories de population. Néanmoins, trouver du plaisir dans la vie de tous les jours **n'est pas une évidence pour tous, et 31% de la population indique avoir des difficultés** à le faire. En règle générale, plus leurs revenus sont élevés, plus il semble facile aux Français de trouver du plaisir dans la vie quotidienne. Même si une majorité, donc, trouve les plaisirs du quotidien relativement accessibles, les Français ne se montrent pas comblés pour autant, et expriment une certaine frustration. En effet, **60% d'entre eux indiquent qu'ils voudraient s'offrir plus de petits plaisirs quotidiens que ne leur permettent les contraintes de leur vie**. Un sentiment de frustration qui touche davantage les femmes et les personnes les plus modestes.
- Lorsqu'ils comparent leur situation à celle d'il y a 3 ans, les Français ont souvent le sentiment qu'il est **plus difficile aujourd'hui de trouver du plaisir (41%)**, tandis que seuls 18% sont de l'avis contraire. Les 41% restants, quant à eux, ne perçoivent pas de variation. Ce sentiment de perte de plaisir touche davantage les Français les plus modestes (46%, contre 34% seulement chez les plus aisés).

ls sont tous les mots, toutes les idées qui vous viennent à l'esprit lorsque vous pensez à ce qui vous fait plaisir au quotidien ?

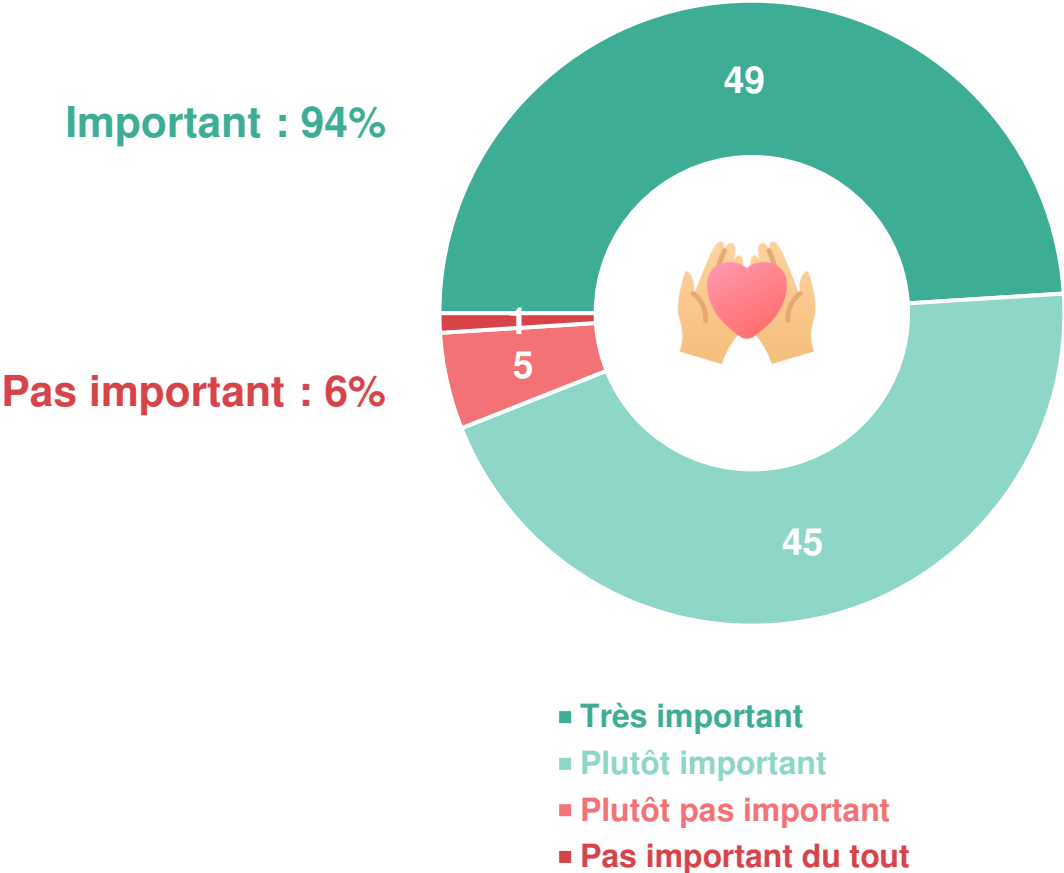
- À tous -



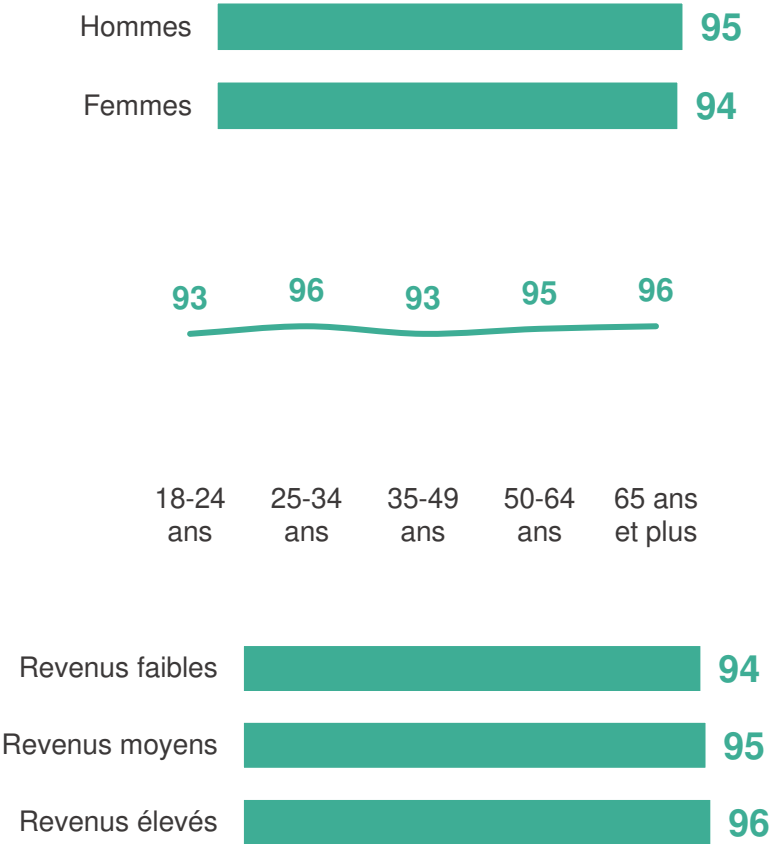
Le plaisir apparaît aux Français comme quelque chose d'essentiel au quotidien. Ce besoin d'hédonisme partagé par tous, quel que soit l'âge ou le niveau de revenus

Dans votre vie de tous les jours, à quel point est-il important pour vous de vous faire plaisir ?

- À tous, en % -



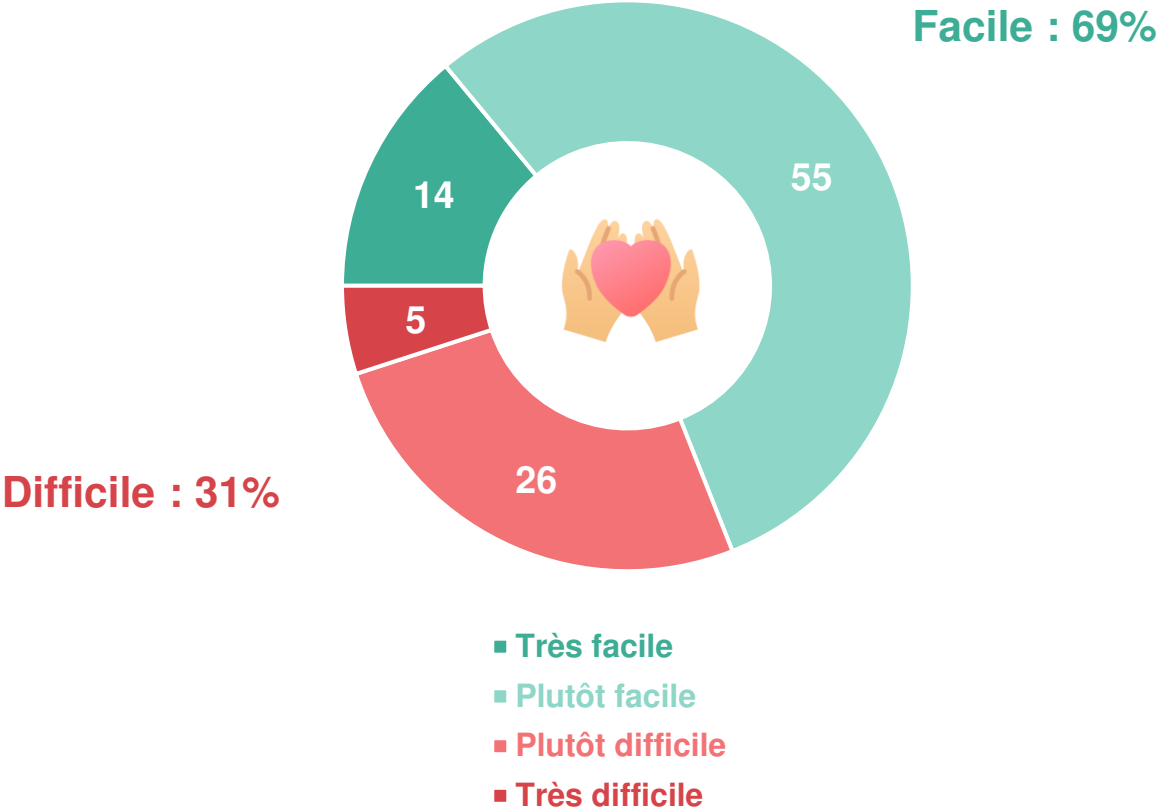
% de réponses « Important »



Recherché par l'ensemble de la population, le plaisir n'est pourtant pas toujours facile à trouver. Pour 31% des Français, il est difficile de mettre du plaisir dans leur quotidien, une difficulté ressentie notamment chez les plus modestes

Actuellement, est-il facile ou difficile pour vous de trouver des sources de plaisir dans votre vie de tous les jours ?

- À tous, en % -



% de réponses « Facile »



18-24 ans 25-34 ans 35-49 ans 50-64 ans 65 ans et plus

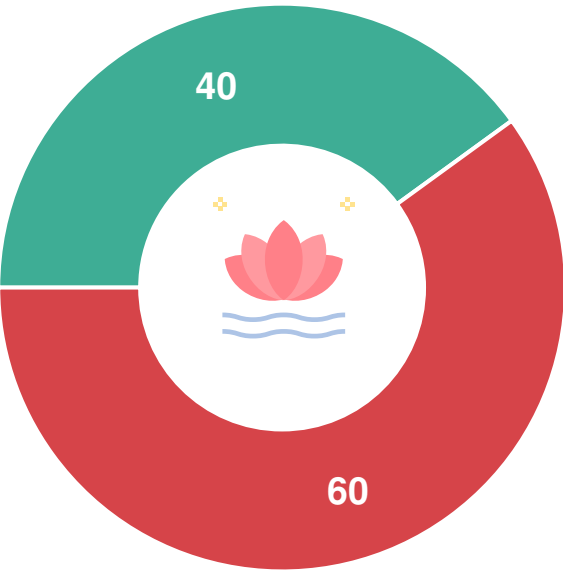


Si Français trouvent en majorité les plaisirs quotidiens assez accessibles, la plupart d'entre eux expriment néanmoins une certaine frustration, et souhaiteraient s'offrir davantage de petits plaisirs dans leur vie de tous les jours

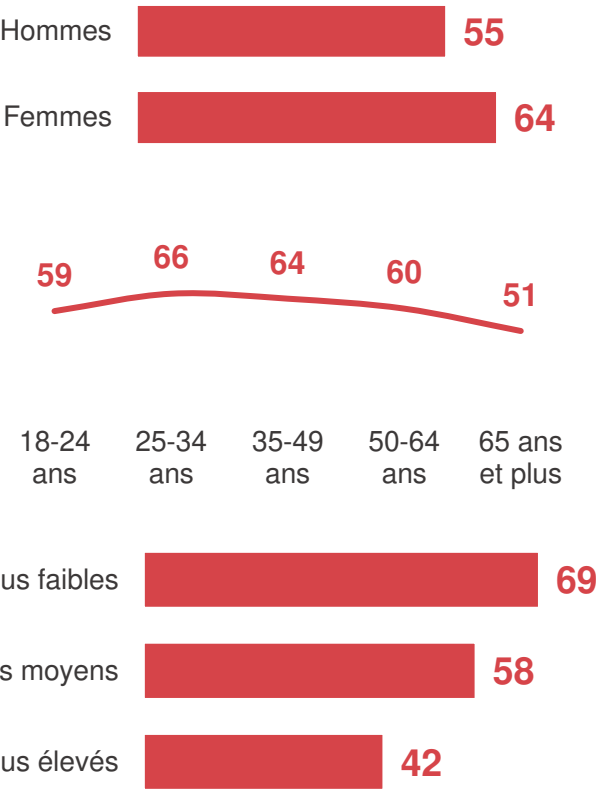
Et plus précisément, de laquelle des situations suivantes vous sentez-vous le plus proche ?

- À tous, en % -

Vous avez le plus souvent la liberté de vous offrir / de faire ce qui vous fait plaisir au quotidien



Vous voudriez vous offrir davantage de petits plaisirs au quotidien, mais les contraintes de votre vie vous en empêchent le plus souvent



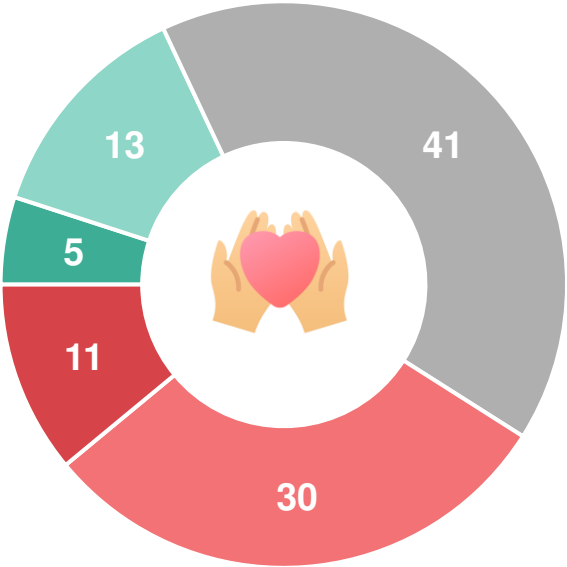
Lorsqu'ils comparent leur situation à celle d'il y a 3 ans, plus de 4 Français sur 10 estiment qu'il leur est aujourd'hui plus difficile de se faire plaisir au quotidien, un sentiment plus fréquent chez les plus modestes

Et par rapport à il y a 3 ans, avez-vous le sentiment qu'il est plus facile ou plus difficile pour vous de trouver des sources de plaisir dans votre vie de tous les jours ?

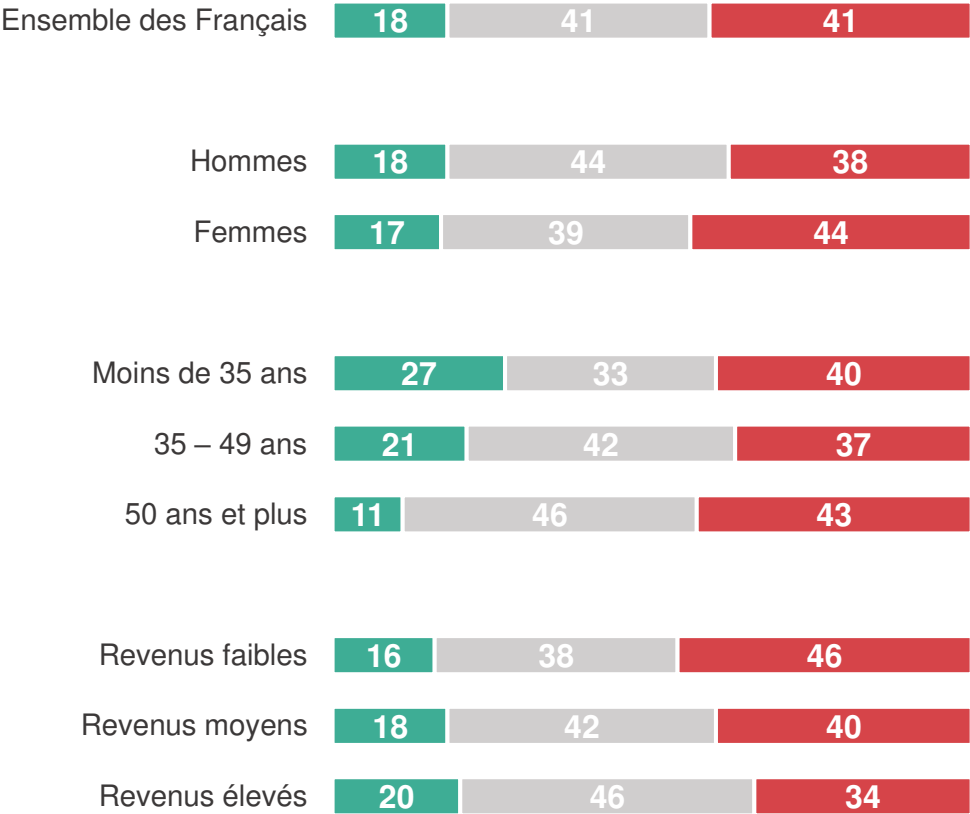
- À tous, en % -

Plus facile : 18%

Plus difficile : 41%



- Beaucoup plus facile
- Plutôt plus facile
- Ni plus facile, ni plus difficile
- Plutôt plus difficile
- Beaucoup plus difficile



■ Plus facile ■ Ni plus facile, ni plus difficile ■ Plus difficile



II. Le budget, obstacle n°1 au plaisir des Français ?

- Quels sont les éléments qui, aux yeux des Français, peuvent favoriser ou au contraire ternir leur capacité à trouver du plaisir au quotidien ? **71% d'entre eux voient le temps dont ils disposent aujourd'hui comme un facteur favorisant leur plaisir.** Quant aux efforts qu'ils peuvent être amenés à faire pour avoir une bonne hygiène de vie (sport, etc.), ils sont perçus comme favorables au plaisir par 68% de la population. Légèrement plus mitigés lorsqu'ils considèrent leur état physique et psychologique, les Français y voient néanmoins plus souvent un facteur de plaisir qu'un frein.
- À l'autre bout du spectre, **les Français indiquent nettement une influence négative des événements extérieurs actuels (situation internationale, sanitaire, environnementale, etc.) sur leur plaisir (51%).** Une période vécue comme sombre, et dont les doutes se manifestent également dans le porte-monnaie : **45% des Français désignent le budget dont ils disposent actuellement comme un obstacle à leur plaisir.** Au total, qu'elle soit positive ou négative, 89% des Français reconnaissent une forme d'influence de leur budget disponible sur leur capacité à se faire plaisir. Une perception qui paraît paradoxale étant donné que spontanément, lorsqu'ils sont interrogés sur leurs sources de plaisir, les Français ne citent pas prioritairement des choses qui peuvent s'acheter.
- La question du budget apparaît d'autant plus déterminante que plus des **¾ de la population (77%)** mentionnent l'inflation et la crise économique comme l'un des événements récents ayant le plus porté atteinte à leur plaisir quotidien... un événement qui s'avère même plus souvent cité que la pandémie de Covid-19 (75%) ! Les Français identifient également la guerre en Ukraine et les attaques terroristes comme ayant eu un impact non négligeable sur leur capacité à éprouver du plaisir au cours des dernières années. Les événements extérieurs sont ainsi loin de laisser les Français indifférents, y compris sur des dimensions moins directement spectaculaires ou sensibles dans son quotidien : **plus d'un sur deux estime aujourd'hui voir son plaisir perturbé par les questions liées aux dérèglements climatiques.**

Parmi les éléments qui affectent le plus négativement les Français aujourd’hui, on retrouve les enjeux de budget mais aussi les enjeux d’actualité qui pèsent sur la capacité à éprouver du plaisir d’1 Français sur 2

Et, si vous considérez plus précisément votre état d’esprit et votre situation en ce moment, diriez-vous que chacun des éléments suivants a un effet positif, négatif ou neutre sur votre capacité à éprouver du plaisir en ce moment ?

- À tous, en % -

	Le temps que vous avez à votre disposition aujourd’hui	21	50	11	14	4	71%	18%
	Les efforts que vous faites pour avoir une bonne hygiène de vie (faire du sport, éviter les produits et comportements mauvais pour sa santé, etc.)	17	51	17	12	3	68%	15%
	Votre situation psychologique actuelle (bien-être ou mal-être)	15	45	13	20	7	60%	27%
	Votre situation physique actuelle (sentiment de forme ou au contraire douleurs, etc.)	16	42	11	24	7	58%	31%
	Votre travail en ce moment (Aux actifs)	17	39	12	24	8	56%	32%
	Les événements personnels que vous vivez en ce moment (séparations, disputes ou au contraire événements heureux sur le plan personnel)	13	34	25	21	7	47%	28%
	Votre budget actuel	10	34	11	30	15	44%	45%
	Les événements extérieurs qui ont lieu en ce moment (situation géopolitique dans le monde, dérèglement climatique, situation sanitaire, etc.)	8	22	19	38	13	30%	51%

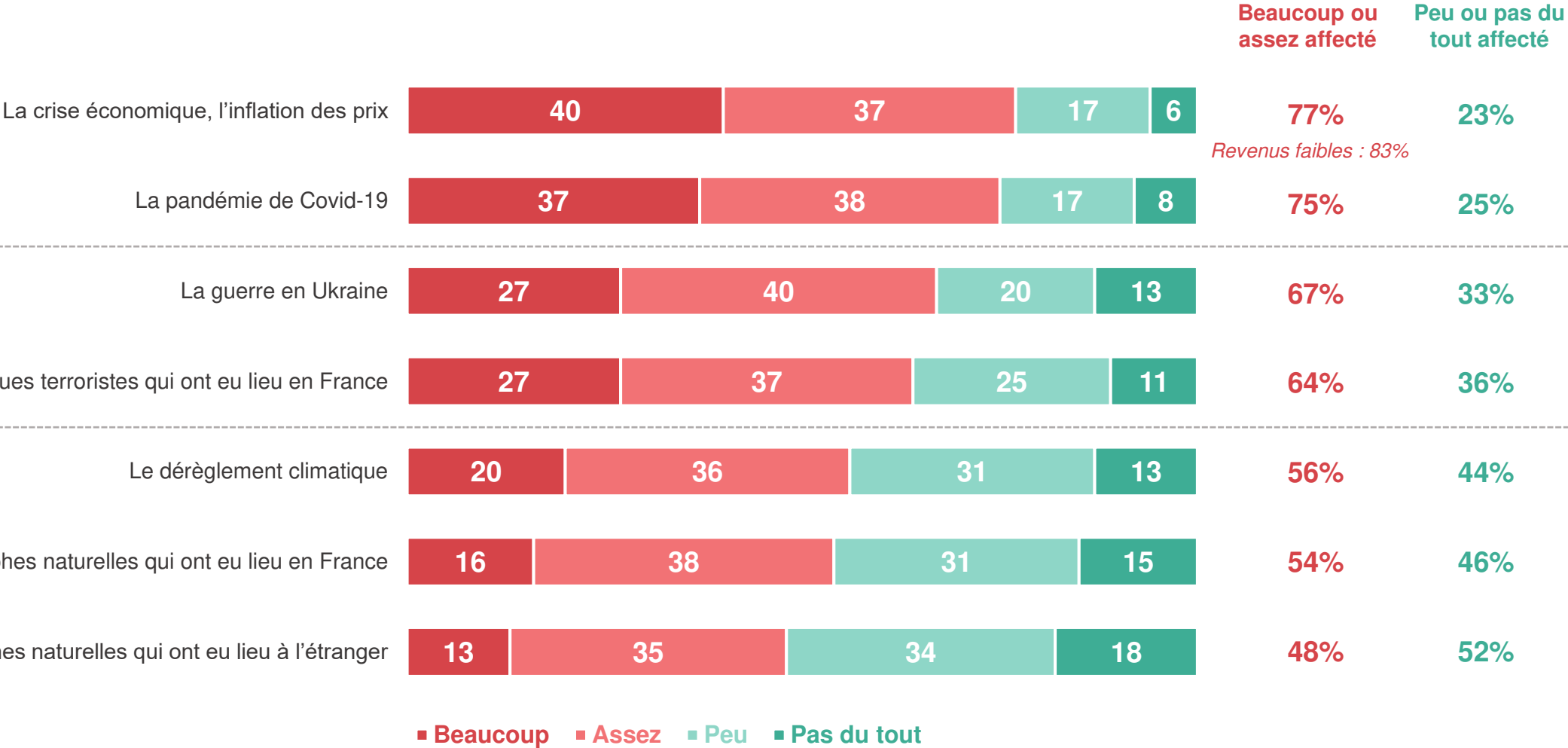
- Un effet très positif
- Un effet plutôt positif
- Pas d’effet
- Un effet plutôt négatif
- Un effet très négatif

D’une manière générale, les personnes aux **revenus les plus élevés** voient davantage des **facteurs positifs** dans ces éléments, quand les personnes aux **revenus les plus modestes** y voient davantage des **facteurs limitants**

Nombreux sont les événements extérieurs qui ont affecté les Français dans leur capacité à trouver du plaisir, qu’il s’agisse, en lien avec le budget, des enjeux d’inflation, mais aussi de la pandémie, de la guerre en Ukraine, et du dérèglement climatique, qui nuit au plaisir de plus d’1 Français sur 2

Et plus précisément, chacun des événements suivants, vous ont-ils beaucoup, assez, peu ou pas du tout affecté(e) dans votre capacité à trouver du plaisir au quotidien au cours des dernières années ?

- À tous, en % -





III. Quelle place pour le plaisir personnel des Français face au monde et aux autres ?

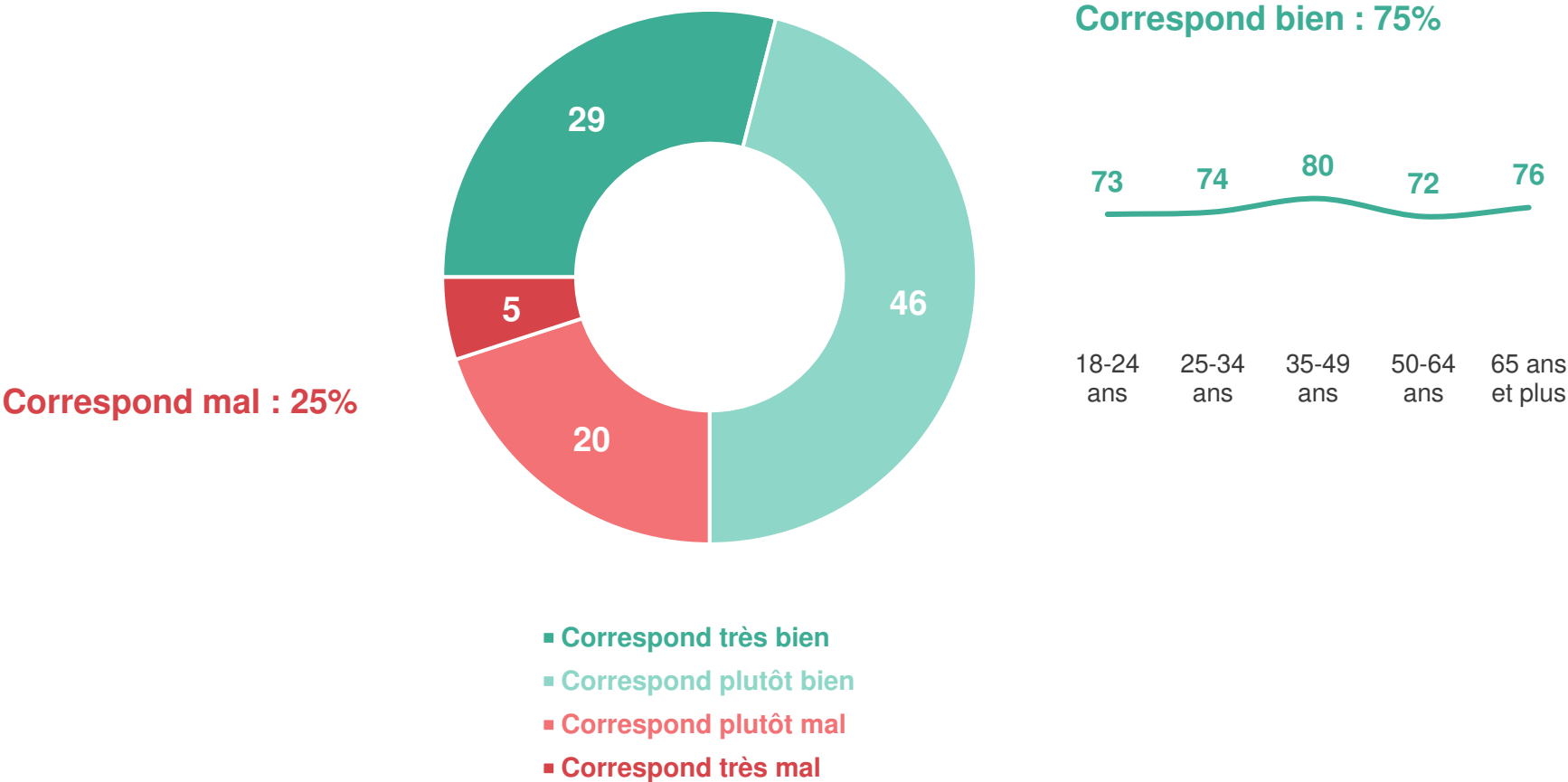
- Lorsqu'ils comparent leur propre situation à celles des générations antérieures, **les Français tendent à imaginer un passé plus insouciant**, plus libre de contraintes que la période actuelle. Les $\frac{3}{4}$ d'entre eux d'entre eux n'hésitent pas à souscrire, toutes générations confondues, à l'idée que « les générations précédentes pouvaient trouver du plaisir plus facilement ».
- En revanche, lorsqu'ils se comparent à leurs compatriotes à l'heure actuelle, **les Français s'estiment souvent mieux lotis (35%, contre 13% s'estimant « plus à plaindre » et 52% « ni plus ni moins à plaindre »)**. Et, lorsqu'ils se comparent au reste de la population mondiale, cette impression est encore plus nette (54%). Quelle que soit leur perception de leur propre situation, **les Français se montrent plutôt sensibles au sort des autres : ainsi, 56% d'entre eux déclarent que les difficultés des autres les affectent beaucoup**, dont 10% ont le sentiment que cela les handicape au quotidien dans leur capacité à éprouver du plaisir.
- En particulier, cet impact peut prendre la forme d'une culpabilité : comment se faire plaisir lorsque les autres souffrent ? Ou lorsqu'on a en tête que la planète est en péril ? **60% des Français estiment qu'il est difficile de se faire plaisir sans culpabilité aujourd'hui**. Aussi, les Français se montrent souvent tentés par **le repli et l'envie de se couper du monde** pour retrouver du plaisir (68%).

Les Français expriment une certaine nostalgie par rapport à l'insouciance des générations qui les ont précédés, estimant pour près des ¾ d'entre eux que leurs aînés pouvaient trouver du plaisir plus facilement. Une nostalgie qui touche paradoxalement toutes les générations

Au final, chacune des affirmations suivantes correspond-elle bien ou mal à ce que vous éprouvez concernant le monde extérieur et son impact sur votre plaisir au quotidien ?

- À tous, en % -

Vous avez le sentiment que **les générations précédentes pouvaient trouver du plaisir plus facilement**



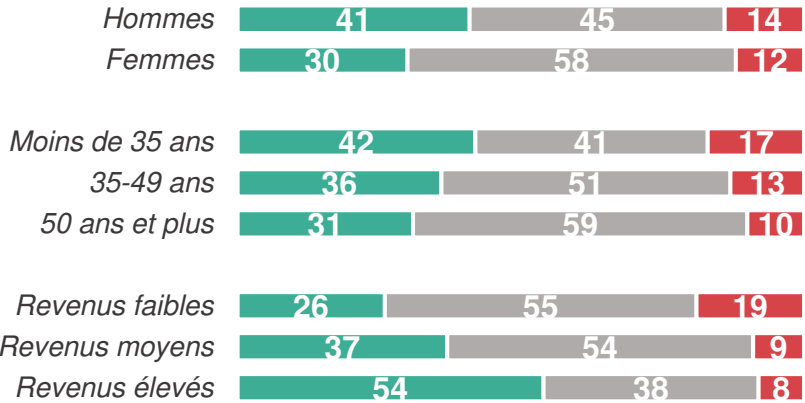
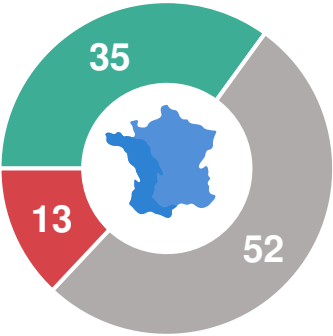
Les Français s'estiment plutôt bien lotis lorsqu'ils comparent leur propre condition à celle des autres. Ainsi, 54% s'estiment personnellement moins à plaindre que le reste de la population dans le monde. Et même lorsqu'ils se comparent aux autres Français, ils se sentent souvent plus souvent mieux lotis (35%) que moins bien lotis (13%)

Si vous considérez votre situation personnelle actuelle dans son ensemble, vous diriez que vous êtes plutôt... ?

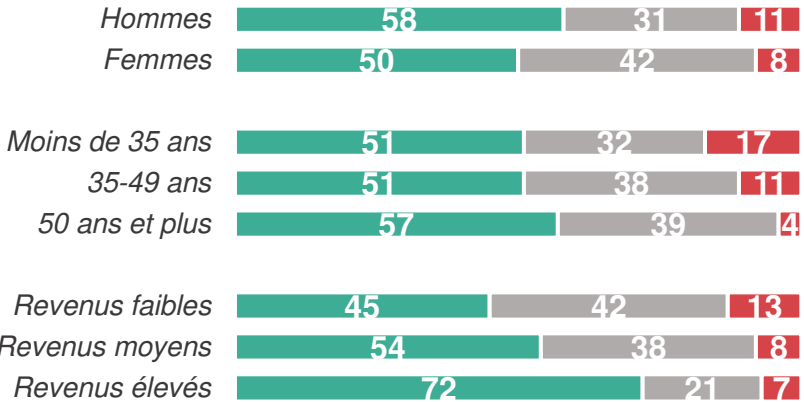
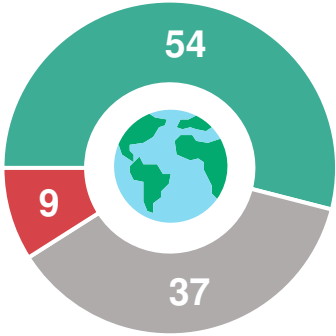
- À tous, en % -

Moins à plaindre Ni plus ni moins à plaindre Plus à plaindre

Par rapport au reste de la population française



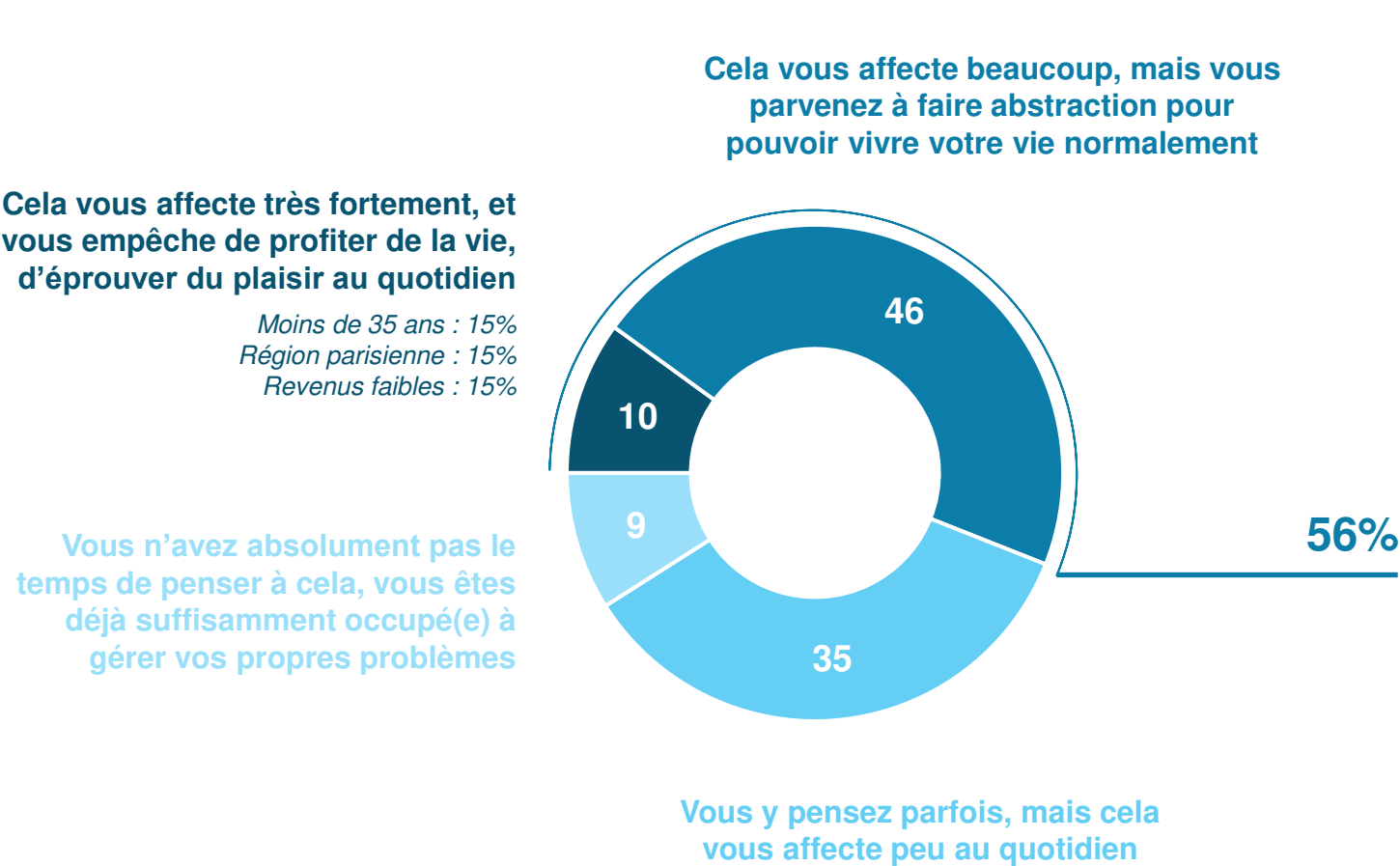
Par rapport au reste de la population mondiale



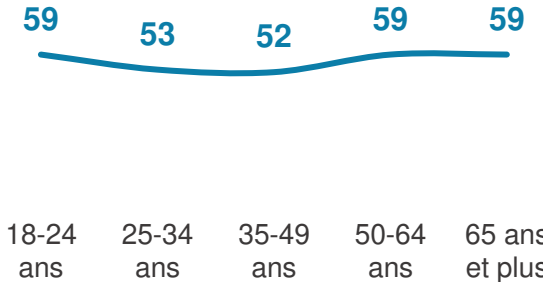
Les Français se déclarent pour nombre d'entre eux très sensibles au sort des autres : s'ils réussissent à en faire abstraction pour la plupart, ils sont plus de la moitié à indiquer être affectés dans leur quotidien par les difficultés des autres

Que ressentez-vous à l'idée que certaines personnes dans le monde sont plus à plaindre que vous ?

- À tous, en % -



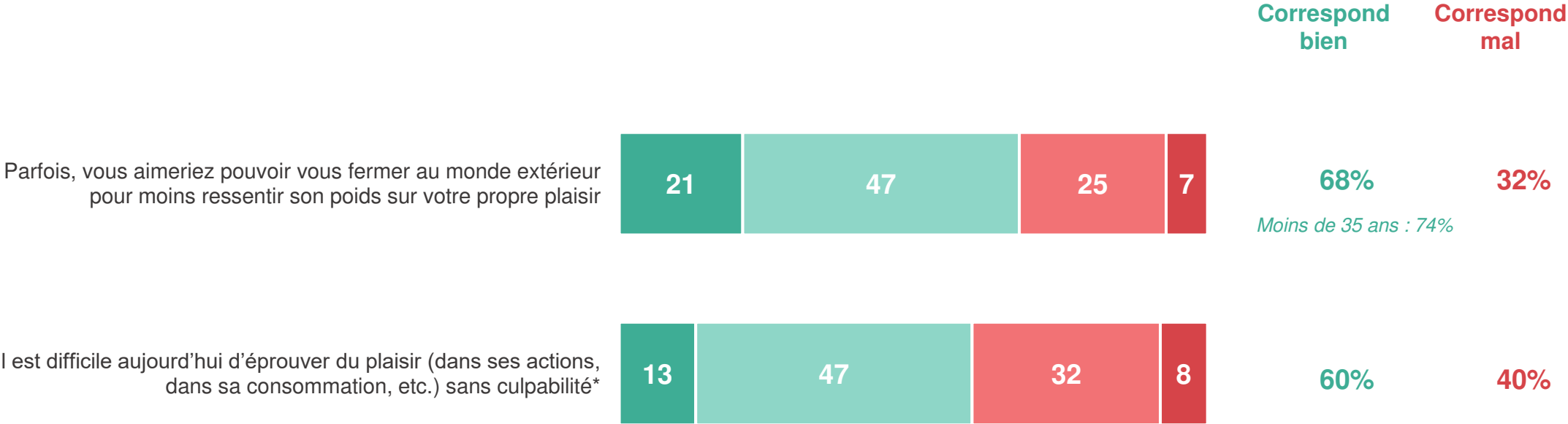
% Cela vous affecte beaucoup



Face à la culpabilité qui peut peser aujourd’hui sur le plaisir des Français (au regard des enjeux climatiques, internationaux, etc.), ceux-ci se montrent souvent tentés par le repli et l’envie de se couper du monde pour retrouver du plaisir

Au final, chacune des affirmations suivantes correspond-elle bien ou mal à ce que vous éprouvez concernant le monde extérieur et son impact sur votre plaisir au quotidien ?

- À tous, en % -



- Correspond très bien
- Correspond plutôt bien
- Correspond plutôt mal
- Correspond très mal



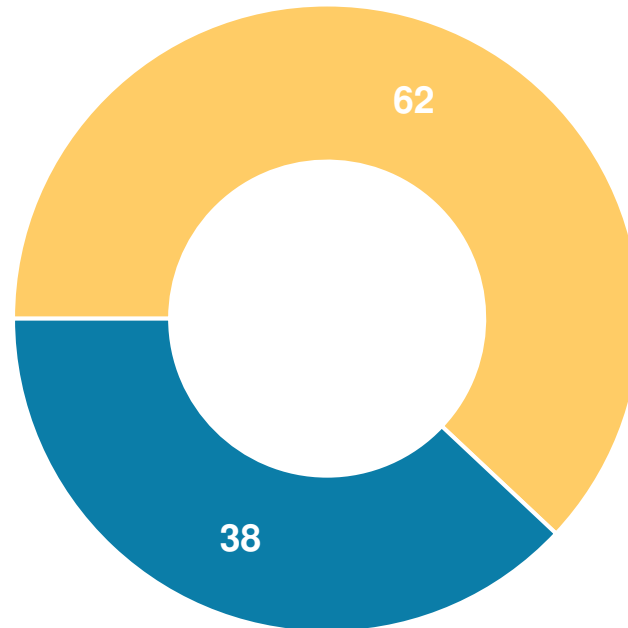
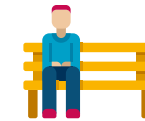
*(à l’égard du reste du monde, des événements internationaux, des enjeux climatiques, etc.)

Dans l'adversité, la plupart des Français (62%) indiquent avoir tendance à se replier sur eux-mêmes, une manière de se protéger de l'atteinte des événements extérieurs

Généralement, diriez-vous que face aux événements extérieurs et leur impact sur votre capacité à éprouver du plaisir, vous avez plutôt tendance à... ?

- À tous, en % -

Vous replier sur vous-même, essayer de trouver du plaisir dans votre sphère privée



Vous tourner vers les autres, et vers l'extérieur (sorties, fêtes, loisirs, sociabilité, etc.) pour trouver du plaisir



Le réflexe de repli semble relativement homogène au sein de la population française.



IV. Transformer des contraintes en plaisirs : vers des comportements plus vertueux

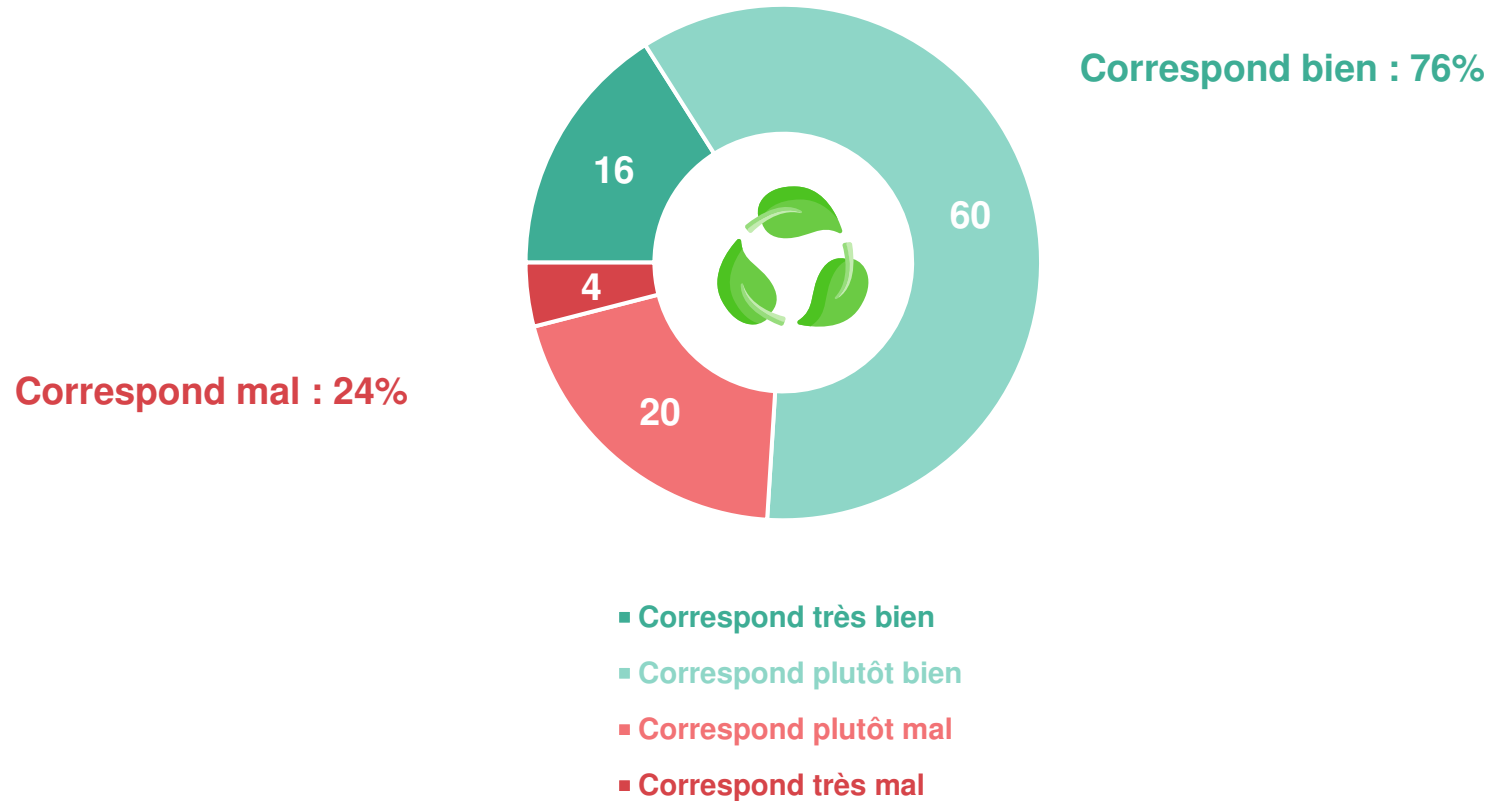
- Le souci du sort des autres et de la planète peut certes limiter le plaisir des Français, mais également les encourager à adopter des comportements plus vertueux. **Plus des ¾ des Français indiquent que les contraintes à leur plaisir peuvent les amener à adopter des comportements plus responsables pour l'environnement ou la société.** Concrètement, nombreux sont les **réflexes écologiques qui sont vécus aujourd'hui comme de vrais choix** – et non pas comme des obligations extérieures – par les Français. En particulier : les économies d'eau (en privilégiant les douches aux bains), et la consommation de produits locaux et de saison sont très majoritairement vécues comme des choix (à plus de 80%) et non des contraintes. Certains gestes paraissent un peu plus subis que d'autres : privilégier le train à l'avion, s'offrir un produit d'occasion au lieu de l'acheter neuf, limiter sa consommation de viande...
- On ne note **pas de différence fondamentale de posture entre les plus aisés et les plus modestes**. Certes, les Français les plus aisés vivent davantage la consommation de produits locaux et de saison comme un choix personnel, mais ce n'est pas le cas pour tous les gestes écologiques. Ainsi, le fait de privilégier le train au détriment de l'avion, ou de s'offrir un produit d'occasion, constituent des gestes un peu moins évidents aux yeux des Français les plus aisés.

Plus des ¾ des Français rapportent que les contraintes à leur plaisir peuvent les amener à adopter des comportements plus vertueux

Au final, chacune des affirmations suivantes correspond-elle bien ou mal à ce que vous éprouvez concernant le monde extérieur et son impact sur votre plaisir au quotidien ?

- À tous, en % -

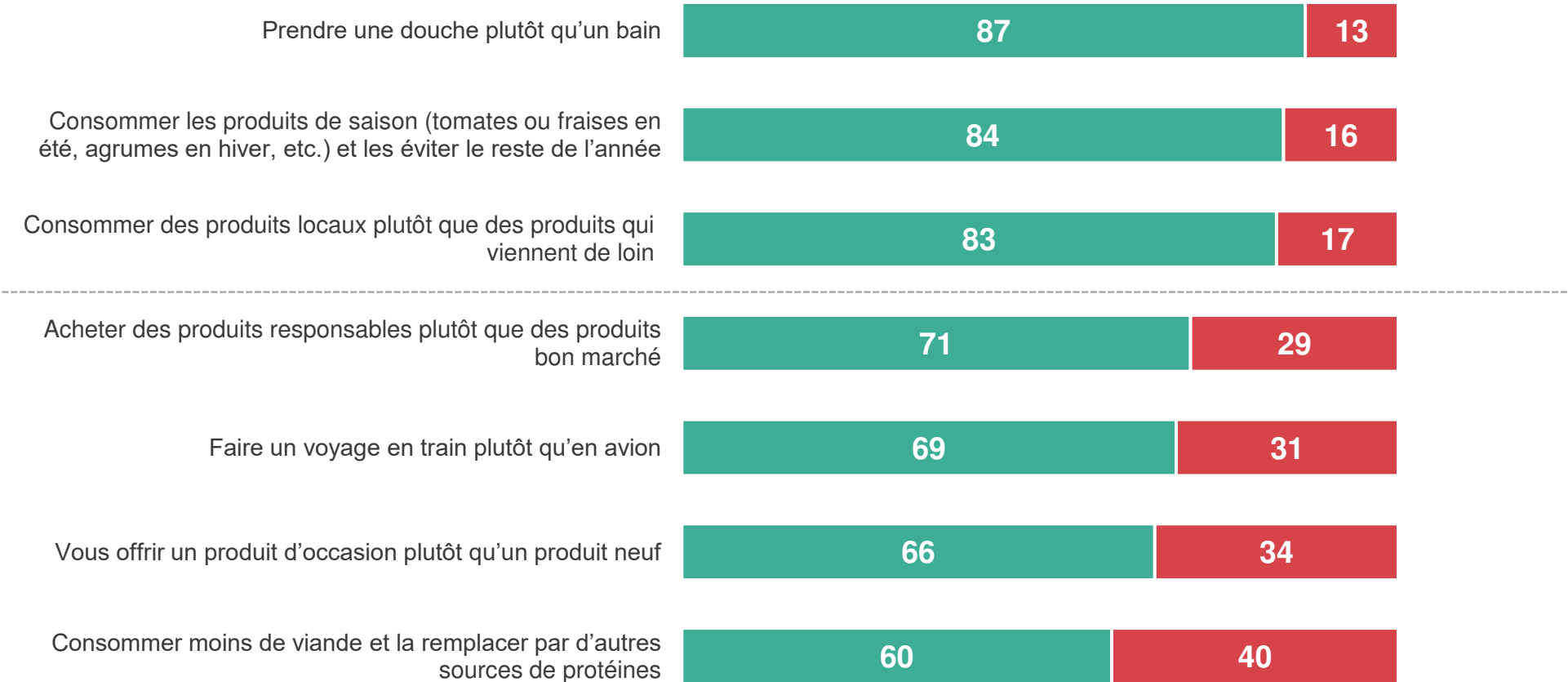
Les contraintes qui pèsent sur votre plaisir (dans vos actions, votre consommation, etc.) vous amènent à **adopter des comportements plus vertueux (pour l'environnement, pour la société, etc.)**



Les différents réflexes écologiques (économies d’eau, consommation locale et de saison, etc.) sont nettement davantage vécus comme des choix plutôt que comme des contraintes par les Français, même si certains de ces gestes paraissent un peu plus subis que d’autres (achats d’occasion, réduction de la consommation de viande, etc.)

Selon l’expérience que vous en avez ou l’idée que vous vous en faites, vivez-vous plutôt chacun des comportements suivants comme un choix ou comme une contrainte ?

- À tous, en % -

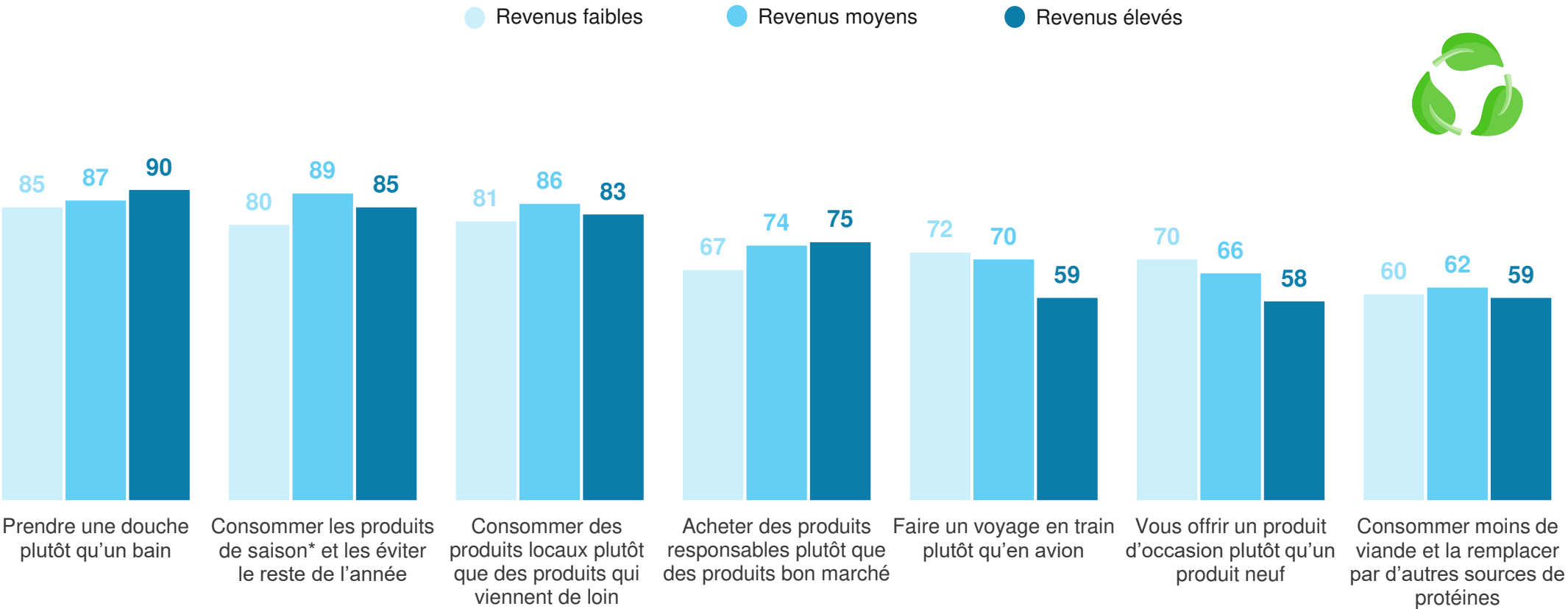


- Vous le vivez comme un choix, vous le faites avec plaisir
- Vous le vivez comme une contrainte, c’est un effort qui vous pèse

Les réflexes de consommation écologique semblent davantage choisis chez les Français les plus aisés que chez les plus modestes. À l'inverse, prendre le train plutôt que l'avion ou s'offrir un produit d'occasion, sont moins souvent vécus comme des choix chez les plus aisés que chez les autres

Selon l'expérience que vous en avez ou l'idée que vous vous en faites, vivez-vous plutôt chacun des comportements suivants comme un choix ou comme une contrainte ?

- À tous, en % de réponses « Un choix » -



*(tomates ou fraises en été, agrumes en hiver, etc.)

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



[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 délégué – Stratégies politiques et d'opinion – 01 44 87 60 66 – jdlevy@harrisinteractive.fr