

# Séissmograph 2007

## LES HOMMES ET LEUR CORPS VIEILLISSANT: UN DIALOGUE DE SOURDS

Rapport de recherche fondamentale

Dans le cadre de notre rapport de recherche annuel, nous souhaitons découvrir ce que les « corps vieillissants masculins » en Allemagne posent comme défis aux produits et services qui leur sont destinés.

Pour cela, il nous fallait comprendre en amont comment les hommes appréhendent et ressentent leur vieillissement, soit ...

- *Que signifie « vieillir » pour l'homme ?*
- *Comment est-ce que le sexe fort agit et réagit face à ce processus de transformation ?*
- *Quels signes voire symptômes du vieillissement les font souffrir ?*

Ce rapport de recherche alliant une vision sémiotique et une analyse psychologique permet d'amorcer la réflexion sur le vieillissement de l'homme pour en dégager les implications au niveau du développement produit et les enjeux en termes de stratégie marketing.

## **VOLET SÉMIOLOGIQUE :**

LES HOMMES FACE  
AUX SIGNES DU VIEILLISSEMENT

## **VOLET SOCIO-PSYCHOLOGIQUE :**

LE RAPPORT DES HOMMES  
À LEUR CORPS VIEILLISSANT

## **IMPLICATIONS :**

QUELQUES BONNES QUESTIONS A SE POSER

**VOLET SÉMIOTIQUE :**

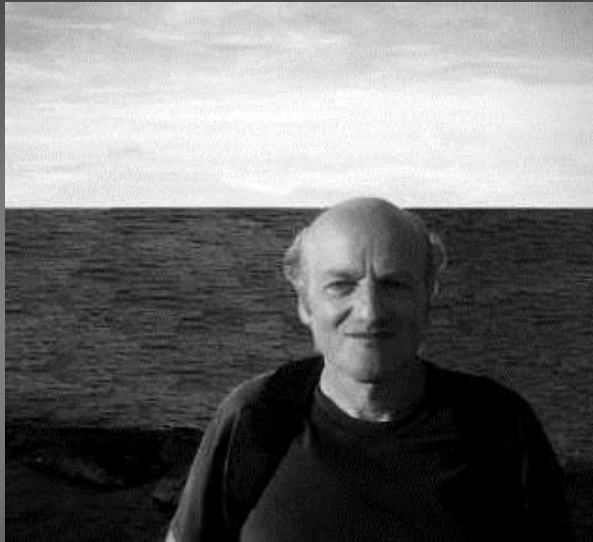
etienne dobiecki

SÉMIO  
*by*  
SÉISSMO

christine garnier-coester

SÉISSMO®

# Les hommes face aux signes du vieillissement



Etienne Dobiecki

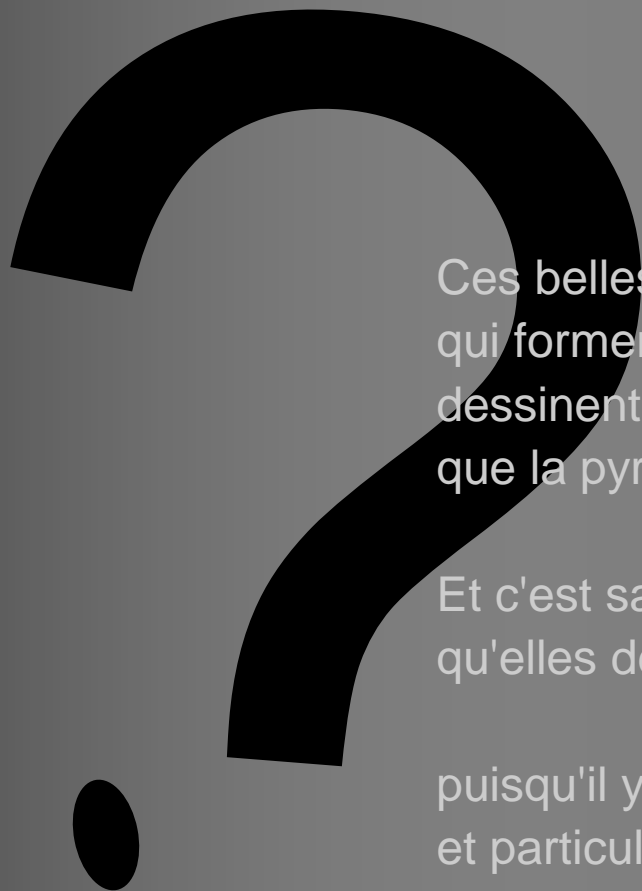
Sémiologue engagé dans le processus de vieillissement

n'ayant pas vu le temps passer  
en réalisant des études sur des questions :

de design, d'ergonomie, d'architecture commerciale  
de cosmétiques, de parfums, de textiles  
de programmes de télévision et d'identité de chaîne  
de discrimination, de réinsertion

introduit à la sémiotique par Jean-Marie Floch  
dans le cadre d'Ipsos Sémiotique à Paris

ayant découvert Séissmo à l'occasion  
d'une étude sur le design des instruments d'écriture

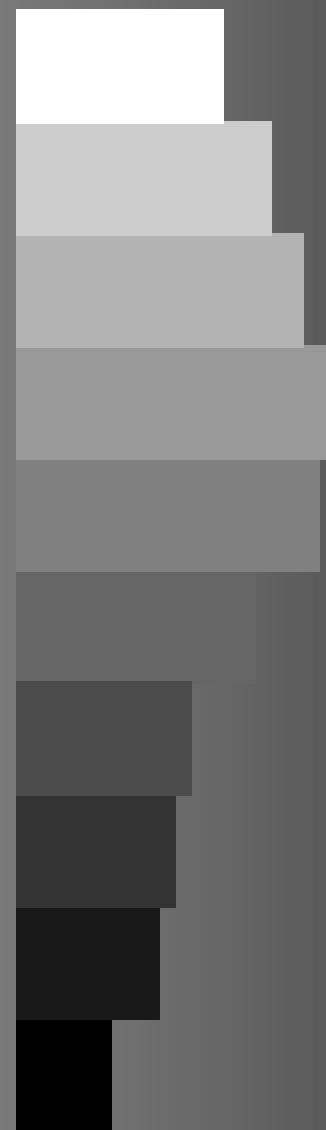


Ces belles courbes  
qui forment un point d'interrogation  
dessinent exactement la même silhouette  
que la pyramide des âges en Allemagne.

Et c'est sans doute une question sur notre avenir  
qu'elles dessinent ainsi,

puisque'il y a des liens en Europe,  
et particulièrement en Allemagne,  
entre le vieillissement des individus  
et le vieillissement global de la société.

la  
pyramide  
des âges  
tend vers  
la  
minceur





Comme dans la météo,  
comme à la bourse des valeurs,  
les hautes pressions  
créent les courants et les tendances.

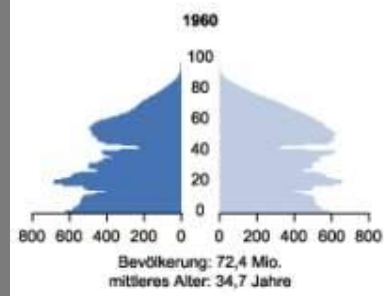
La rareté crée la valeur.

La jeunesse a toujours été un état désirable,  
aujourd'hui plus que jamais.

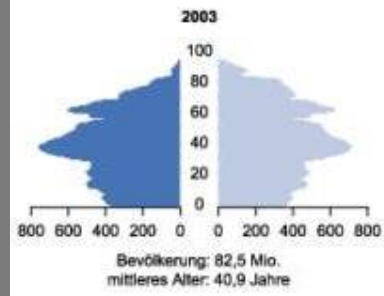
1910



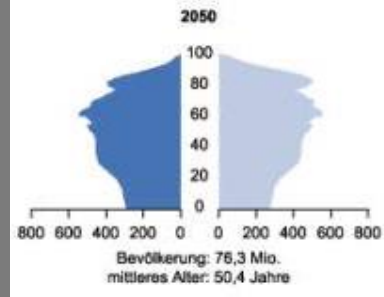
1960

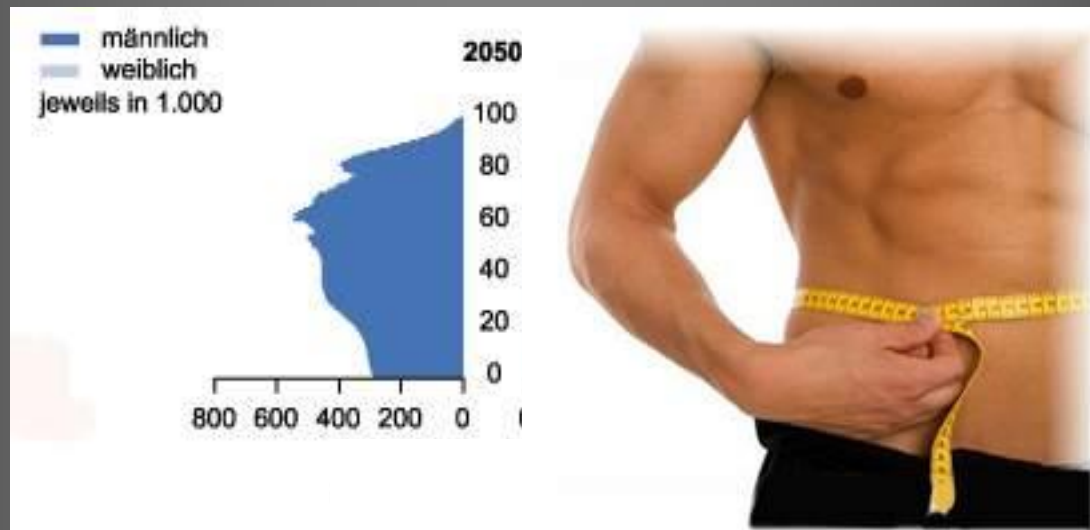


2003



2050





La silhouette de cette pyramide des âges ressemble étonnamment à celle d'un homme qui fait tout pour rester mince.

C'est sans doute l'une des fonctions de la sémiologie d'établir des liens entre des phénomènes a priori séparés. Le processus de signification est fondé sur les liens.

Malgré tout, il reste des personnes qui essayent de lutter contre le courant.



# Les signes du vieillissement peuvent devenir un enjeu politique

On peut voir ici comment des journalistes utilisent spontanément Photoshop pour idéaliser le corps du président.

Et préserver ainsi sa crédibilité et sa légitimité.



# La séduction du torrent



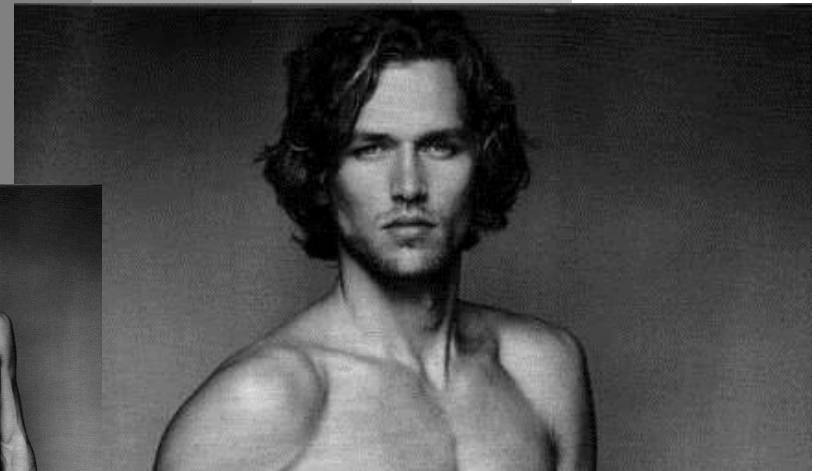
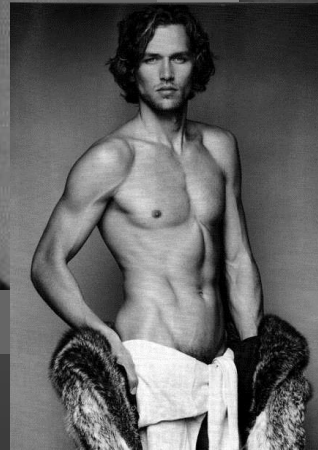
Wladimir  
Poutine

Cette photo semble dire : "voici un physique longue durée"  
Préparez-vous à me voir pendant longtemps.

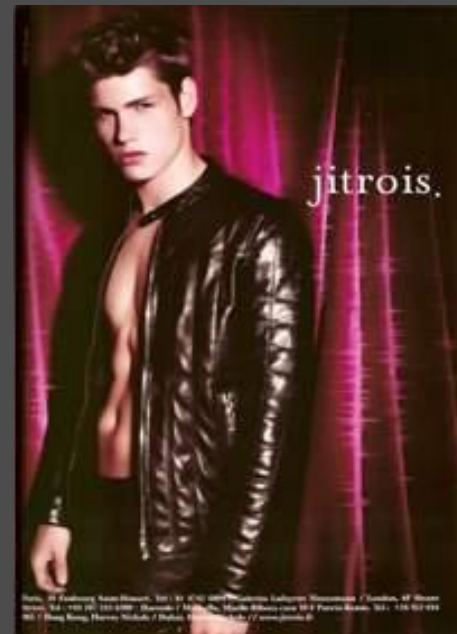


# La règle

sois mince / ne souris jamais



# Toujours plus jeune



jamais sans mon ours





# Jeune et barbu



La barbe constitue un moyen  
pour contrôler et ajuster son apparence.  
On peut choisir de se vieillir un petit peu.

# Mince



Le noir souligne la silhouette  
et accentue la minceur.

Les "must"  
aussi se doivent  
d'être minces.



SÉISSMO®



# Contrastes

les "vrais gens"

les mannequins

vieillissent

rajeunissent

le miroir est trompeur

# Contrastes

SÉISSMO®

le sportif

il devient vieux  
aux alentours de 27 ans  
parfois avant

et devient riche  
avant même de jouer

l'artiste

il est déclaré jeune  
aux alentours de 42 ans  
parfois plus tard encore

écrivain, cinéaste, chanteur, musicien, peintre  
(il devient riche après sa mort)

# Contrastes

SÉISSMO®

le sportif

l'artiste



Bastian Schweinsteiger  
Joueur de foot de l'Equipe Nationale



Herbert Grönemeyer  
Auteur, chanteur, compositeur ayant  
fêté un grand comeback

# Contrastes

le sportif

l'artiste

côté corps  
l'énergie physique  
tend à décroître

côté mental  
l'énergie spirituelle  
tend à progresser

choisissez votre voie ...



# Contrastes



## l'homme

Un chronomètre à la main  
défiant le soleil  
toujours préoccupé de ses performances  
il projette son corps dans l'espace  
il est obsédé par l'approche de l'extrême

il rêve qu'il n'y a pas de limites pour  
lui il est toujours centré  
sur son action

et un jour il s'attriste  
que son propre fils  
coure à présent plus vite que lui

## la femme

Rythmée par son horloge biologique  
en phase avec la lune

28 jours

9 mois

et vers les 50 ans

la fin de la possibilité d'être mère  
elle a le sens des limites organiques  
elle est davantage centrée sur ses sensations  
plus consciente de son corps

elle rêve de rester  
toujours proche et complice de sa fille



# Contrastes

l'homme

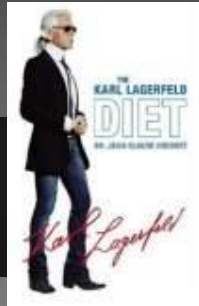


la femme



# L'emprise du jeunisme

SÉISSMO®



## côté individu

vous oubliez que vous prenez de l'âge  
vous êtes tenté de croire  
que vous pouvez échapper  
à l'avancée du temps

vous ne voulez surtout pas ressembler  
à vos parents ou à vos grands parents

en fait vous restez figé dans votre 501  
et dans votre Rock n Roll

vous rêvez que vous êtes éternel



## côté société

on accorde de la valeur  
aux nouveaux venus  
on recherche de nouveaux visages  
et de la chair fraîche

avec un effet de surenchère constant

toujours plus jeune  
aux marges de l'adolescence

jusqu'à quelle limite ?

# La loi des produits (l'esprit du consommateur)

SÉISSMO®

la consommation structure notre vision du corps

les nouveaux produits

sont

plus minces  
plus rapides  
plus légers  
plus puissants  
hyper-multifonction

orientés désir

obsolescence

les anciens produits

nous semblent

plus épais  
plus lents  
plus lourds  
plus laids

orientés désert

après quelque temps  
ils peuvent parfois devenir "vintage"

# Le Cœur du processus de vieillissement

C'est la perte d'élasticité  
Avec un double-effet-long-terme

SÉISSMO®



ramollissement

durcissement

manque de fermeté  
plus de rides  
tendance à faire des plis  
plus de bourrelets  
nouveaux rembourrages  
empâtement

manque de souplesse  
plus de raideur  
tendance à gripper  
craquements et grincements  
fissures et crevasses  
sécheresse

moins de réactivité  
moins de vitesse

# Les signes internes

## la douleur

souffrances

gémissements

certains mouvements et certains gestes  
peuvent devenir douloureux

alors nous inventons de nouveaux mouvements  
en réduisant considérablement notre aire de jeu

retour à la case : pas de sourire

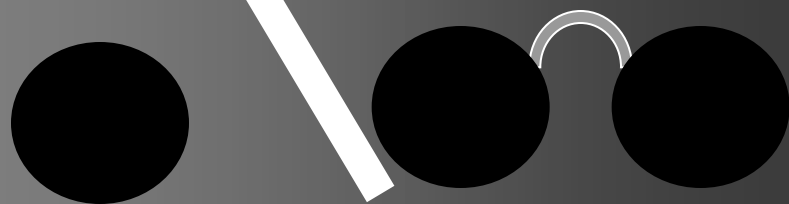
# Certaines douleurs génèrent des rides



Sur cette photographie sensible,  
on peut voir le cycle des générations.

Et comment le nouveau design  
déclasse le produit à l'ancienne.

Il est des signes  
que nous n'aimons pas voir,  
que nous préférons ne pas regarder,  
nous préférons les ignorer.  
Alors nous devenons aveugles.





**Nous espérons  
que nos enfants  
seront plus lucides  
et conscients.**

**Mais le problème  
est que  
nous n'avons pas  
d'enfants.**



# Le senior est souriant

Dans la publicité, l'homme qui prend de l'âge, est souvent représenté à l'état souriant. Quel que soit le problème à résoudre, le sourire est toujours de mise. Ainsi dans la publicité, vieillir semble se rapprocher du bonheur.

Et pourtant, le sourire ici n'exprime pas nécessairement la satisfaction, mais plutôt l'acceptation.

Ainsi le sourire n'est peut-être rien d'autre qu'une ride profonde.

Dans la culture orientale, sourire exprime souvent l'embarras ou la confusion. Peut-être somme-nous à présent sous influence orientale ?

# Le senior est souriant #1



**Wellness-Wahn:**

*„Um den Tod zu vermeiden,  
nehmen sich Leute das Leben“*

# Le senior est souriant #2



**Diabetes?**



an  
**Magnesiummangel  
denken!**

Diabetiker leiden oft unter  
Magnesiummangel:  
Wadenkrämpfe und neuromuskuläre:


**RATGEBER:  
BESSER HÖREN**

Pharmazeutische Industrie

**„Mein unsichtbares Geheimnis:  
Ich trage ein Hörgerät!“**



Anzeige



Andrew Lucchesi, Fotomodell

**„Mein unsichtbares Geheimnis:  
Ich trage ein Hörgerät!“**

# L'imperfection

Certaines imperfections physiques, comme des épaules étroites, un manque de muscles, un peu trop de gras, l'obésité ou la calvitie, sont facilement perçues comme liées au vieillissement.

Alors que ces défauts du corps peuvent se rencontrer chez des hommes jeunes ou très jeunes.

L'imperfection du corps est considérée à tort comme un effet du vieillissement, et comme une expression de l'âge.

Ainsi vieillir est avant tout perçu sur le registre de l'imperfection.

# La dernière imperfection

Mis à part le vieillissement, la véritable imperfection dont il reste à faire l'expérience, la plus grande imperfection, c'est la mort.

Alors le potentiel de séduction tend à diminuer drastiquement, et l'énergie vitale s'épuise incontestablement.

Et l'on paraît si fatigué.

Pourtant à présent, tout va bien, on est au delà du vieillissement.

Il n'y a plus de problèmes de rides, on devient totalement libre.

# La femme en tranches nouvelles multiples frontières

A présent les femmes ont recours à un miroir zoné avec des bandes séparées pour chaque étape du cycle de vie utilisant une classification décimale, comme pour des hits musicaux.

Les magazines féminins et les grandes marques, telles que L'Oréal, Clarins, déploient maintenant cette cible rayée.

En réalité, dans la vraie vie, les étapes et les états du devenir, sont plus aléatoires et plus irréguliers, liés à toutes sortes de facteurs.

Quoiqu'il en soit, la tendance est toujours d'essayer de paraître dix ans de moins que son âge.

Donc en matière d'âge, la sous-déclaration est la règle.

# Le miroir en tranches



style-beauté

à chaque âge... son contour

**20 ans hydrater et défatiguer**

**A faire**  
 Choisir une hydratante légère, non grasse, non comédogène, à base d'acide hyaluronique ou d'acide ascorbique. Éviter les produits à base d'alcool dénaturé qui assèchent la peau.

**A ne pas faire**  
 Éviter les produits à base d'acide salicylique, qui peuvent irriter la peau.

**30 ans prolonger la fraîcheur**

**A faire**  
 Choisir une hydratante à base d'acide hyaluronique et d'acide ascorbique. Éviter les produits à base d'alcool dénaturé qui assèchent la peau.

**A ne pas faire**  
 Éviter les produits à base d'acide salicylique, qui peuvent irriter la peau.

**40 ans effacer les rides**

**A faire**  
 Choisir une hydratante à base d'acide hyaluronique et d'acide ascorbique. Éviter les produits à base d'alcool dénaturé qui assèchent la peau.

**A ne pas faire**  
 Éviter les produits à base d'acide salicylique, qui peuvent irriter la peau.

**50 ans et + ouvrir le regard**

**A faire**  
 Choisir une hydratante à base d'acide hyaluronique et d'acide ascorbique. Éviter les produits à base d'alcool dénaturé qui assèchent la peau.

**A ne pas faire**  
 Éviter les produits à base d'acide salicylique, qui peuvent irriter la peau.

L'ORÉAL PARIS

PARCE QUE VOUS LE VALEZ BIEN

PORTE - PAROLE | EXPERTS

SÉLECTION BEAUTÉ

SOIN DE LA PEAU

MAQUILLAGE

## Une belle peau à tout âge



Prévenir 20 ans +

Régénérer 40 ans +

Redensifier 50 ans +

Multi-Action Day Protection Fluo	Multi-Action Day Protection Fluo	Multi-Action Day Protection Fluo	Multi-Action Day Protection Fluo	Multi-Action Day Protection Fluo	Double Serum Generation X
Anti-Redness Day	Anti-Redness Day	Hydratant	Hydratant	Hydratant	Double Serum Generation X
Hydratant	Hydratant	Hydratant	Hydratant	Hydratant	Double Serum Generation X
Hydratant	Hydratant	Hydratant	Hydratant	Hydratant	Double Serum Generation X

MESSEBAR STRAFFERE WANGENPARTIE UND BESICHTSKONTUREN IN 8 WOCHEN

NEU VON ROC

Li4

ROCCO

MESSEBAR STRAFFERE AUGENPARTIE

ROCCO

marie claire

MODE PETITS PRIX

PEOPLE ATTENTION!

mc beautébook

SÉLECTION ON VEUT TOUTES UNE PEAU NICKEL

On rêve d'un teint clair et lumineux avec un grain de peau régulier. C'est possible, à condition de choisir la bonne formule. Voici nos conseils.

**20 ans**  
 Le problème: une hydratation insuffisante.  
 Le conseil: une hydratante à base d'acide hyaluronique.

**30 ans**  
 Le problème: une hydratation insuffisante.  
 Le conseil: une hydratante à base d'acide hyaluronique.

**40 ans**  
 Le problème: une hydratation insuffisante.  
 Le conseil: une hydratante à base d'acide hyaluronique.

**et**  
 Le problème: une hydratation insuffisante.  
 Le conseil: une hydratante à base d'acide hyaluronique.

# Happy end

**P**our l'observateur extérieur, la puissance de la force de déni face au vieillissement reste une énigme. Et la question est de savoir si cette force de déni s'exerce au même degré dans toute l'aire occidentale, ou si elle est particulièrement vigoureuse en Allemagne, pour des raisons spécifiques.

Il est fort probable que cette force de déni soit à l'œuvre un peu partout, mais peut-être active à des degrés divers. Il serait intéressant de mener la même démarche d'étude dans différents pays d'Europe. A suivre donc ...

**I**l y a des thérapeutes qui font l'hypothèse que le manque de lucidité des hommes face à la question du vieillissement, et leurs difficultés à prendre en charge leur santé, pourrait expliquer, pour une part non négligeable, la différence d'espérance de vie entre hommes et femmes. Alors ... prenez soin de vous.



# L'homme qui ne souriait jamais



*Baldessarini*  
BALDESSARINI

DISTINGUE LES HOMMES DES GRANDS GARCONS

[Nouveautés](#) [Ambré](#) [CLASSIC Parfum](#) [DEL MAR Parfum](#) [Del Mar Prestige](#) [L'univers de BALDESSARINI](#) [Essayez-le](#)

Et maintenant,  
si vous souhaitez  
avoir l'air jeune,  
ne souriez  
sous aucun  
prétexte.

[Accueil](#) [Sélectionnez la Langue](#) [Baldessarini Club](#)



**VOLET SOCIO-PSYCHOLOGIQUE :**

# Le rapport des hommes à leur corps vieillissant

A large, light green oval with a thin black border, centered horizontally on the page.

APPROCHE METHODOLOGIQUE

# L'idée de départ...

- Après nous être penchés en 2006 sur la relation des femmes allemandes à leur corps, nous souhaitons cette année consacrer le Séissmograph aux hommes.
- Le point de départ de ce rapport de recherche repose dans la volonté de mettre à jour les représentations du vieillissement qu'ont les hommes et de comprendre comment ils appréhendent les changements et transformations liés au vieillissement de leurs corps.
- Pour cela, nous avons réalisé tout au cours de l'année des dizaines d'entretiens exploratoires ainsi que des journées de workshops pendant lesquelles les hommes livraient leurs imaginaires et leurs angoisses grâce au déploiement de techniques créatives et projectives.
- Nous avons bien sûr croisé ces résultats avec notre expérience accumulée tout au long de l'année dans le cadre de d'études avec des hommes sur le sujet de la cosmétique, de l'hygiène, des styles de vie et de l'automobile.

# Les obstacles...

Afin de comprendre comment les **hommes appréhendent le vieillissement** de leurs corps, **nous avons dû surmonter bien des obstacles...**



- ... l'existence de **mécanismes de refoulement** du processus de vieillissement
- ... la **bagatellisation** des changements voire transformations du corps
- ... l'amointrissement des symptômes à l'aide de **stratégies de compensation**
- ... la **dépression**, déclenchée par l'anticipation du vieillissement

Cela ne fut pas facile de mettre le « sexe fort » à nu.  
Nous (hommes et femmes, peu ridés et plus ridés), nous sommes longtemps essayés pendant la phase empirique avant de parvenir à voir derrière la façade qu'ils nous offraient.

Mais finalement, par ne nombreuses techniques de détour (par définition donc créatives, projectives et ludiques) et moyennant patience, empathie et humour - nos interlocuteurs « se sont livrés ».

- La régression via le jeu de rôle/ l'identification ...



Les hommes devaient choisir une figurine parmi un set représentatif d'archétypes de masculinité. L'idée était de comprendre la relation au corps de la personne.

- La force du non verbal ...



L'image de soi en dessins à différents stades de la vie afin de dégager les représentations et les angoisses face au vieillissement de son corps.

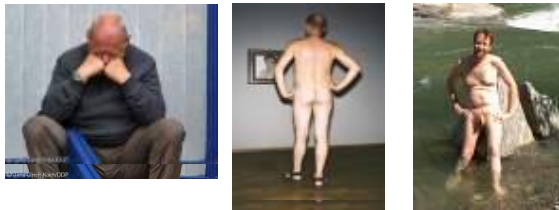


Au cours d'un workshop, les participants ont réalisé une représentation graphique (avec collage) des transformations du corps de l'homme au cours d'une vie.



Les mimes afin d'approfondir les représentations (et le ressenti associé) autour du corps vieillissant.

- La provocation et le projectif...



A l'aide d'un set de photos de représentations de corps de l'homme, nous avons approfondi les signes du vieillissement et les enjeux associés.  
*Le set a été validé par notre sémiologue.*

ENSEIGNEMENTS



1

Vieillir implique une prise de conscience de sa mortalité, c'est se rapprocher chaque jour un peu plus de l'état de dépendance et de pétrification lié à la mort imminente, c'est accepter la perte de contrôle sur son corps, l'incapacité de performer.

2

Les hommes appréhendent le vieillissement comme un état (tardif) et non comme un processus.

3

Le régime de perte infligé par le vieillissement est occulté. L'homme vieillit selon le principe de compensation : « rien ne se perd, tout se transforme ».

4

Le vieillissement est vécu dans l'espace, il est ressenti comme une perte de mobilité. Vieillir c'est ne plus pouvoir agir sur son entourage/ environnement.

5

Différentes stratégies d'ajustement (*coping*) sont mises en œuvre afin de contrôler, maîtriser, tolérer voire diminuer l'impact du vieillissement sur le corps.

1

Se confronter avec le vieillissement, c'est projeter sa mort.  
Accepter de vieillir revient à accepter sa mortalité.

Pour l'homme, accepter son impuissance (face à l'inéluctable)  
reste terriblement difficile.

### Perspectives d'avenir

(le choix de l'âge de la projection revenait à l'interviewé)

#### *BEST CASE*

- à 35 ans -

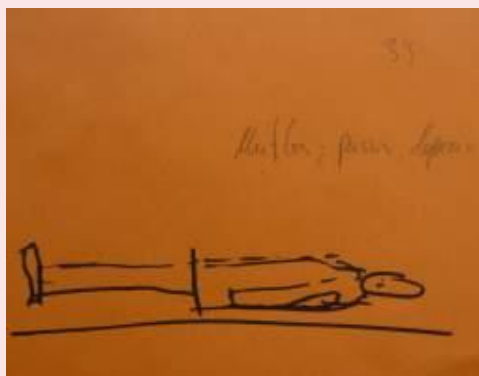


avancement

« actif, en mouvement –  
une sacoche pleine de  
bonnes idées »

#### *WORST CASE*

- à 33 ans -



« sans force, passif,  
dépressif »

- La mort a valeur de point d'orgue du vieillissement. Une pétrification du corps s'impose alors. Elle est synonyme de perte de mouvement et donc d'immobilité, mais aussi d'incapacité à interagir avec son environnement.
- Pour les hommes rencontrés, le plus traumatisant dans le vieillissement c'est la mort symbolique du corps, la grabatisation (le fauteuil roulant, l'alitement...).
- Cette angoisse latente renvoie à une peur de perte de contrôle du corps et à la dépendance aliénante en résultant.

2

Les hommes appréhendent le vieillissement  
comme un état (tardif) et non comme un processus.

Extrait d'un workshop

*« on est vieux à partir du moment où l'on atteint l'âge  
moyen, celui des statistiques – oui, c'est quand l'espérance  
de vie normale est atteinte, c'est là qu'on est vieux, donc  
vers 75 ans – oui, si là tu n'es pas mort, alors tu es vieux »*

S'atteler à comprendre le ressenti des hommes face au vieillissement  
fait émerger les **représentations bipolaires** suivantes :

vie *versus* mort

jeunesse *versus* vieillesse

corps en état *versus* corps défectueux

Une **vision manichéenne** du vieillissement :  
tout blanc – tout noir – pas de camaïeu de gris !

**Le processus de vieillissement n'existe donc pas.  
C'est le déni du vieillissement.**

## 3

Le régime de perte infligé par le vieillissement est occulté.

*« les hommes ne vieillissent pas, ils mûrissent »*

Le vieillissement des hommes est soumis à la loi physique de conversion :  
*« rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme »*

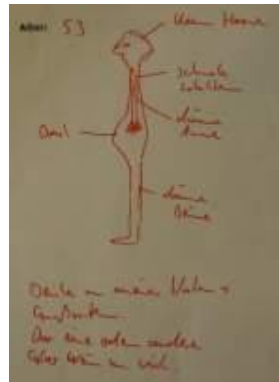
Le régime de perte que connaît le corps n'est pas ressenti comme tel. Le corps ne perd pas, il se transforme :

- à 35 ans -



*« épaules larges – biceps plus gros, ventre plus plat - pas mal le type, j'ai bien réussi »*

- à 53 ans -



*« épaules étroites, bras fins, jambes fines, ventre »*

- Les cheveux que l'on perd sur la tête se déplacent (comme par magie) pour continuer de pousser ailleurs (nez, oreilles, torse...) *« les cheveux qui étaient hier encore sur la tête, rentrent et ressortent par le nez et les oreilles »*
- La masse musculaire développée dans la force de l'âge se déplace elle aussi et vient se placer au niveau du ventre, offrant une nouvelle fierté à l'homme par son « Bierbauch » (ventre de bière littéralement). *« les muscles vont des épaules au ventre, c'est une sorte de délocalisation »*

Au-delà du corps, c'est l'être tout entier qui se transforme. Si le corps défaille, l'esprit lui se développe. La perte de la performance corporelle est compensée par le gain d'expérience et de maturité ou bien le gain matériel tout court !

## 4

Alors que pour les femmes le vieillissement est chronologique, il est pour les hommes spatial. Vieillir est synonyme de perte de mobilité. Vieillir c'est ne plus pouvoir agir sur son entourage.

- Dans la projection du vieillissement, les hommes redoutent l'immobilisation. L'homme porte en lui le besoin de se déplacer librement dans l'espace. Là encore, le vieillissement est ressenti comme l'altération voire la suppression de cette liberté de mouvement. Le corps défaillant ne leur répond plus et ne les porte plus là où ils souhaitent aller.
- Le corps qui fonctionne est le corps actif en déplacement, le corps qui répond aux ordres de mouvement. Le corps vieux est ce corps en disfonctionnement qui ne s'inscrit plus dans une interaction avec le monde qui l'entoure.

*« c'est terrible quand le quotidien devient impossible à cause de la douleur ou bien parce que l'on est immobilisé/ c'est aussi une accumulation de disfonctionnements physiques, le fauteuil roulant, c'est l'incontinence aussi – oui, c'est ne plus pouvoir sortir, ne plus pouvoir être avec les autres, ne plus attirer »*

De la voie de dépassement...



*« au niveau d'un sprint, je tiens les premiers 50 mètres, mais les enfants ont vite vu qu'ensuite je ne peux plus suivre »*

...à la bande d'arrêt d'urgence !





A light green oval with a thin black border, containing the title text.

LES REPRESENTATIONS MENTALES  
du vieillissement





# Les représentations associées aux différentes phases de vie



La jeunesse reste globalement positive et linéaire : L'homme veut se voir naître dans un corps d'homme ... et mourir dans un corps d'homme. Un corps qui sera donc sous le signe de la performance tout au long de sa vie : dans sa vie sociale, privée, professionnelle...

Age moyen de nos participants : entre 25 et 50 ans  
« *entre 25 et 40 ans, le corps ne change pas en fait* »

Une vision de plus en plus éclatée surgit avec le temps qui passe : Les images choisies s'éloignent du corps (ne s'agissait-il pas de représenter les changements subits par le corps ?) pour faire place à des objets symboles de statut compensatoire (cigares, voiture de sport, argent...). Le figé fait son apparence, les images prennent de plus en plus la forme de cercueil.

# Les différentes phases de vie en mimes



La ,banana curve`...



Orientation



Concurrence



Confiance en soi



Prise de conscience

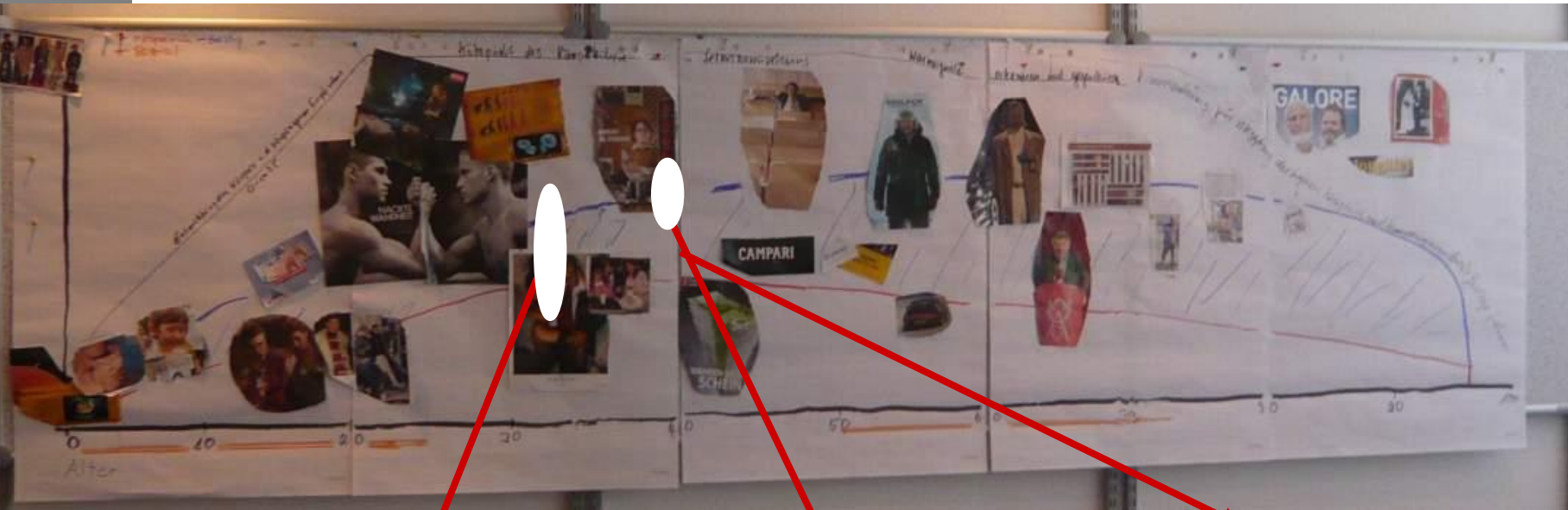


Déchéance

# Les moments clefs

Avec l'apparition des premiers signes « d'usure » liés au vieillissement, on constate un décrochage entre la courbe du corps et celle de l'esprit, du mental. L'écart devient de plus en plus grand et le mental permet de compenser la déchéance du corps. Ce décrochage symbolise la nécessité de compenser cette perte de performance physique afin de garder l'estime de soi.

*« le développement de l'esprit ne s'arrête pas/ contre la déchéance du corps on ne peut pas vraiment faire quelque chose, tandis que contre celle de l'esprit, oui, on peut »*



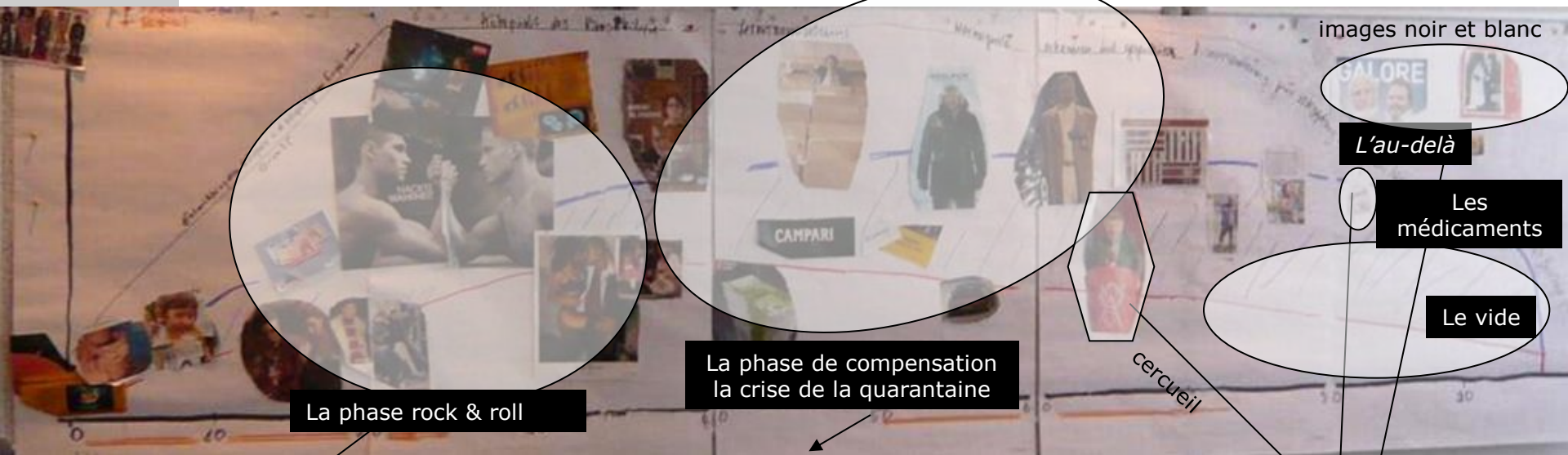
*« la courbe de l'esprit monte alors que celle du corps chute »*

*« avant on pouvait tenir toute une nuit maintenant ce n'est plus le cas »*

*« à 40 ans on est si sûr de soi que l'on pense que rien ne pourra nous atteindre et puis on découvre ses limites/ on ne parvient plus aussi vite à faire du muscle »*



# Les espaces de la construction de l'image de soi en vieillissant



Au sommet de la force physique, le corps est instrumentalisé et sert à s'imposer au sein de la société :

« jusqu'à 25 ans on accumule les points, on devient plus grand, plus fort, on se sent bien, on devient adulte, plus performant, concurrentiel »

A partir d'un certain âge (la 40aine en principe) le vieillissement et ses symptômes s'imposent à l'homme. Amputé par ce régime de perte qui s'installe, l'homme compense, contourne ces signes afin de garder le contrôle. Il s'autorise les plaisirs réservés à « son âge » :

« c'est la phase où on a besoin de se rallonger la queue [...] on se rend compte qu'on n'est plus aussi performant [...] on n'a plus cette assurance corporelle et on se rend compte que c'est du passé, parce que la phase d'ascension est terminée [...] on se concentre sur d'autres choses pour ne pas voir les cheveux blancs [...] c'est l'âge où l'on fait des choses folles... permis de moto, saut à l'élastique [...] la crise de la 40aine, c'est comme la ménopause pour les femmes, le houpla, j'ai peut-être raté quelque chose »

La dernière phase est la plus traumatisante. Elle se caractérise par un régime de perte à tous niveaux. Elle coïncide souvent avec le début de la retraite qui signe la fin symbolique de la performance personnelle au niveau social. La compensation n'est plus aussi facile alors, l'homme doit apprendre à se réorienter, à performer autrement.

# Le vieillissement en bref...

## Perte de ...



Performance  
Puissance



## Peur de ...



La solitude, la maladie,  
la dépendance



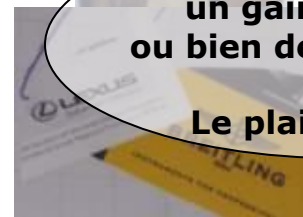
mourir

## Compensation via ...



Les objets impliquant  
un gain de statut  
ou bien de performance

Le plaisir égoïste



Afin de comprendre **ce décodage** du vieillissement,  
il importe de s'autoriser un détour pour explorer  
**les représentations mentales** du vieillissement dans notre culture.

# Les représentations mentales du vieillissement de l'homme #1



Images extraites d'un large set de photos présenté aux participants

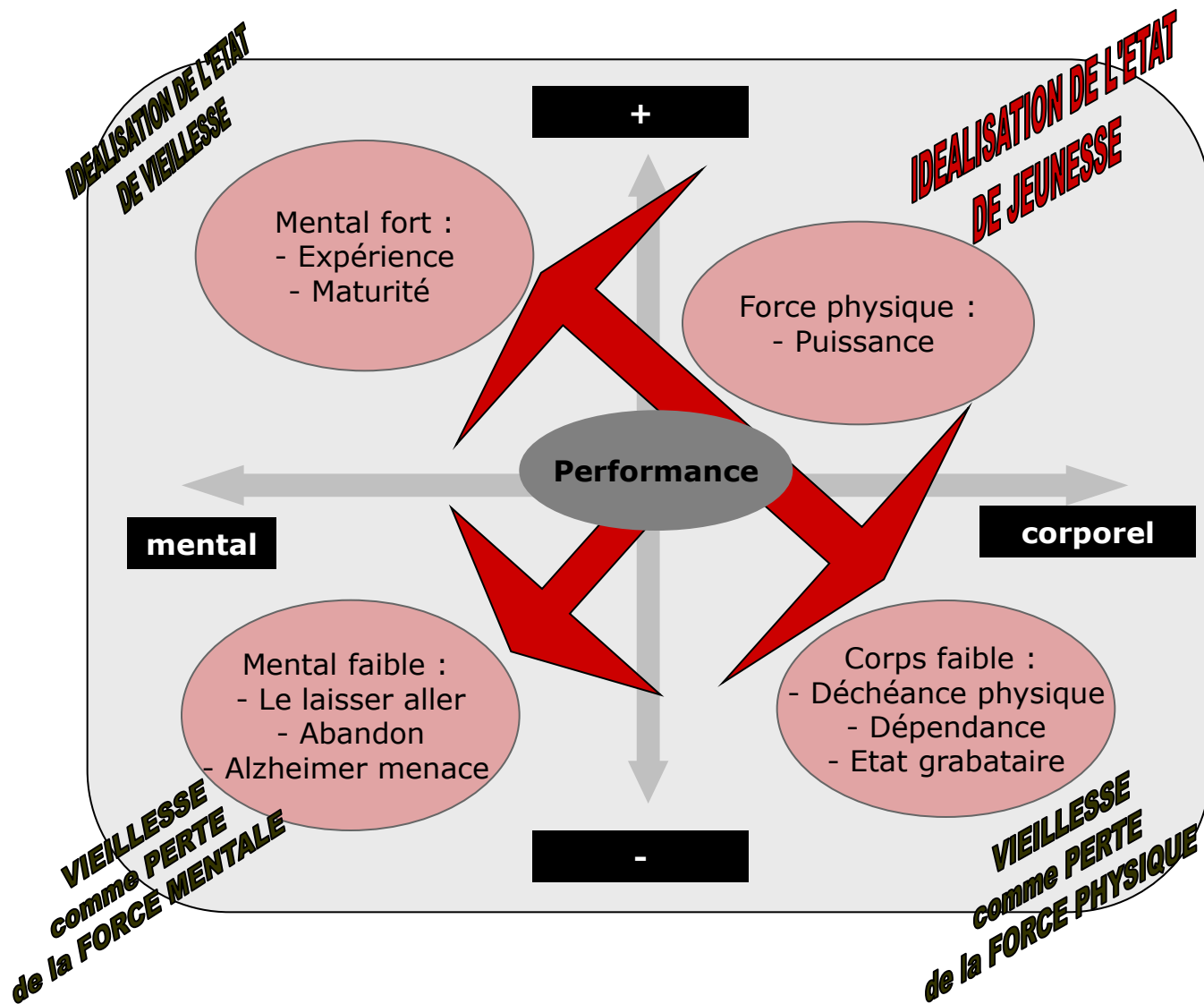
# Les représentations mentales du vieillissement de l'homme #2





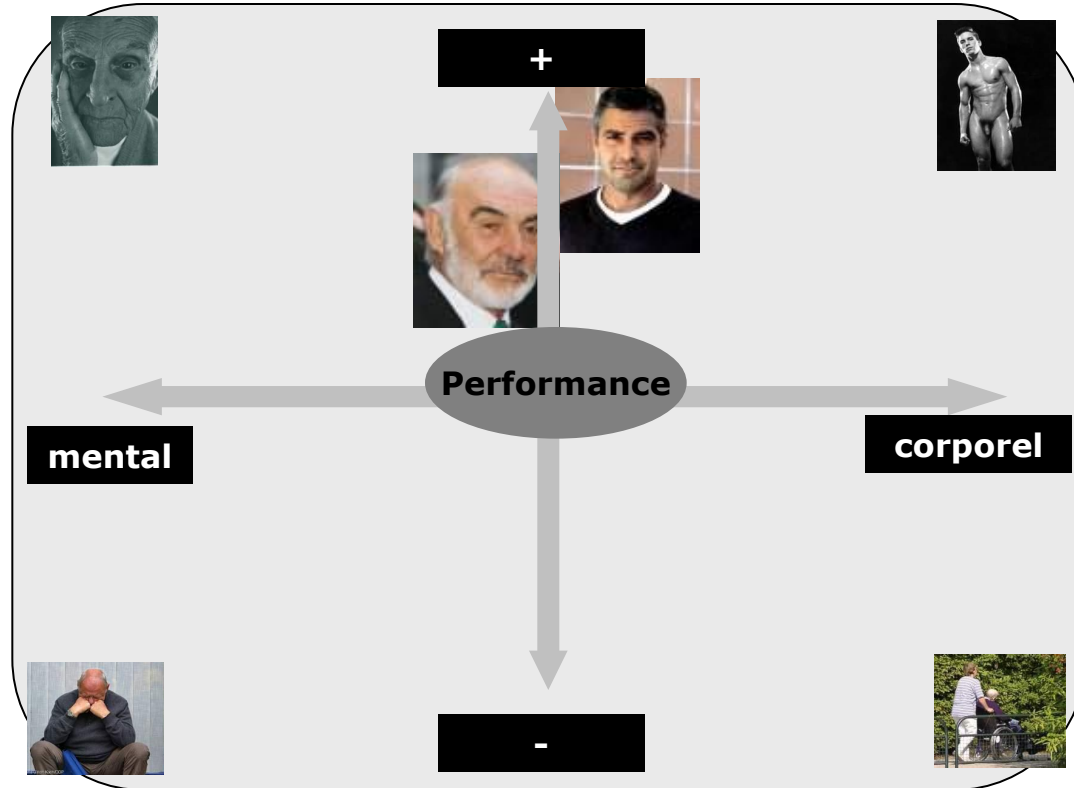
# Les représentations mentales du vieillissement de l'homme

3 scénarios prédominent le vieillissement de l'homme :





# Certaines exceptions motivent



Sean Connery et George Clooney symbolisent le vieillissement idéal. Ils parviennent à unir les forces des deux âges : la puissance physique de la jeunesse et le mental réservé aux hommes expérimentés. Le grand écart entre la vitalité physique et mentale les érige au stade de « sex symbol » pour les hommes.

*« (George Clooney), il est plein d'humour, il est cool, a le sourire coquin d'un jeune loup, mais aussi cette maturité »*

# Les signes accompagnateurs du vieillissement

## Les signes dévalorisants

Lunettes de vue  
Perruque  
Canne et déambulateurs  
Appareil auditif  
Dentier  
Fauteuil roulant  
...

## Les signes valorisants

Objet de luxe et signes ostentatoires de richesse et de réussite/ performance :  
Cigares  
Grosse cylindrée  
...

Compensation selon le principe :  
*« plus la voiture est lustrée,  
plus le gars est ridé »*



# Pour inventaire : les signes du vieillissement



Le cheveu se fait rare  
et sa couleur vire au gris  
Le front se plisse  
Poches sous les yeux et plissements autour  
Le menton s'empâte  
Taches sur la peau qui se multiplient  
Les pores restent dilatés  
« Migration » de la pousse des poils (nez, oreilles...)

Le cuir chevelu se montre  
Le ventre s'amollit et s'épaissit  
Les hanches s'enveloppent  
La fesse se dessine en soubassement  
Le corps se voute  
La cage thoracique se referme...

L'espacement et l'atténuation du désir  
L'amoindrissement de l'énergie vitale  
L'œil perd son éclat – le regard est moins déterminé  
l'incontinence, la prostate, les troubles érectiles,  
les douleurs articulaires, les troubles de la mémoire...

# Quel impact pour les hommes ?



Atteinte  
à l'image de soi –  
VISAGE

Atteinte  
à l'image de soi –  
CORPS

Atteinte à l'image  
de soi  
ENERGETIQUE

Moins problématique  
Les rides sont comme des cicatrices prouvant que l'homme a vécu...  
Des marques faisant office... de médailles de patina

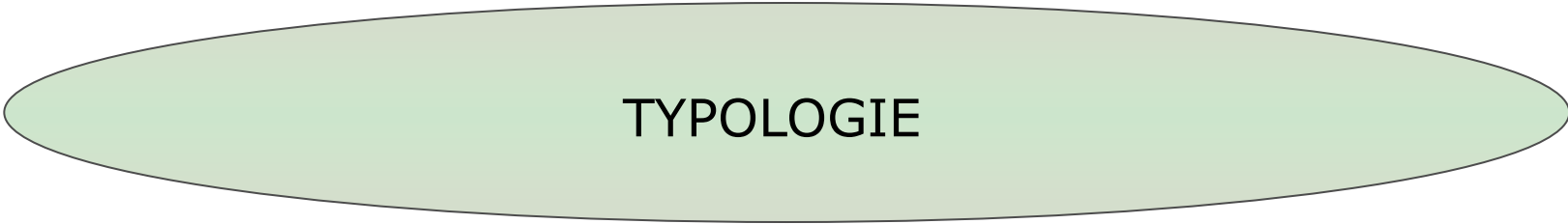


Problématique  
Nouvelle silhouette  
nouveau schéma corporel  
=> réorientation nécessaire



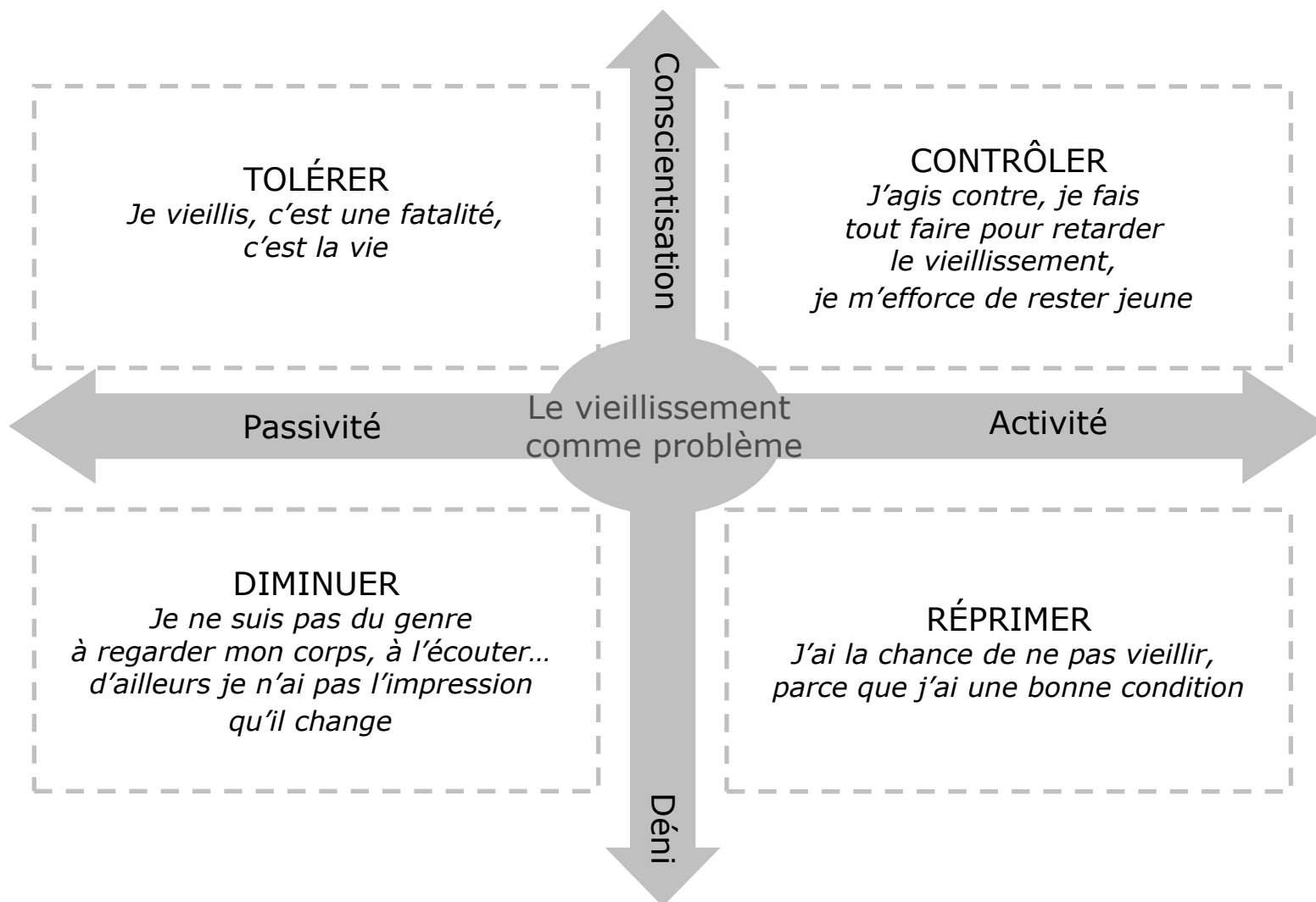
Très problématique  
Perte d'élasticité  
Perte de mobilité  
... se pétrifier





TYPOLOGIE

# Les stratégies en action face au vieillissement du corps



# Typologie d'hommes et de leur rapport à leur corps vieillissant



**Superman**



**Le beau  
prince**



**Super  
coquet**



**Richelieu**



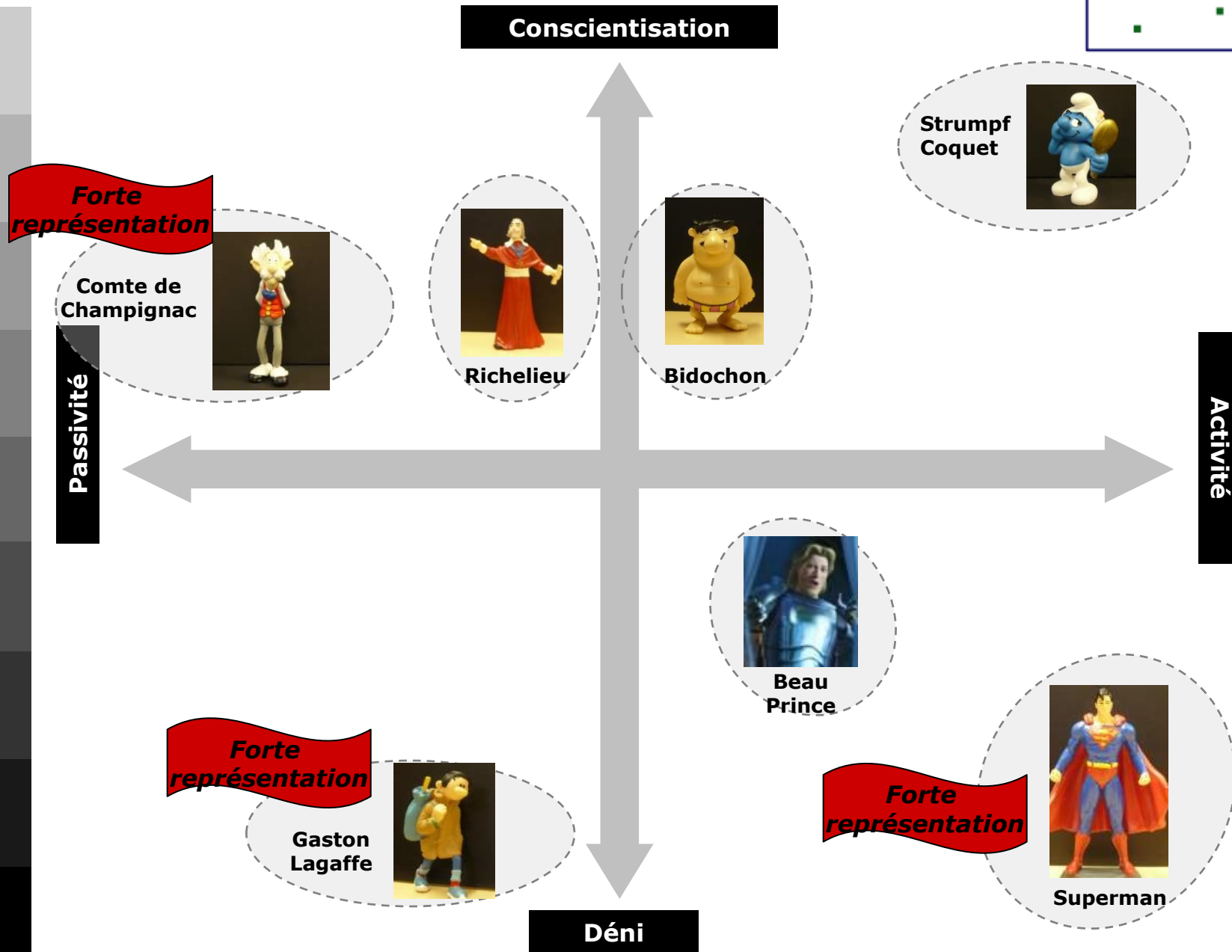
**Bidochon**



**Cork  
de Champagne**



**Gaston  
Lagaffe**



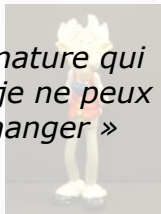


**Conscientisation**

**Passivité**

**Activité**

« c'est la nature qui veut cela, je ne peux rien y changer »



« j'ai décidé de toujours penser que je suis au Zénith de ma vie »

Richelieu

« je n'ai pas pris superman parce que maintenant j'ai ce gros ventre, avant je faisais du sport »

Bidochon

« j'ai déjà des rides, alors je fais des masques/ si un jour aller au club de gym n'aide plus, alors je me ferai liposucer/ je vais depuis peu en salle de sport pour retrouver un corps athlétique »

« j'ai fait refaire toutes mes dents/ autrefois j'avais une perruque, mais je trouvais ridicule de me cacher derrière et du coup je me suis rasé le crâne »

« je ne fais rien contre les signes du vieillissement, ceci tant qu'il n'y a pas de signes alarmants »

Gaston Lagarde

« en principe je n'ai rien besoin de faire de plus, je suis satisfait de mon corps aujourd'hui »

Superman

**Déni**

# SUPERMAN

## « droit devant »



**Des « superman »... il y en a en grand nombre. Superman se caractérise par son combat actif du processus de vieillissement, sans en avoir conscience.**

- Bien qu'agissant activement pour lutter contre l'apparition des signes du vieillissement (majoritairement par le sport), il n'avoue pas son combat. Comment pourrait-il puisque cela serait admettre qu'il vieillit, qu'il ne performe plus comme avant.**

*« je dois dire que physiquement je n'ai pas changé au cours des 20 dernières années (Andreas – 40 ans)/ j'ai plein de cheveux alors je ne pense pas que je vais perdre mes cheveux/ je n'ai plus de problème avec la perte de mes cheveux, avant je portais une perruque et vous voyez maintenant je les rase ! »*
- Superman est fort et son apparence physique doit traduire cette force. Il aime se confronter avec les générations plus jeunes afin de s'assurer qu'il est encore dans la course – encore jeune.**

*« être jeune c'est plus drôle/ je joue au tennis avec des plus jeunes, je suis rarement avec les hommes de mon âge »*
- Pour lui le vieillissement incombe à l'hygiène de vie (fumer, manque d'activité sportive, mauvaise alimentation...), ainsi, il se persuade de pouvoir contrôler le degré de vieillissement de son corps**

*« je suis content de voir que mon hygiène de vie n'a pas de répercussions quand je vois qu'au sport je peux encore me mesurer aux plus jeunes/ j'ai du ventre maintenant parce que je fais moins de sport » répercussion répercussions*
- S'assurer de sa jeunesse et donc de sa performance physique passe également par la capacité à séduire la gente féminine et à la satisfaire sur le plan sexuel. Pour ceux plus fidèles, ils chercheront un autre exutoire matériel ou physique, mais toujours dans la performance et le défi de soi.**

# LE BEAU PRINCE

## « culte du corps »

**Le Beau Prince est à comprendre comme un sous-groupe du type Superman. Il est cependant plus motivé par le maintien de la jeunesse visible de son corps que de la performance.**

- C'est moins le sport qui lui permet de retarder le vieillissement. Le Beau Prince s'attèle à la cosmétique réparatrice pour remédier aux signes visibles du vieillissement.**

*« je n'avais pas de problème avec ma calvitie, mais j'ai laissé quand même faire une perruque quand je travaillais dans l'armée, pas un truc cheap, mais un truc vraiment cher [...] je suis plus heureux avec des cheveux/ je vais me faire enlever les poches sous les yeux, au laser, c'est pas de la chirurgie esthétique, ils brûlent les poches au laser »*
- Le Beau Prince reste dans le déni même s'il intervient de façon ciblée sur son corps. Il n'admettra effectivement pas que les transformations de son corps soient liées au processus de vieillissement. Pour lui, elles sont génétiques.**
- Sa motivation première : paraître jeune, plus jeune que son âge, coûte que coûte.**

*« j'ai rasé ma barbe, parce que porter une barbe me vieillit/ mes poches sous les yeux sont si basses que l'on pourrait croire que je n'ai pas récupéré une nuit blanche ; c'est pour cela que je porte des lunettes de soleil, elles me cachent les yeux »*

# GASTON LAGAFFE

## « insouciance »



**Gaston Lagaffe refuse la confrontation avec son propre vieillissement physique. D'apparence il ne semble nullement préoccupé par son âge – mais les apparences sont toujours trompeuses...**

- Quand il s'agit de parler de son vieillissement, Gaston n'est pas très loquace, tout simplement parce qu'il l'occulte.**

*« je n'y ai jamais pensé/ au niveau des maladies liées à l'âge, non je ne vois pas quoi/ l'andropause, aucune idée, faudrait que je devine »*
- Quand il s'agit de projeter des symptômes de vieillissement, Gaston dit qu'il ne fera rien contre.**

*« la perte de la vitalité physique, cela fait partie du vieillissement, faudra bien faire avec, s'en accommoder/ l'instinct de reproduction commence à baisser chez l'homme quand il atteint les 50 ans, oui à partir de là c'est ok »*
- La confrontation avec le vieillissement est douloureuse quand elle a lieu et conduit à valoriser la maturité gagnée avec l'âge comme contrepoids à la vieillesse physique.**

*« il faut laisser la Nature suivre son cours, moi je pense que je n'agirais pas pour améliorer quelque chose, il y a certainement d'autres choses (que le vieillissement physique) qui jouent un rôle / quand j'aurai 80 ans, je saurai plus de choses qu'à 40 ans »*

# STROUMPF COQUET

## « exigence d'esthétisme »



**Le Stroumpf coquet a conscience de son vieillissement, s'observe pour détecter les traces du temps et y parer. Il fait partie de la génération des hommes ayant grandi avec de nouveaux et multiples référents esthétiques de la masculinité (culture homosexuelle, culture métrosexuelle, féminisation de la relation au corps...)**

- **Le Stroumpf coquet reconnaît les signes visuels du vieillissement et ne cherche pas à les excuser ou bien nier.**  
*« le métabolisme se ralentit à partir de 25-28 ans, après on se rend compte qu'on vieillit... il y a les rides au niveau du visage et les mains vieillissent aussi/ je fais régulièrement des masques »*
- **Bien qu'il redoute le vieillissement de son propre corps, il ne refoule pas ses angoisses mais essaie de les dépasser en agissant préventivement contre l'apparition de ces signes (et en y palliant). Ses astuces sont le sport pour travailler la plastique, et les cosmétiques voire opérations esthétiques.**  
*« c'est une déchéance, une déchéance normale, on ne peut pas l'empêcher/ bien sûr on fait attention à utiliser des produits de soin/ s'il le faut, je me laisserai faire des injections de botox »*
- **Une apparence jeune est primordiale pour ce type. Le Stroumpf coquet se voit en concurrence constante avec les autres « mâles » et veut avoir la plus belle parure.**  
*« quand je regarde les autres, je trouve que pour 33 ans je suis vraiment pas mal/ mon frère par exemple a 5 ans de moins que moi, mais en fait dix de plus/ on se sent bien quand on est en salle de sport, on gagne en confiance en soi »*



**Richelieu sait qu'il vieillit mais au lieu de combattre, il s'adapte et fait de chaque étape de vie une force. Il transcende ainsi plus facilement les pertes physiques.**

- Richelieu accuse les signes du vieillissement et ne les nie pas.**  
*« la corporéité a ses limites, la jeunesse a ses limites, la mobilité a ses limites / pour moi, le vieillissement signifie prendre du poids plus ou moins régulièrement »*
- Il n'est pas complètement inactif face au vieillissement mais n'est pas dans une logique de jeunisme. Le vieillissement n'est pas vécu uniquement négativement parce que ce type est motivé par le développement personnel, celui de son mental, l'accumulation d'expérience, le gain de maturité. Le temps est un allié dans cette quête.**  
*« la dimension intellectuelle est pour moi plus importante que le sport, voilà déjà une certitude/ pour moi ce qui compte c'est le process de maturité et non pas le vieillissement du corps qui n'est pas dramatique à mes yeux »*
- Il est à sa manière opportuniste car il s'arrange pour ne voir que le positif de chaque étape de vie. Un tel ancrage dans le moment présent représente pour lui une manière de laisser le passé devenir passé, le futur rester futur, sans regrets pour le physique d'antan, sans angoisse pour celui de demain.**  
*« pour moi, le plus beau moment de ma vie c'est toujours le moment présent/ je dois dire que je ne me suis jamais aussi bien senti qu'aujourd'hui »*
- La plus grande menace liée au vieillissement reste pour Richelieu la perte de sa force mentale et de sa faculté de réflexion.**  
*« ce qui me pose problème, c'est que ma mémoire flanche parfois et que ma rapidité de pensée a baissé aussi / on est plus vite fatigué, on ressent irrémédiablement plus le besoin de récupérer »*

# BIDOCHON

## « primat de la dérision »



**Bidochon s'apparente à Richelieu dans son attitude fondamentale face au vieillissement, seulement lui utilise l'humour pour dépasser et amoindrir le processus. Ils valorisent tous deux le gain d'expérience personnelle grâce au vieillissement : tandis que pour Richelieu c'est le gain d'intelligence et de maturité, pour Bidochon c'est l'expérience, l'assurance et la prise de recul.**

- **Bidochon sait que le temps le marque chaque jour un peu plus...**  
*« je prends les choses avec légèreté, je rigole de tout, bien sur je pourrais prendre Superman pour me présenter mais bon j'ai arrêté le sport et j'ai du ventre maintenant »*
- **N'étant plus dans la projection du vieillissement, Bidochon utilise l'humour voire l'ironie en confrontation avec les signes de vieillissement au niveau de son propre corps.**  
*« ma fille a besoin de la moitié du temps qu'il me faut pour écrire une rédaction, c'est vraiment comme cela qu'à 50 ans ça dégringole [...] il faut en prendre conscience et développer une autre relation à son corps, avec une autre conscience de son corps/ à partir d'un moment si t'es pas mort, c'est que t'es vieux/ du genre regarde la vieille petite saucisse/ même si on rapetisse, c'est pas bien grave »*



**Le Comte de Champagne a atteint un certain âge et est bien au fait de son état de dégradation physique. Il a dépassé le « processus » de vieillissement et accepté son « état » (de mortel). Il dégage une certaine sérénité.**

- Le comte de Champagne est « au-delà » du processus de vieillissement. Libéré en quelque sorte parce que déjà âgé, il lui importe de « vieillir noblement ». Il accepte son âge et en fait une force.**

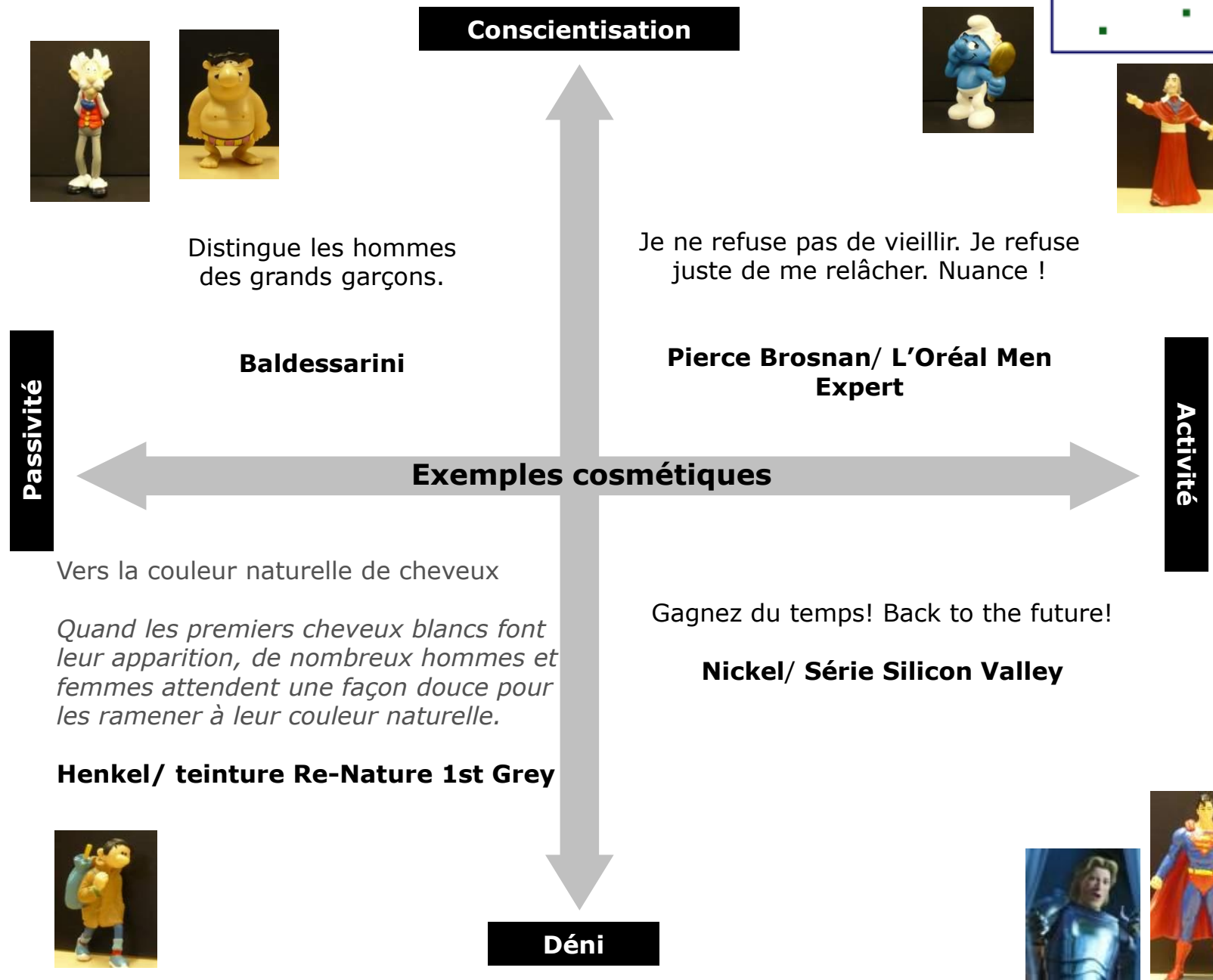
*« un jour ou l'autre on aura tous une apparence de vieux, la gonflette ne sert alors plus à rien, on en vient à d'autres critères de beauté plus naturels/ chaque corps, jeune ou vieux est unique, c'est comme cela que nous avons été conçus »*
- Vieillir implique un gain intellectuel : discernement, enseignements, maturité, expérience. Ceci est un gain noble qui transcende la perte de force physique, de puissance.**

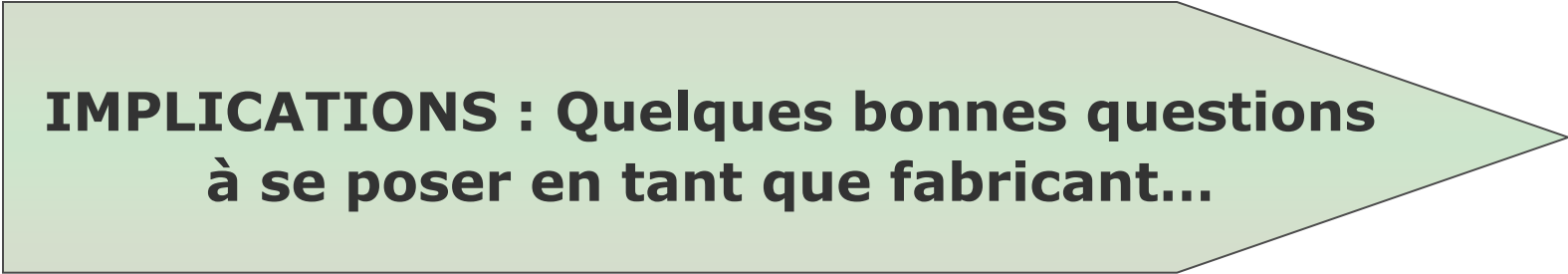
*« un visage aussi expressif que ce vieil homme, je le trouve personnellement plus esthétique que des muscles du corps bien dessinés »*
- Il s'attèle à rester digne dans l'âge, au niveau de son apparence, de sa tenue... il convient de ne pas courber l'échine face au temps qui passe, aux difficultés rencontrées qui s'accumulent au cours de la vie. Il doit affronter dignement l'isolement lié à l'âge et sa mort inéluctable.**

*« le fauteuil roulant, c'est un terminus – cela ne sert à rien d'en parler/ n'oublie jamais qu'avant tout tu es un être humain »*



# Exemples de discours adaptés



A large, light green arrow pointing to the right, containing the text. The arrow has a thin black outline and is positioned horizontally across the middle of the slide. On the left side of the slide, there is a vertical bar with a grayscale gradient from light gray at the top to black at the bottom.

**IMPLICATIONS : Quelques bonnes questions  
à se poser en tant que fabricant...**

## Mieux parler aux hommes implique...

- **D'adapter bien sûr les discours sémantiques**
  - **Lancer des défis de performance** : ils aiment le challenge, pouvoir se dépasser, il faudrait leur présenter les nouvelles gestuelles ou les nouveaux réflexes comme des obstacles à surmonter (exemple : dompter la machine à espresso *fully automatic* qui leur permet de fabriquer le capuccino le plus beau et le plus apprécié dans leur entourage).
  - **Oser le jeu et la dérision** : cela permet de dédramatiser (répondre à leur besoin de bagatellisation), mais aussi leur donne le sentiment de « maîtriser les sentiments en jeu », puisqu'ils peuvent en rire... (exemple : les soins Nickel « lendemain de fête » ou « gueule de bois »).
  - **Ne pas placer le vieillissement dans un axe temporel mais géographique** : être conscient que les hommes sont sensibles au périmètre qu'ils peuvent couvrir, le territoire sur lequel ils peuvent influencer (exemple : parler d'invalidité/ de dépendance pourrait s'avérer plus impliquant que retraite/ vieillesse...).
- **et graphiques**
  - **(Ab)user de pictogrammes** : symboles du conquérant aventurier, plaisir de celui qui sait les décrypter/ décoder... et qui sait limiter la parole au profit de l'action.

## Mieux parler aux hommes implique...

- aussi (et surtout) de faire passer les messages subtilement par d'autres éléments du marketing mix



- **Des packs technologiques et masculins** : qui permettent des dosages précis, simples et rapides ; des matériaux et effets coloriels recherchés, de valeur, plutôt froids ; des substances plutôt liquides que crémeuses, de préférence à ingérer et moins à « tartiner », qui se volatilisent en un « clin d'œil »... Gestuelle de push, qui peut jouer la carte de l'ingéniosité.



Lounge Deutsche Bahn  
à la gare de Francfort.

- **Un circuit de distribution compliqué** : chasse au trésor avec parcours fléché (impératif d'excellente signalisation afin de toujours donner le sentiment de maîtriser la navigation !), donner des lunettes de soleil à foyer loupe/ grossissants pour pouvoir mieux lire les produits, espaces de respiration pour « mecs » (magazines automobiles, bar expresso)...

Der neue Tiguan.  
Wild, wenn Sie ihn lassen.

Le nouveau Tiguan.  
Sauvage si vous le laissez faire.

- **La communication** : ils aiment construire, convaincre, argumenter... et sont sensibles à des pubs qui osent leur tenir tête (à connotation légèrement belligérante) et assènent les preuves.

## **Merci à toute une équipe :**

- Construction de l'outil méthodologique et des modes de recueil de l'information, analyse, rédaction : Christine Garnier-Coester, en bonne complicité avec le sémiologue Etienne Dobiecki
- Entretiens, analyses : Markus Kotte, Laurenz Ramdohr, Ute Arbogast, Maren Nienhuys, Tea Kobakhidze, Rabea Maschke, Christiane Trebeljahr, Hilke Westrup
- Supervision : Natacha Dagneaud

**Et merci à nos clients, qui nous permettent de faire des gains... et de les réinvestir dans ce travail de recherche.**