



A New View of Care

Executive Summary



Research by Kantar

KANTAR

Vorwort

Bei Konsument:innen weltweit verändert sich das Verständnis von Selbstfürsorge.

Was früher durch Arztbesuche, Behandlungen und grundlegende Hygiene geprägt war, hat sich zu einer erweiterten Sichtweise entwickelt, die individualisierte, präventive Maßnahmen in unserem Alltag einschließt. Heute erkennen immer mehr Menschen die Bedeutung täglicher Pflegeroutinen, die in den eigenen vier Wänden entsteht. So wird ein Wandel vollzogen, hin zu einer Zukunft, in der Gesundheit und Wohlbefinden proaktiv gepflegt werden.

Bei Kenvue glauben wir, dass tägliche Pflegeroutinen eine tiefgreifende und nachhaltige Wirkung auf das Wohlbefinden haben können. **“A New View of Care”** untersucht, was Menschen dazu bewegt, mit persönlichen Pflegeroutinen zu starten und sie beizubehalten, den Effekt von Routinen auf die Gesundheit und das emotionale Wohlbefinden sowie Faktoren, die Selbstfürsorge heute beeinflussen.

Basierend auf den Antworten von mehr als 10.000 Verbraucher:innen weltweit haben wir herausgefunden, dass Routinen die Grundlage dafür sind, wie wir uns um uns selbst kümmern. **Selbst kleine, konsistente Handlungen können zu spürbaren und messbaren Vorteilen führen.** Für viele fühlt es sich jedoch immer noch unerreichbar an, effektive Routinen aufzubauen. Wir glauben, dass sich eine effektive Routine dadurch auszeichnet, dass sie einfach anzuwenden ist, echte Bedürfnisse adressiert und langfristig einen bedeutenden Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden hat.



In diesem Report wird der Begriff „persönliche Pflegeroutine“ breit definiert und schließt eine Vielzahl von Praktiken ein, die Menschen regelmäßig anwenden, um ihr allgemeines Wohlbefinden zu fördern.

Dazu gehören die regelmäßige Nutzung von Pflegeprodukten (z. B. für Haare, Haut, Mundpflege), die Einnahme von Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln sowie rezeptfreier Allergie- und Schmerzmittel, und Maßnahmen zur gesunden Ernährung und Praktiken zur Achtsamkeit. Diese umfassende Definition wurde den Umfrageteilnehmer:innen vorgelegt, um ein ganzheitliches Verständnis von Selbstfürsorge zu erreichen, das sowohl die Verwendung von Produkten als auch weitergehende Praktiken des Wohlbefindens einschließt.

Executive Summary

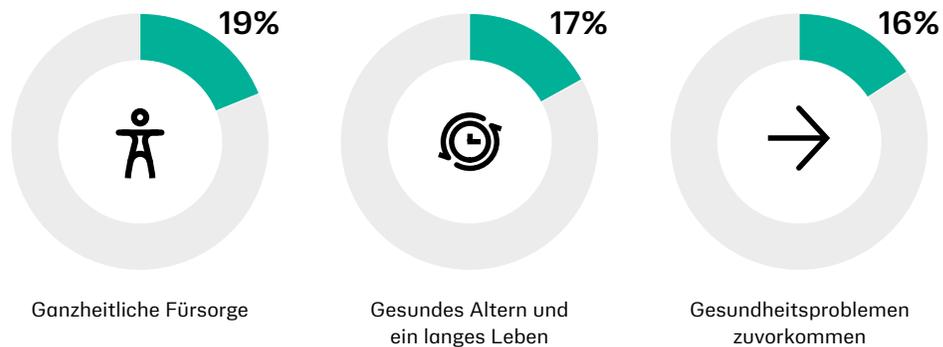


1. Selbstfürsorge erweitert die Definition von Gesundheit

Verbraucher:innen definieren Selbstfürsorge neu: Dabei gehen sie über Aspekte wie Hygiene und Schönheit hinaus und betrachten persönliche Pflegeroutinen als proaktive Instrumente, um das allgemeine Wohlbefinden, das Altern und die langfristige Gesundheit zu steuern. Diese Routinen umfassen präventive Maßnahmen, die dazu beitragen, zukünftige Gesundheitsprobleme zu vermeiden. Verbraucher:innen betrachten Routinen zunehmend als Unterstützung für ihr "vollständiges Ich – aus Geist, Körper und Seele" und nicht nur als Mittel zur Verbesserung des Aussehens.

Art der persönlichen Pflegeroutine, mit der sich Verbraucher:innen am meisten identifizieren

Arten von Routinen, die am häufigsten zur Beschreibung der eigenen Pflegeroutinen genannt wurden; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden



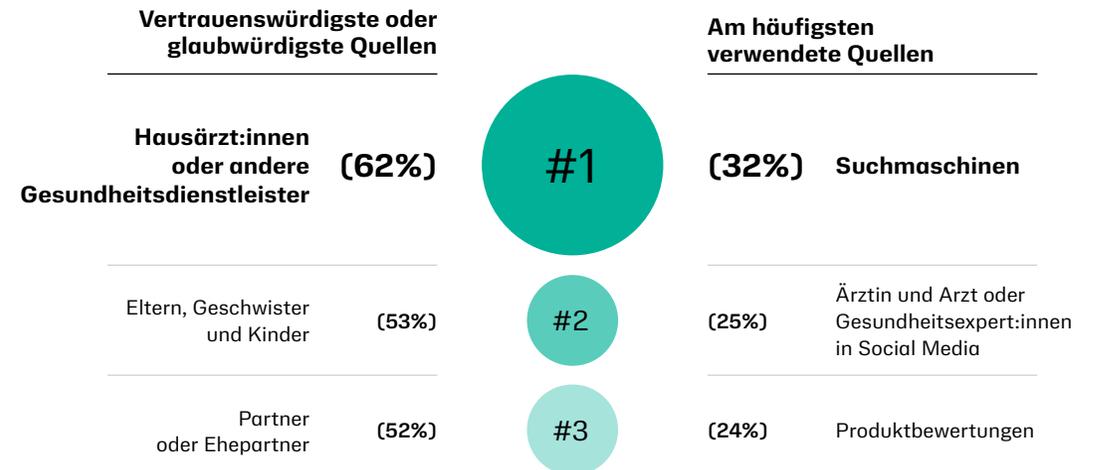
2. Vertrauenswürdige Quellen sind nicht die ersten Anlaufstellen für Informationen

Verbraucher:innen vertrauen Gesundheitsdienstleistern und Familienmitgliedern bei Fragen zur Selbstfürsorge am meisten, nutzen jedoch am häufigsten zugänglichere und unmittelbarere Quellen wie Suchmaschinen und Social Media.

Trotz der Nutzung von Online-Quellen sind viele skeptisch gegenüber Informationen zur Selbstfürsorge, die sie in Social Media finden. Sie äußern Bedenken, wie die Gefahr, gefälschte Produkte zu erwerben, und die Schwierigkeit, nicht validierte Produktversprechen zu erkennen. Influencer:innen in Social Media werden zwar als weniger vertrauenswürdig erachtet, sind jedoch bei jüngeren Zielgruppen beliebt – ein Indikator dafür, dass der einfache Zugang bestimmt, wo Menschen nach Informationen zur Selbstfürsorge suchen.

Die drei am häufigsten genutzten und vertrauenswürdigsten Quellen für Informationen zur Selbstfürsorge

Antwortdetails: Wählen Sie alle zutreffenden Optionen für die Nutzung aus; Geantwortet mit: völliges oder überwiegendes Vertrauen; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden

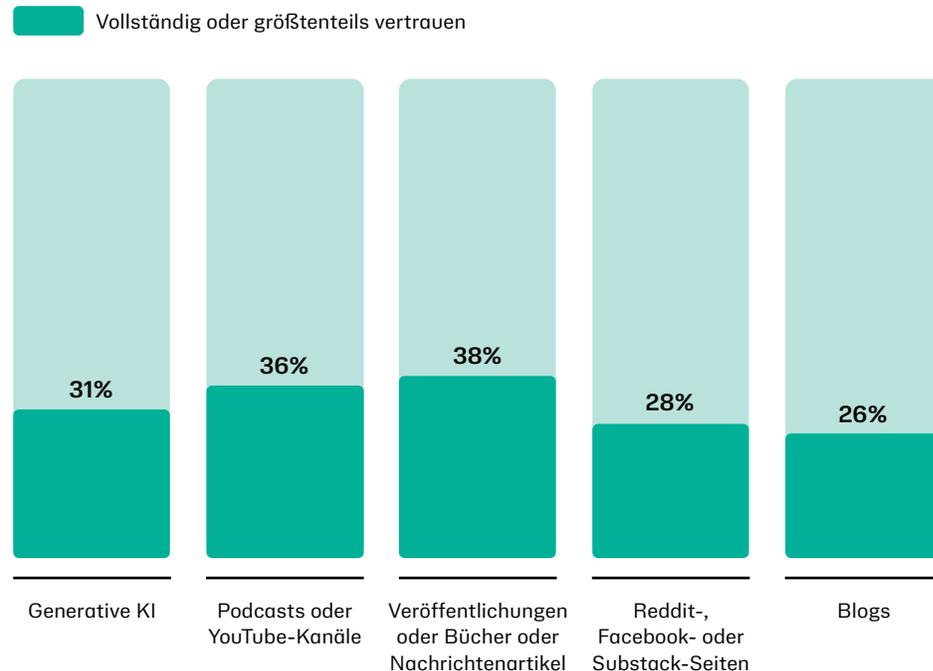


3. KI gewinnt an Einfluss, ist aber nicht vollständig vertrauenswürdig

Verbraucher:innen greifen zunehmend auch auf generative KI-Tools zurück, um Informationen zur Selbstfürsorge zu recherchieren. Das Vertrauen in diese Tools ist jedoch begrenzt – nur etwa ein Drittel der Befragten mit Routinen gibt an, den über Künstliche Intelligenz (KI) bereitgestellten Informationen zu vertrauen.

Vertrauen in generative KI und andere weniger genutzte Informationsquellen

Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden

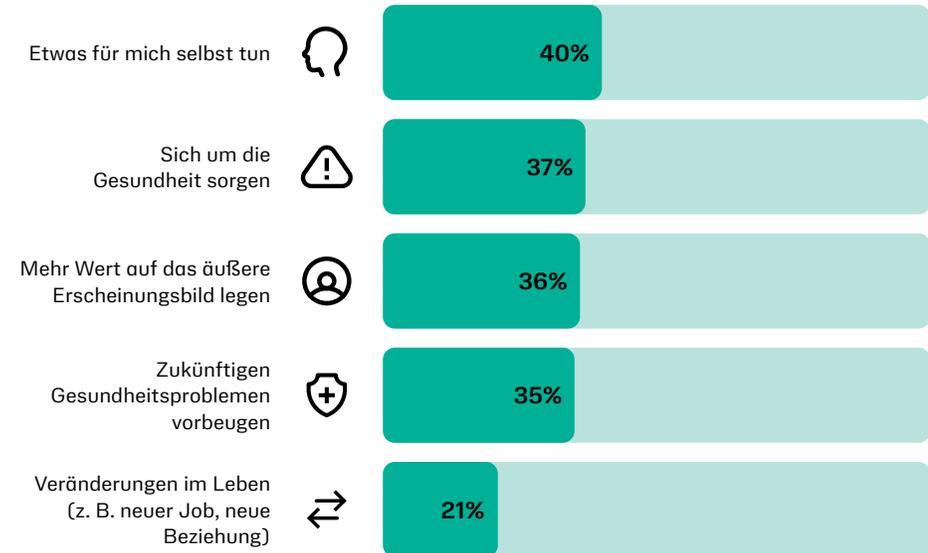


4. Selbstmotivation ist der stärkste Treiber, aber soziale Einflüsse sind ebenfalls wichtig

Die meisten Menschen beginnen eine persönliche Pflegeroutine, um etwas zutiefst Persönliches für sich zu tun, und nicht aufgrund externer Zwänge oder großer Veränderungen im Leben. Obwohl diese Motivation intrinsisch und universell ist, geben oftmals Freund:innen und Influencer:innen den entscheidenden Impuls.

Die Top 5 Gründe für die aktuelle Pflegeroutine

Antwortdetails: Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden

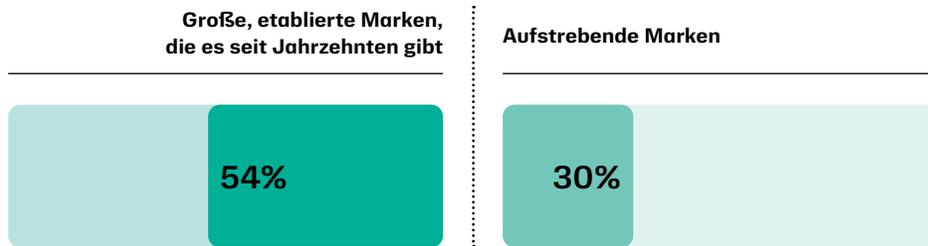


5. Etablierte Marken gewinnen das Vertrauen von Verbraucher:innen

Große, etablierte Marken werden konstant unter die zuverlässigsten Marken für Informationen zur Selbstfürsorge gezählt und gelten als erheblich glaubwürdiger als aufstrebende Marken.

Arten von Marken, denen man vertraut, glaubwürdige Online-Informationen zu persönlichen Pflegeroutinen bereitzustellen

Geantwortet mit: völliges oder überwiegendes Vertrauen; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden



6. Das emotionale Wohlbefinden ist eng mit der Regelmäßigkeit von Routinen verbunden

Weltweit fühlen sich Verbraucher:innen häufig schuldig und enttäuscht, wenn sie ihre persönlichen Pflegeroutinen nicht einhalten können. Diese Emotionen werden oft von Angst oder Sorge begleitet und führen bei einigen Verbraucher:innen zu einer negativeren Wahrnehmung des eigenen Körperbildes. Dies zeigt, wie eng die persönlichen Routinen mit emotionaler Gesundheit und Selbstwahrnehmung verbunden sind.

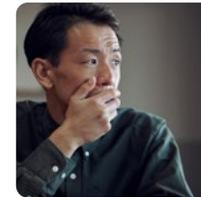
Die häufigsten Reaktionen auf eine nicht abgeschlossene Pflegeroutine

Antwortdetails: Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden



Weniger Energie haben oder sich weniger motiviert fühlen

24%



Sich schuldig oder enttäuscht fühlen

23%



Gestresst, ängstlich oder besorgt sein

22%



Negativer gegenüber dem eigenen Körperbild sein

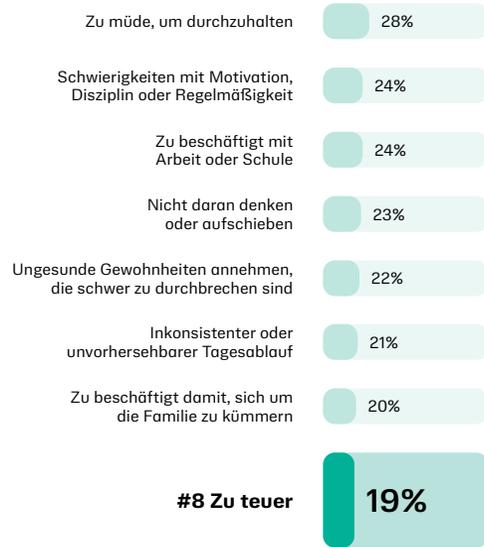
20%

7. Kosten sind kein Hindernis für die routinemäßige Selbstfürsorge, aber finanzieller Druck beeinflusst die Regelmäßigkeit

Die meisten Verbraucher:innen unterbrechen ihre Routinen nicht aufgrund von Kosten; der Einwand "zu teuer" rangiert lediglich auf Platz acht unter den Hindernissen. Jedoch beeinflussen finanzielle Aspekte, wie regelmäßig Produkte genutzt werden.

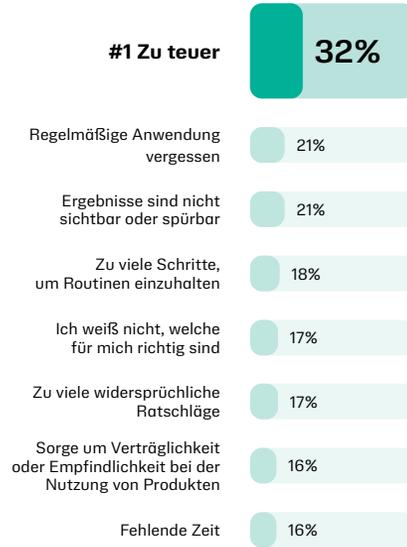
Die größten Hindernisse für die Einhaltung von Routinen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden



Die größten Hindernisse für die regelmäßige Verwendung von Produkten zur Selbstfürsorge

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus; Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden

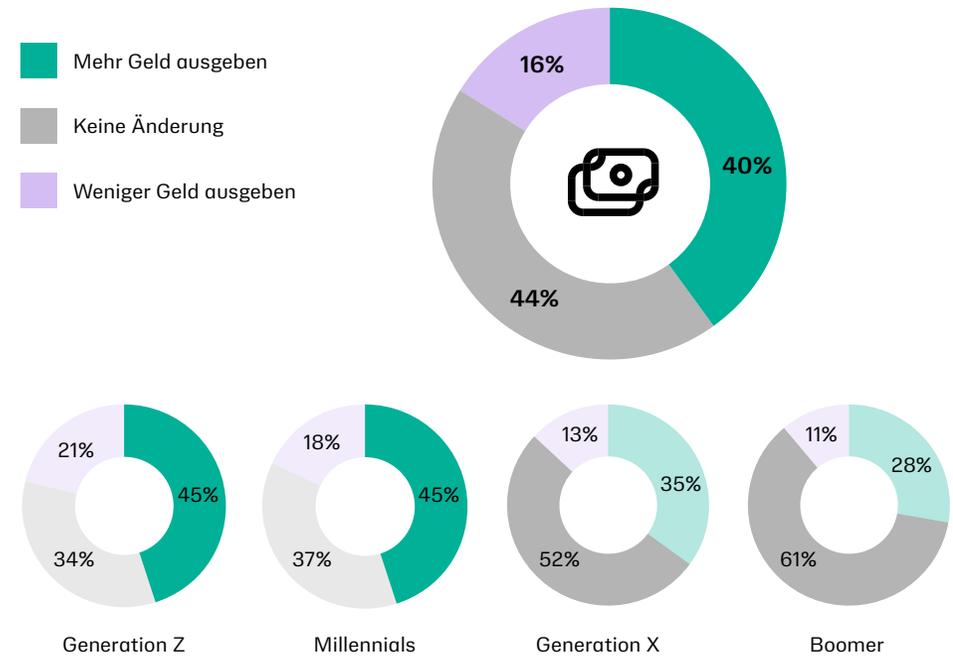


8. Jüngere Generationen planen, Investitionen in Selbstfürsorge zu erhöhen

Gen Z und Millennials beabsichtigen, die Ausgaben für Selbstfürsorge zu erhöhen, während ältere Generationen erwarten, dass ihre Ausgaben konstant bleiben. Dieser Generationenunterschied weist auf einen wachsenden Stellenwert von routinemäßiger Selbstfürsorge unter jüngeren Verbrauchern:innen hin.

Pläne haben, die Ausgaben für Routinen im nächsten Jahr zu ändern

Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden

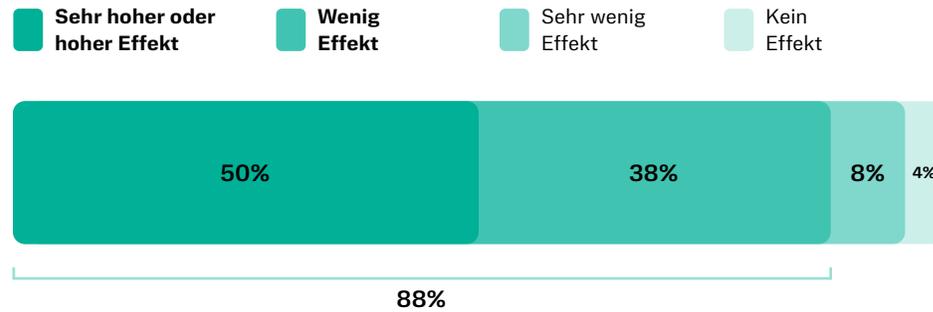


9. Bereits ein geringer Zeitaufwand für Selbstfürsorge wird als Mehrwert für die Gesundheit wahrgenommen

Die meisten Verbraucher:innen widmen ihren täglichen Pflegeroutinen weniger als 30 Minuten. Trotz des geringen Zeitinvests glauben Verbraucher:innen weltweit, dass ihre täglichen Routinen einen echten Unterschied machen und einen positiven Effekt auf ihre Gesundheit haben.

Effekt der persönlichen Pflegeroutine auf die Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens

Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden



10. Wissenschaftlich fundierter Rat fördert die Weiterentwicklung von Routinen

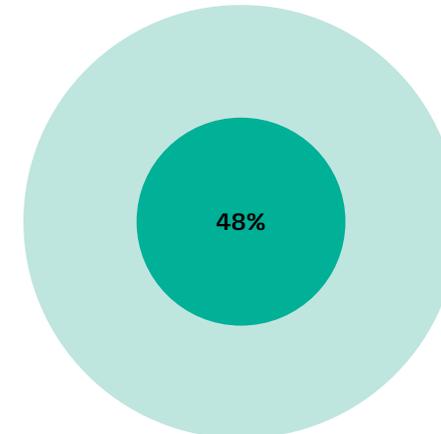
Fast die Hälfte der Menschen, die ihre Routinen im nächsten Jahr verändern möchten, gibt an sich dabei von ihren Hausärzt:innen oder anderen Gesundheitsdienstleistern leiten zu lassen, hauptsächlich weil diese Quellen "wissenschaftlich fundiert" sind.

Einflussreichste Informationsquelle, die zur Veränderung von Routinen bewegt

Unter Verbraucher:innen weltweit, die Routinen anwenden

Die wichtigste Informationsquelle, die Einfluss darauf haben kann, ob Menschen ihre persönliche Pflegeroutine im nächsten Jahr ändern

#1
Meine Hausärztin oder Hausarzt oder andere Gesundheitsdienstleister



Der Hauptgrund, warum Menschen sagen, dass ihre Gesundheitsdienstleister sie im nächsten Jahr zu einer Veränderung ihrer Routine bewegen könnten

#1
Stellen wissenschaftlich fundierte Informationen zur Verfügung

