

1^{ère} PARTIE :

ETAT DE LA QUESTION

1 - Des sociologies de l'alimentation à la sociologie du mangeur

Ce chapitre a pour ambition de présenter un état sociologique de la question de l'alimentation. L'intitulé entend *sociologies de l'alimentation* au pluriel, car nous verrons au cours de développement qu'il y a effectivement nombre de manières de penser les pratiques alimentaires. Nous n'aborderons point ici les multiples grilles d'analyses de ce sujet, mais tenterons de restituer celles qui nous paraissent essentielles à cette recherche.

Dans un premier temps, nous exposerons comment et avec quels auteurs l'alimentation est devenue un champ de recherche en sciences sociales. La seconde partie présentera les grands paradigmes sur lesquels se sont bâties les sociologies de l'alimentation. Enfin, nous expliquerons les différents concepts de la sociologie interactionniste des mangeurs, et en quoi ils peuvent être utiles pour comprendre notre sujet.

L'alimentation champ de recherche

Le premier intérêt sociologique pour l'alimentation a peut-être été esquissé par Maurice Halbwachs. Bien que d'autres études sur la consommation ou sur les parts des revenus des ménages accordées à la nourriture avaient déjà vu jour, il ne s'agissait pas de recherches relevant du domaine des sciences sociales, mais des sciences économiques. Halbwachs a marqué un tournant dans la pensée de l'alimentation. Conformément à son contexte, il pense bien évidemment que le besoin de nourriture apparaît comme plus naturel que tous les autres. En revanche, il ne manque pas d'y ajouter une explication d'ordre sociale. Selon la formule du fait social de Durkheim, il tente de rechercher les variables (professions, tailles des familles, revenus...) qui pourraient expliquer les pratiques de consommation objectivées à partir du budget des ménages. A cette époque, la perspective d'Halbwachs est très novatrice. D'une certaine manière, il est le premier auteur à chercher une interaction entre le biologique et le sociologique, par rapport à l'alimentation humaine (toujours considérée auparavant comme une adaptation au biotope). Jean-Pierre Poulain confirme cette novation dans son ouvrage *Penser l'alimentation* : « on peut dire que c'est avec Halbwachs que les pratiques alimentaires acquièrent véritablement le statut de fait social¹ ». Statut encore très controversé dans l'ensemble de la recherche.

Marcel Mauss est sans doute le premier auteur ayant donné l'impulsion de toutes recherches relatives aux techniques du corps et de la consommation. Celui-ci a déconstruit une pensée dominante dans l'histoire de l'ethnologie qui catégorisait les usages culturels et sociaux du corps dans la rubrique *divers*. Dans un extrait du *Journal de Psychologie*, XXXII, celui-ci nous cite à ce propos : « il y a toujours un moment où la science de certains faits n'étant pas encore réduite en concepts, ces faits n'étant pas même groupés organiquement, on plante sur ces masses de faits le jalon de l'ignorance : divers² ». En repensant cette notion, Mauss a mis l'accent sur le fait que les usages du

¹ Poulain J.P., Corbeau J.P., *Penser l'alimentation*, Ocha/Privat, Paris, 2002

² Mauss, *Sociologie et anthropologie*, PUF, Paris, 1950, 1950, p. 365

corps ne sont pas d'ordre naturel, mais enracinés dans la culture d'une société. Le fait de manger, besoin dit « primaire » selon la hiérarchisation de Malinowski, relèverait donc d'un ensemble technique (mouvements et formes) transmis socialement. D'autre part, il a aussi relevé que ces phénomènes sociaux liés au corps n'ont rien de *divers* mais sont spécifiques à des sociétés déterminées. C'est le cas de la nage, de la démarche et toutes autres « attitudes du corps ». Dans le second chapitre, l'auteur a démontré par l'intermédiaire des nombreuses descriptions ethnologiques recueillies, que les techniques du corps pouvaient varier à l'intérieur d'une même société en fonction du sexe, de l'âge, du rendement et de bien d'autres facteurs. Mauss a consacré un court paragraphe à propos des techniques de consommations telles que boire et manger. Il a cependant permis de rompre avec la pensée de Mac Gee, qui empruntait bon nombre d'explications fondées sur l'évolutionnisme. Il nous cite à cet effet : « Absence et usage du couteau. Une énorme erreur de fait est celle de Mac Gee qui crut avoir observé que les Seri (presqu'île de la Madeleine, Californie), étant dénués du sens du couteau, étaient les plus primitifs des hommes. Ils n'ont pas de couteau pour manger, voilà tout ³ ». Ainsi, en 1934, Mauss a véritablement marqué une avancée significative dans toute approche relative aux techniques du corps et de la consommation. Il a laissé, selon ses propos, des « terres en friches » en effaçant toutes marques évolutionnistes ou explications naturelles.

A cette même époque, Audrey Richard publie un ouvrage relatif à l'alimentation et à la nutrition dans les sociétés traditionnelles : «Hunger and work in Savage Tribe, Routledge, 1932». Cet ouvrage utilise ses observations menées en Rhodésie sous la direction de Bronislaw Malinowski. D'influence fonctionnaliste, ses travaux portaient sur le mariage, la parenté, les rituels d'initiation chez les filles et sur le rapport de la tribu à l'alimentation et à la nutrition. Du fruit de ces observations, elle avance dans sa publication la thèse que la nutrition est un processus plus fondamental que la sexualité car, affirme-t-elle, c'est un besoin essentiel et même vital, ce que n'est pas la sexualité. Par son étude, Audrey Richards peut être considérée comme la pionnière de l'anthropologie alimentaire.

Magaret Mead, figure incontournable de l'anthropologie a contribué à ce nouveau champ de recherche. En effet, lors de la seconde guerre mondiale, elle devient Secrétaire général du Comité des habitudes alimentaires. Outre les aspects anthropologiques, elle insiste sur les éléments biologiques, socioculturels et psychologiques. Ses études placent donc l'alimentation dans un environnement naturel et social. Durant l'exercice de ses fonctions, elle publie entre autre un manuel pour *l'Etude des pratiques alimentaires* (Bulletin of National Research Council, National Academy of Sciences, n°111) et impulse des campagnes de nutrition durant la guerre.

Après cette approche de type culturaliste, le courant structuraliste vient ensuite s'intéresser aux habitudes alimentaires. La première analyse structurale fut faite par l'un de ses pères fondateurs : Claude Lévi-Strauss. Selon son paradigme, ce ne sont pas les pratiques alimentaires et ses processus sociaux qui importent, mais les règles et les conventions. L'idée de fond est que ces dernières agissent à partir de structures profondes. Dans *Le Cru et le Cuit* paru en 1964, Lévi-Strauss établit un « triangle culinaire ». Selon l'anthropologue, trois sommets se distinguent dans ce triangle commun à toutes cultures : le cuit, le cru et le pourri. Dans cette pensée, le passage du cru au cuit s'opère par un processus culturel, alors que les passages du cru/cuit au pourri sont des processus naturels. Entre les sommets du triangle, des situations intermédiaires apparaissent. Par exemple, le rôti laisse du cru à l'intérieur et reste plus proche de la nature alors que le bouilli, en éliminant totalement le cru, est plus proche de la culture.

³ Mauss, *Sociologie et anthropologie*, PUF, Paris, 1950, p. 383

En s'inspirant de cette analyse, Mary Douglas prolonge des pratiques alimentaires par la publication d'un article qui connut un grand retentissement dans la communauté scientifique : *Les structures du culinaire* (Structures of Gastronomy, extrait du Rapport de la Russel Sage Foundation, 1976-1977). Cet article questionne de manière pertinente le rapport entre le comestible et ses perceptions. Comment certaines cultures admettent certains mets comestibles et que d'autres les jugent toxiques ? Afin de répondre à cette question, l'anthropologue utilise des exemples de sa propre société tel que le renard (aliment non consommé en Grande Bretagne et a contrario considéré comme mets délicat en Russie) et part du postulat que le refus d'une société à consommer certaines nourritures est fondé sur un sentiment d'ordre esthétique et non physiologique. De plus, pour Mary Douglas, c'est la culture qui permet aux hommes de classer, évaluer et hiérarchiser. Cette activité cognitive caractéristique de l'homme organise donc son environnement en systèmes et sous systèmes. La différence majeure entre sa pensée et celle de Lévi-Strauss réside dans le concept de culture. Douglas pense que la culture établit des valeurs ou un ensemble de règles de conduite qui s'assemblent pour constituer un *pattern* intelligible. Ces échelles de valeurs, soutenues par les manières dont les hommes les utilisent pour mesurer et comparer ce qu'ils font, créeraient des systèmes de communications portant sur le comestible, la satiété et le toxique. Afin d'étayer ses recherches, l'auteur propose plusieurs exemples de classification du comestible au travers de trois sociétés. Mary Douglas fait aussi un retour sur sa propre société en utilisant la recherche de Nicod qui étudia le système alimentaire des familles ouvrières anglaises. Grâce à cette étude, elle dégagait la distinction entre chaud et froid en Grande Bretagne, les codes sociaux ou signaux annonçant la fin du repas et par conséquent la satiété de l'individu, et d'autres principes guidant l'alimentation dans la société anglaise. Son dernier point consacré à l'ébauche d'une approche qui tenterait de comprendre les tendances qui se dessinent dans les habitudes alimentaires. En regroupant des données statistiques, l'anthropologue explique que les *patterns* de consommation montrent que certaines denrées de base, tels que le pain et la pomme de terre, occupent une part de plus en plus faible dans la dépense alimentaire globale des Anglais. Ce constat lui donne l'ambition d'ouvrir de nouvelles voies de recherches. Elles permettraient d'étendre les règles restrictives de l'alimentation en terme de variété, et de produire des changements radicaux dans la structure du menu. Nous retrouvons cette idée principalement dans la conclusion de l'article et proposons de l'illustrer : « Nous serons sans doute de plus en plus conscients du caractère artificiel des règles restrictives de notre alimentation. Quand nous aurons compris que l'idée que nous nous faisons de ce qui est comestible est, pour l'essentiel, enraciné dans la culture et non dans la nature, alors nous pourrions penser aux éventuelles révolutions alimentaires du futur ⁴ ». Dans son ouvrage *De la souillure. Essai les notions de pollution et de tabou* (La découverte, 1981), elle reprend et approfondit cette étude en montrant que nos dégoûts ne sont pas individuels mais qu'ils sont déterminés par des règles culturelles.

Dans cette filiation, Pierre Bourdieu fait paraître un ouvrage en 1979 s'intitulant *La distinction* (Paris, Les Editions de Minuit, 1979). La thèse avancée est que les goûts dépendent de l'origine sociale des mangeurs. Plus précisément, les goûts obéissent à une construction sociale déterminée par l'appartenance de classe et donc l'origine sociale. Il y aurait donc une homologie entre la structure des classes et la structure des goûts. Le champ culturel fonctionne donc comme un système de classement, opposant les goûts qui sont aussi des dégoûts : ils fonctionnent à la fois comme facteur d'intégration, attestant de l'appartenance à une classe, mais aussi comme facteur d'exclusion. Pour prendre l'exemple des classes populaires, elles sont situées à

⁴ Douglas, *Les structures du culinaire*, Seuil, 1979, p. 165

l'extrémité de l'espace social et sont donc condamnées au choix du nécessaire. En ce qui concerne l'alimentation, leur choix se tournerait vers des nourritures grasses et abondantes car leur *habitus* est tourné vers la valorisation de la force physique et inversement pour les classes dominantes. Dans cette pensée, les pratiques culturelles et les jugements émis par les agents sont des produits sociaux qui s'inscrivent dans une hiérarchie allant du plus légitime au moins légitime.

Les sociologies de l'alimentation

Dans les années 1980 se développe un nouveau corps de connaissance qui regroupe un certain nombre d'auteurs contemporains Anglo-saxons dont les figures emblématiques sont Goody, Mennel et Harris. Cette perspective « développementaliste » dont l'expression, fort peu utilisée en français, se rapprocherait plutôt de la sociologie dynamique de Balandier, ne pourrait être réduite à un courant de pensée en raison d'un certain nombre d'idées divergentes entre les différents chercheurs. Cependant, ces sociologues et anthropologues ont tous en commun une position critique par rapport au structuralisme de Levi-Strauss et de Douglas. Le principal reproche adressé à ce courant est le fait qu'ils sont incapables de prendre en compte la dynamique des changements sociaux. Comme nous pourrions le remarquer au travers des études des trois auteurs que nous allons brièvement présenter, leurs pensées sont tournées essentiellement vers le dynamisme social. C'est le cas de Mennel qui propose de rendre compte du processus de contrôle de l'appétit en situation d'abondance alimentaire. Très inspiré des écrits de Norbert Elias, il utilise l'expression de « civilisation de l'appétit » pour nommer ce processus. Selon lui, cette *civilisation de l'appétit* et la culture du goût ne peuvent apparaître que lorsque l'on est sûr de manger à satiété. Aussi très tourné vers le changement, Goody travaille principalement sur les sociétés africaines. Celui-ci pense que les transformations dans les pratiques alimentaires des groupes ethniques étudiés, principalement au Ghana, ne peuvent être saisies en occultant le présent. En plus de restituer les mutations liées à la colonisation, il faut les réinsérer dans le phénomène croissant de globalisation des systèmes de production alimentaire. La troisième figure de cette perspective est Marvin Harris. Ce chercheur prend le contre-pied de la thèse de Lévi-Strauss dans son livre *Bon manger: les énigmes des aliments et de la culture (Good to eat : riddels of foods and culture, 1986)*. Pour lui, tous les tabous alimentaires et interdits ne sont justifiables d'une analyse qu'en termes d'avantages écologiques. Contrairement au structuralisme lévi-straussien qui pense l'aliment « bon à manger » comme « bon à penser », ce dernier pense que la supposée irrationalité des cultures s'effacerait devant la rationalité de l'adaptation au territoire, cette rationalité échappant à la conscience même des individus. La thèse de la logique adaptative, comme fonction latente dans une culture, a été ensuite contrée par Garine et Fischler au travers de nombreux exemples qui démontraient le contraire.

Ce dernier auteur, Claude Fischler, ne s'est pas arrêté à une simple critique de mouvement « développementaliste » mais a véritablement révolutionné les sociologies de l'alimentation par une pensée qui emprunte très largement au mouvement interdisciplinaire promu par Edgar Morin dans les années 1970. Mouvement qui part du postulat que nos activités biologiques les plus élémentaires, le manger, le boire, le rejet, sont étroitement liées à des normes, des interdits, des valeurs, des symboles, des mythes et bien entendu des rites. Activités et pratiques non pas guidées par la nature de l'homme, mais soumises à sa culture propre. A l'instar d'Edgar Morin, Fischler va marquer le point de départ de ce mouvement, dans le numéro 31 de la revue *Communications* (1979), où il signe la présentation, et un article s'intitulant : *Gastronomie et gastro-anomie*. Dans sa présentation, Fischler annonce sa volonté de

sortir des sentiers battus afin de travailler dans les *marges et les interfaces disciplinaires*. Ce discours est aussi présent dans l'*Homnivore*, où il fait valoir la transdisciplinarité en dénonçant la barrière entre les « sciences dures » et les « sciences molles » métaphorisé par *La grande muraille* : « Ainsi, de part et d'autre, la « grande muraille » dressée entre sciences de l'Homme et de la nature est longtemps restée le seul horizon du savoir et des interrogations. (...) Il faut donc élargir la brèche entrouverte et tenter d'adopter une démarche transdisciplinaire et « intégrative », mieux : une démarche indisciplinaire. Il s'agit d'une part de contribuer à rassembler les images éclatées de l'homme biologique et de l'homme social. Il s'agit aussi, pour éclairer le contemporain, de remonter à l'archaïque, pour éclairer le phénoménal, de retourner au fondamental⁵ ». Cette sociologie du mangeur se propose donc d'explorer les liens entre la sociologie, la psychologie, l'histoire et la physiologie autour d'une pratique : le manger. L'angle d'approche se positionne certainement dans l'héritage maussien.

Fischler définit le consommateur d'aliments comme le mangeur humain. La formulation de cette problématique met l'accent sur le fait qu'au moment où l'homme mange, il incorpore. Par sa célèbre expression « je deviens ce que je mange », ce sociologue entend que la particularité des consommations alimentaires sont incorporées⁶. En d'autres termes, elles dépassent la barrière du corps pour devenir le mangeur lui-même. Comme nous le cite à ce sujet J.P Poulain, l'article « gastro-nomie, gastro-anomie » devient un texte novateur et offre un nouvel élan au mouvement qui se dessine car : « les pratiques alimentaires cessent d'être lues comme des formes d'expression, d'affirmations des identités sociales (comme le considère l'approche bourdieusienne), comme c'était le cas dans la sociologie de la consommation ou la sociologie des goûts, pour s'inscrire au cœur même du processus de construction de l'identité. Les dimensions cognitives et imaginaires de l'acte alimentaire deviennent alors centrales pour la sociologie du mangeur⁷ ».

Après dix années de recherche sur le mangeur humain, Fischler rassemble et synthétise les nombreuses études qui le conduisent à qualifier le mangeur humain par le néologisme d'« *hominivore* ». Cet « *hominivore* » est régi par des lois et des invariants du comportement alimentaire. Ces invariants sont la pensée classificatoire, le principe d'incorporation et le « paradoxe de l'*hominivore* ». Ce mangeur « éternel » n'est cependant pas figé dans l'histoire, mais s'actualise de façon variée dans les divers contextes culturels. Le mangeur contemporain combinera par exemple, une pensée magique et une pensée rationnelle, mais il opérera obligatoirement un système de sélection de ses aliments. Ainsi, la mise en place d'un système classificatoire du mangeable et de l'immangeable serait, selon ce sociologue, la première caractéristique commune aux mangeurs humains. En d'autres termes, toutes les cultures fixent un « ordre du mangeable » qui classe les aliments en deux catégories qui définissent le consommable et le non consommable. Dans cet ouvrage, l'auteur affirme à ce propos : « il n'existe, à ce jour, aucune culture connue qui soit complètement dépourvue d'un appareil de catégories et de règles alimentaires, qui ne connaisse aucune prescription ou interdiction concernant ce qu'il faut manger et comment il faut manger⁸ ». Le second invariant du comportement alimentaire humain est, comme nous l'avons précédemment évoqué, le principe d'*incorporation*. Ce principe possède une double signification :

- le mangeur devient ce qu'il consomme. En ingérant un aliment, il absorbe les qualités de celui-ci. Comme l'a étudié Lévi-Strauss dans la *pensée sauvage*, ces qualités peuvent être d'ordres magiques, mais aussi énergétiques et nutritifs dans

⁵ Fischler C., *L'Homnivore : le goût, la cuisine et le corps*, Odile Jacob, Paris, 1990, p. 20-21

⁶ Fischler C., *L'Homnivore : le goût, la cuisine et le corps*, Odile Jacob, Paris, 1990

⁷ Poulain J.P., *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 174

⁸ Fischler C., *L'Homnivore : le goût, la cuisine et le corps*, Odile Jacob, Paris, 1990, p. 58

nos sociétés modernes (qui peuvent combiner ces trois qualités). Les nutriments deviennent donc le corps du mangeur qui croit ou craint de s'appropriier les qualités symboliques de l'aliment.

- sur un autre versant, l'homme s'incorpore lui-même en mangeant et s'intègre dans un espace culturel donné. Cet espace culturel, qui détermine les manières de tables, la nourriture et les façons de cuisiner, insère le mangeur dans un univers social, dans un ordre culturel. La fonction de l'acte alimentaire est aussi perçue dans ce sens comme un acte profondément enraciné dans un système de significations.

La troisième caractéristique de l'*hominivore* serait son paradoxe. Pour Fischler et Rozin, ce paradoxe est régulé par le « système culinaire », sous ensemble du système culturel composé d'une série de règles définissant l'ordre du mangeable, les modes de préparation et de consommation. Le mangeur est en même temps néophile et néophobe. Il peut aimer tester de nouvelles choses ou de nouveaux aliments, mais pour cela, il va devoir y déposer sa « marque culturelle ». L'introduction des avocats en France peut illustrer ce phénomène car ils sont consommés accompagnés de sauce mayonnaise ou vinaigrette (deux marqueurs gustatifs de la cuisine française). Ce système culinaire donne donc un statut paradoxal à l'*hominivore*. De plus, l'homme moderne doit faire face à un autre paradoxe : celui de l'abondance. Cette abondance alimentaire combine d'une part la baisse des contraintes sociales qui pèsent sur le mangeur et d'autre part l'industrialisation de la production. La liberté de manger et la commercialisation alimentaire qui coupent l'homme entre les aliments, génèrent « anxiété alimentaire » et placent l'*hominivore* dans un contexte de « gastro-anomie » selon l'expression de Claude Fischler. « Si nous ne savons pas ce que nous mangeons, nous ne savons ce que nous allons devenir mais aussi ce que nous sommes ⁹ ».

La sociologie du mangeur prend une réelle importance avec les recherches de ce sociologue. Sans compter les nombreuses thèses innovantes avancées par cet auteur qui a aussi aidé au développement de centres d'études transdisciplinaires sur le mangeur et les pratiques alimentaires tels que l'Ocha (Observatoire Cniel des Habitudes Alimentaires). Ces nombreuses recherches ont aussi connu un retentissement mondial, qui a sans aucun doute modifié le paysage des sociologies de l'alimentation. Il est aussi nécessaire d'ajouter que l'article «Gastronomie, gastro-anomie» a été un texte fondateur de la sociologie du mangeur car il engage une centration sur la pratique alimentaire de l'homme et le dégage du terme réduit de consommateur¹⁰.

La sociologie interactionniste des mangeurs.

La sociologie interactionniste des mangeurs peut être d'une certaine manière assimilée à la *filière alimentaire*. Cette approche est influencée par les expériences du psychosociologue Kurt Lewin qui a montré, au début de la seconde guerre mondiale, que la consommation d'un produit, et plus largement les choix alimentaires, ne sont pas des décisions individuelles. Ils sont le résultat d'une série d'interactions sociales. Afin d'étudier ces interactions, Lewin observe une politique du gouvernement américain : en 1940, le gouvernement (par l'intermédiaire du comité sur les habitudes alimentaires) cherche à faire consommer des abats et se demande quelle politique de communication est à adopter auprès des ménagères. Deux méthodes sont au programme. Dans la première, des groupes de ménagères écoutent des conférences sur les bienfaits

⁹ Fischler C., *L'Hominivore : le goût, la cuisine et le corps*, Odile Jacob, Paris, 1990, p.70

¹⁰ Poulain J.P., *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002

nutritionnels des abats et sur les modes de préparation. Dans la seconde, les ménagères participent à des discussions collectives sur la nécessité d'un changement alimentaire. Kurt Lewin compare les deux méthodes et arrive à une conclusion : après une semaine, le tiers des femmes qui avaient participé aux discussions servaient des abats contre seulement 3% pour celles qui avaient assisté aux conférences. Au travers de cette étude et d'autres enquêtes menées auprès de ménages américains (comme une célèbre étude sur la consommation du lait réalisée pour le ministère de l'Agriculture américain), il met en évidence le fait que la consommation ou non consommation d'aliments ne dépend pas d'un choix individuel de l'homme, mais d'une série de décisions de son épouse ou ménagère qui détermine ce qui est bon à manger pour le mari ou les enfants. Cette ménagère ou l'épouse n'est pas le simple acteur qui détermine ce qui sera servi aux repas. Ses choix alimentaires sont le résultat d'une série d'interactions sociales et non de décisions individuelles. Lewin métaphorise ces séries d'interactions par des « canaux » servant de voies aux aliments pour venir jusqu'à la table familiale. Cette théorie des canaux tente d'expliquer l'organisation sociale alimentaire qui contrôle les différentes étapes par lesquelles passent les aliments, mais aussi de comprendre pourquoi un type d'aliment et pas un autre. Les accès du « canal », par lequel passerait l'aliment pour arriver au mangeur, sont contrôlés des « portiers économiques » (*gate keeper*). L'action de ces « éclusiers » obéit à des logiques technico-économiques et sociologiques, elles-mêmes soumises à des représentations. Cette conception est présente chez de nombreux auteurs contemporains comme Moulin et Ledrut et sera aussi développée par le sociologue Jean-Pierre Corbeau.

Les sociologues Jean-Pierre Corbeau et Jean-Pierre Poulain ont pour point de départ la pensée interactionniste telle que l'a présentée Lewin, mais l'ont également enrichie par de nombreuses notions et concepts permettant de comprendre les mangeurs et les mutations contemporaines, en explorant leurs logiques, leurs représentations et la construction de leurs décisions. Afin de saisir leurs approches, il est nécessaire de définir leurs concepts.

Les deux premières notions distinguées par Corbeau sont d'une part la « socialité » et la « sociabilité ». La première renvoie à l'ensemble des déterminants sociaux et culturels qui guident le mangeur (conscient ou non). La socialité traduit les facteurs sociaux qui modèlent, souvent à notre insu, notre statut et l'originalité de celui-ci au sein d'une population segmentée. S'il fallait utiliser une métaphore, nous parlerions de la socialité comme d'un tatouage, marqueur accepté, valorisé, sublimé, refoulé, caché ou renié mais dont on ne pourra jamais se défaire¹¹ ». Par opposition, la sociabilité rend compte de la façon dont les individus en interactions vont « mettre en scène » les règles imposées par la socialité, dans un contexte donné. Poulain cite à ce propos qu'elle correspond à « l'originalité de l'actualisation concrète de leurs déterminismes sociaux¹² ». Dans ce cas, l'acteur n'est donc pas soumis à une pratique alimentaire donnée par son origine sociale. Il peut dans cette conception avoir le choix de la reproduire en s'acceptant comme « produit de la socialité ». Celui-ci peut aussi imaginer des stratégies différentes lui permettant de satisfaire ses désirs en transgressant les codes appris. Pour Corbeau, l'action de l'individu n'est donc pas totalement déterminée. Ce dernier dispose de marges de manœuvres ou d'espaces de libertés plus ou moins larges. Ainsi, suivant la dynamique de ses interactions, il peut adapter, modifier, renier ou garder les formes de pratiques alimentaires que son origine sociale lui a transmises.

¹¹ Corbeau J.P., Poulain J.P., *Penser l'alimentation, Entre imaginaire et rationalité*, Ocha/Privat, Paris, 2002, p. 118

¹² Poulain, *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 184

Ce sociologue rejoint dans une certaine mesure la conception plurielle de l'acteur vue par Bernard Lahire¹³. Le mangeur peut être aussi envisagé comme pluriel. Pluralité de ses pratiques alimentaires issues d'une rencontre entre l'origine sociale, une *situation*, un contexte social identifiable (variant suivant les espaces sociaux tels que le domicile, hors domicile...) et un aliment particulier (vecteur de représentations). Ces éléments peuvent constituer les trois sommets du « triangle du manger ». Le consommateur n'étant pas singulier, ce triangle doit donc être envisagé avec souplesse. En effet, selon les individus, leurs contextes sociaux et leurs produits, la sociabilité peut s'effacer devant la socialité ou au contraire, le poids de la socialité peut s'affaiblir et permettre à la sociabilité de devenir « créatrice de nouveaux sens » pour reprendre les termes de Corbeau.

Par ailleurs, la sociologie ou « filière alimentaire » de Corbeau emprunte un certain nombre de termes à Weber pour construire sa grille d'analyse. Outre les termes de rationalité (rationalité en valeur et rationalité en finalité tiré de l'ouvrage de Max Weber - *Le savant et le politique* 1959- et adapté par l'auteur au contexte de l'alimentation) qui permettent de comprendre les comportements alimentaires, la notion de l'ethos de mangeur est essentielle dans cette recherche. L'auteur contemporain adapte cette notion au mangeur en l'entendant de cette façon : « L'ethos résulte de la rencontre entre des forces centrifuges - les pulsions, les passions, l'imaginaire et l'invention résultant des interactions de l'ego - et des forces centripètes, civilité, normalisation des images corporelles, contraintes diététiques, économiques et commerciales (...) mais que le socio-analyste impliqué dans une démarche compréhensive peut rapprocher, comparer, superposer à d'autres pour que l'ethos, toujours significatif, se transforme en type représentatif¹⁴ ». Pour ce sociologue, les pratiques alimentaires peuvent se distinguer au travers de quatre ethos de mangeur. Bien entendu, ces typologies ne sont que des modèles de consommation, proches de l'idéal type weberien et non des catégories finales qui « surdétermineraient » le mangeur. Ces modèles sont, à l'inverse, utilisés comme point de départ permettant de saisir l'ensemble des « significations données par les acteurs sociaux ». A ce sujet, Jean-Pierre Poulain résume cette direction de recherche par une phrase très significative: « ce qui intéresse, avant tout, c'est le sens que les mangeurs accordent à ce qu'ils font¹⁵ ».

Les quatre groupes de mangeurs se distinguent par les types de comportements suivant :

- *les complexés du trop*. Ces individus sont caractérisés par un alimentaire anxieux et ressentent « l'angoisse de l'absorption de la nourriture ». Ce sentiment a des origines et logiques différentes. L'auteur divise cette anxiété en quatre sous catégories : les « pathologies alimentaires », la « trajectoire du paraître social », la « trajectoire de la santé » et les « trajectoires fondées sur les croyances ou les idéologies religieuses ». Ces quatre formes ont un point commun. Manger s'avère être une activité qui comporte des « risques » et qui doit être soumise à des restrictions diverses.
- *les tenants du nourrissant léger*. Ce groupe se définit par un souci d'équilibre alimentaire renvoyant à une santé surveillée. Les « tenants du nourrissant léger » s'informent des connaissances diététiques qui influencent leur comportement. A ce modèle, Corbeau ajoute le fait qu'ils sont ouverts aux cuisines exotiques et survalorisent le poisson et les légumes.

¹³ Lahire B., *L'homme pluriel, les ressorts de l'action*, Nathan, Paris, 1997

¹⁴ Corbeau in Poulain, *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 186

¹⁵ Poulain J.P., *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 186

- *les tenants du nourrissant consistant*. Ce type de mangeur est tourné vers le repas « traditionnel ». Grand mangeur de charcuteries, d'autres viandes et de féculents. Ce modèle est composé en grande partie de personnes âgées ayant vécues des périodes de restriction et des périodes modestes. La dimension énergétique serait privilégiée dans leur consommation de nourritures.
- *Les gastrolastress*. Le comportement des personnes constituant ce groupe oscille entre les deux catégories précédentes. Comme le cite Corbeau : « ce terme est formé par agrégation du mot *gastrolâtre* créé par Rabelais, pour désigner les mangeurs *qui font dieu de leur ventre* et l'idée de stress, qui rend compte à la fois du poids des contraintes de la vie moderne et de pratiques de récupération, de décompression, de défoulement...¹⁶ »

On peut noter que la catégorie des Gastrolastress fut ajoutée par Corbeau aux trois groupes définis par Ledrut. Elle pourrait, d'une certaine manière, se subdiviser à l'intérieur de la première : *les complexés du trop*. Ce sociologue insiste aussi sur la flexibilité de ces catégories qui, tout comme « les idéaux typiques » de Max Weber, prétendent être uniquement un modèle et non le reflet exact de la réalité.

Comme nous avons pu l'observer, Jean-Pierre Corbeau a apporté de nombreux éléments de compréhension et de nouvelles pistes aux sociologies de l'alimentation. Son dernier apport a sans doute été de rebaptiser « la filière du manger » par le jeu de mots « le diadrame de manger¹⁷ ». Cette expression met en interaction de nombreux acteurs. Ils agissent sur la construction du sens que le mangeur accorde à ses pratiques. La scène regroupe experts et chercheurs des domaines de l'agronomie, de l'ingénierie, de l'économie, des sciences sociales, de la médecine, de la diététique... Il est nécessaire d'ajouter que ce jeu de mots ne s'est pas fondé sans critiques. En effet, J.P. Corbeau a structuré sa pensée en révisant celle de Lévi-Strauss et en nuancant le *paradoxe de l'omnivore* développé par C. Fischler. Cette nuance porte notamment sur *l'anxiété généralisée* proposée par ce dernier.

Jean-Pierre Poulain se rend aussi incontournable dans la sociologie interactionniste des mangeurs. Ce sociologue a énormément travaillé avec Corbeau et partage ses concepts. Il a aussi mené, de nombreuses recherches sur les pratiques alimentaires en France et sur d'autres problématiques liées à ces dernières.

Dans la pensée de Poulain, le mangeur moderne se heurte à de nombreuses contradictions édictées par la société. Ces contradictions sont le résultat de la multiplication des discours hygiénistes, esthétiques, identitaires et des « crises théoriques » traversées par des modes. En reprenant Claude Fischler, l'auteur parle de « cacophonies alimentaires », qui seraient la conséquence des phénomènes suivants : « fluctuations et contradictions du discours diététique ; réductionnisme corporel de la vulgate médicale ; incapacité à contrôler les pratiques et les usages de la filière agroalimentaire, qui de *vacherin* en *vache folle* brouille la place de l'homme dans la nature et dans l'échelle des espèces animales ; crise des esthétismes culinaires, qui exacerbent l'opposition journalistique entre *cuisine internationale* et *nationalisme alimentaire* ; impérativité du modèle d'esthétique corporelle, qui pose une normalité décharnée et heurte de plein fouet la revendication au plaisir alimentaire¹⁸ ». Dans cette perspective, Poulain pense que la gastro-anomie n'est pas une absence de règle, mais au contraire, la multiplication de celles-ci qui pèse sur le mangeur. La multiplication des discours sur alimentation et leurs injonctions contradictoires pourraient donc être à la

¹⁶ Corbeau in Poulain, *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 187

¹⁷ Poulain, *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 188

¹⁸ *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p. 71

base des mutations des pratiques alimentaires. La Gastro-anomie serait en quelque sorte la conséquence de la modernité caractérisée par trois phénomènes concomitants : la surabondance de nourriture, la baisse des contrôles sociaux et la multiplication des discours sur l'alimentation.

Par ailleurs, Jean-Pierre Poulain a aussi travaillé sur la stigmatisation des obèses et sur les dangers d'un discours de santé publique sur la perte de poids. En utilisant et articulant les travaux produits sur ce phénomène social, il nous offre un réel outil d'analyse dans son ouvrage *Sociologies de l'alimentation* dont nous retracerons ici les grandes lignes. L'obésité ou tout du moins la corpulence, peut être envisagée comme une construction sociale. Aujourd'hui, admise comme pathologie plurifactorielle par les professionnels de la santé, l'obésité a été, par le passé, une image de richesse dans nos sociétés occidentales. La sociologie de l'obésité, observée par l'auteur, a pu rendre compte de la « stigmatisation » de ces individus. Ce phénomène décrit par Goffman, comme un processus de discréditation et d'exclusion qui touche un individu considéré comme « déviant » et « anormal » frappe cette population et la plonge dans une véritable souffrance. Les discriminations dont elle est victime peut aller du simple achat d'une place d'avion jusqu'au « poids du regard esthétique qui pèse sur lui ». La génération apparemment la plus touchée dans cette stigmatisation serait celle des enfants d'après Myers et Rosen. La cour d'une école s'avère être impitoyable avec les sujets en surpoids. Et bien au-delà, l'appareil médical et paramédical semblerait être sans scrupule à l'égard de ces personnes, comme le témoignent les nombreuses études soulignant l'existence d'attitudes négatives provenant du corps soignant. Dans le monde adulte, les processus de sélection et de stigmatisation des personnes obèses sont aussi présents, mais à d'autres niveaux. Certains travaux montrent que les femmes minces vont généralement réaliser des mariages de type ascendant, et les femmes en surpoids vont plutôt s'unir en suivant une mobilité descendante. Cette inégalité se retrouve aussi à une échelle professionnelle. Cela se retrouve en partie durant les évaluations à l'embauche. Les examinateurs du système économique, universitaire et aussi scolaire attribuent des regards négatifs, voir éliminatoires envers les personnes rencontrant un surpoids. Il est à noter que Poulain a aussi mis en évidence, les dangers d'un discours de santé publique sur la perte du poids. Ce discours s'accompagne aussi d'un marché considérable. En effet, derrière la médicalisation de l'obésité dite "scientifique" se développe nombre d'industries florissantes de la perte du poids, promoteurs de régimes divers, vendeurs de pilules miracles (traitements dont la plupart ne sont pas pris en charge par les assurances maladies). La validité scientifique de certains traitements ou les raisons éthiques de la commercialisation de certains produits peuvent parfois même être questionnées, quand elles ne sont pas douteuses dans certains cas. Ces problématiques n'ont pas pour objet d'être discutées, mais bien de montrer l'effet « stigmatisateur » que peut engendrer une médicalisation de l'obésité. L'auteur cite à ce propos : « l'inconvénient le plus grave de la médicalisation est de donner une forme de légitimité scientifique à la stigmatisation des obèses et de les enfermer dans un nouveau ghetto diétético-psychologique. Au point que certains sociologues militent explicitement, aujourd'hui, pour une démedicalisation de l'obésité (Sobal, Mamer et Sobal, Germov et Williams, 1996)¹⁹ ». Pour ce chercheur, il ne s'agit pas de combattre l'obésité en accumulant un « stock » de connaissances rationnelles sur l'alimentation, mais de créer les conditions d'un apprentissage du plaisir alimentaire. En outre, la lutte contre la stigmatisation de ce phénomène se pose en première ligne et permettrait de briser le cercle vicieux dans lequel s'enferment les personnes concernées : « stigmatisation →

¹⁹ Poulain J.P., *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p.126

perte d'estime de soi → prises alimentaires de compensation → entretien ou développement de l'obésité²⁰ ».

Nous avons vu dans ce chapitre comment l'alimentation et les pratiques culturelles liées à cette question se sont construites en sciences sociales. De l'alimentation comme champ de recherche à la sociologie du mangeur, nous constatons ici que les phénomènes sociaux autour de la nourriture ont suscité un vif intérêt parmi les chercheurs. Que ce soit au niveau des permanences des pratiques alimentaires, leurs invariabilités culturelles ou leurs mutations liées à la modernité, les grands courants des sciences sociales se sont tous penchés sur cette question. En ce qui concerne ce travail, nous étudierons le repas à l'adolescence principalement à partir des cadres théoriques de Claude Fischler, Jean-Pierre Corbeau et Jean-Pierre Poulain, et bien entendu d'autres chercheurs qui s'inscrivent dans leur lignée.

Nous pouvons aussi noter, au vue de l'ampleur de la question et des nombreux travaux qui s'y rapportent, que beaucoup d'auteurs n'ont pas été mentionnés. En effet, il est assez difficile de concilier l'état actuel de la recherche et la construction de sa pensée propre. C'est pour cette raison que nous avons dû procéder à un choix des auteurs concernés par cette question. Mais il est important de préciser qu'ils sont aussi d'un grand intérêt pour les sociologies de l'alimentation.

Enfin, le dernier paragraphe traitant de l'obésité se justifie par son éventuel rapport à notre sujet. La stigmatisation de l'individu corpulent est effectivement très présente chez les jeunes générations, comme nous le rappelait Poulain. Cela n'est certainement pas sans effet sur le comportement alimentaire de certains adolescents, qui ont été victimes de moqueries ou discriminations durant leurs histoires de vie.

2 - L'adolescence et la nourriture

Ce chapitre vise à définir et à comprendre ce passage dans nos sociétés modernes. Comme nous le remarquerons en parcourant brièvement la pensée d'auteurs ayant travaillé sur ce sujet, cette notion est aujourd'hui complexe et mérite que l'on s'y attarde. Nous aborderons ensuite les troubles alimentaires à l'adolescence et plus particulièrement la boulimie et l'anorexie. Dans le cadre de ce sujet, il est aussi intéressant de saisir dans quels contextes peuvent apparaître ce type de conduites. Enfin, nous essaierons de situer le comportement alimentaire à l'adolescence d'une manière plus générale et voir quelles idées reçues peuvent nuire à cette étude et comment comprendre et envisager l'intime relation que noue le jeune avec la nourriture.

Le passage de l'adolescence dans nos sociétés contemporaines

L'adolescence a été "découverte" par les psychologues et les médecins à partir de la fin du XIXe siècle, comme une phase de mutation sexuelle et une réorganisation de la personnalité engendrant la célèbre "crise d'adolescence". Il est nécessaire de relativiser ce concept qui est avant tout une construction sociale et non le résultat de phénomènes physiologiques. Mead nous avait montré, à travers l'exemple des îles Samoa, que certaines sociétés ne marquaient pas ce passage entre l'enfance et l'âge adulte. Dans les sociétés occidentales, le statut de l'adolescence est défini mais aujourd'hui, c'est plutôt le cadre sociologique qui est retenu par les spécialistes, le définissant comme période de dépendance vis-à-vis de la famille et de l'école, mais aussi d'affirmation de

²⁰ Poulain J.P., *Sociologies de l'alimentation*, Privat, Toulouse, 2002, p.128

soi. Avec l'allongement de la scolarité, l'entrée de plus en plus tardive sur le marché du travail dans nos sociétés occidentales, la cohabitation de plus en plus longue au sein du nid familial, le statut de l'adolescent pourrait alors se prolonger jusqu'à 25 ans voir même 30 ans. Les sociologues ayant mis en évidence cet «allongement de la jeunesse» parlent alors de «post-adolescence» ou d'«adulescence». Au travers de ces métamorphoses, il s'avère donc de plus en plus difficile de délimiter les frontières entre ces différentes tranches d'âge. La multiplication des termes définissant les étapes de la jeunesse en témoigne d'une certaine manière. Dans son ouvrage *Existe-t-il une culture adolescente?*, Pierre Bruno note que le mode de consommation des 8-10 ans s'apparente désormais à celui des adolescents, axé sur les produits audiovisuels et les vêtements²¹. Même les caractéristiques physiques se mettent à brouiller les frontières entre les classes d'âge. Prenons l'exemple du magazine féminin *Elle*. Il s'est intéressé aux « petites lolitas » et oriente la consommation des jeunes filles vers un mode d'habillement autrefois réservé à une catégorie d'individus plus âgés (chaussures à semelles compensées, *tee-shirts* dénudant le nombril, vrais ou faux tatouages et *piercings*). Nous remarquons bien ici les métamorphoses que l'adolescence a pu rencontrer avec l'avènement de la société moderne. Outre les frontières des âges qui se brouillent, tous les chercheurs de sciences sociales ne s'accordent pas sur une seule et même définition permettant de comprendre ce passage aujourd'hui. Mais l'objet n'est pas de confronter ces approches différentes, mais tenter de préciser les références théoriques à partir desquelles nous allons construire cette étude.

Pour David Le Breton, cette dite « crise de l'adolescence » traduirait avant tout le « contraste entre les aspirations du jeune et les possibilités de réalisation offertes par la société où il vit ²² ». Dans nos sociétés modernes, la jeunesse serait une période de tâtonnement où l'individu parcourt des chemins parfois semés d'embûches. Il explore des rôles dans le monde environnant. Ces expérimentations traduisent avant tout une « quête de sens et de valeurs » pour l'adolescent, et une recherche de « ses marques ». Ces jeunes générations sont entrées dans une « crise durable » depuis une dizaine d'années. Les deux principales raisons sont d'une part la difficulté du « passage vers l'âge d'homme » mais aussi le « brouillage des repères de sens et de valeurs » dans ce monde en mutation²³. Pour les jeunes, l'avenir est incertain. Comment peuvent-ils envisager le futur, lorsque les mythes des trente glorieuses s'effritent dans l'ère du présent ? L'adolescent est sensible à ces mutations. Les demandes de la société peuvent lui paraître ambiguës : Il est dans un devoir de projection (demandé très tôt par l'école et la famille) mais doit aussi savoir faire face aux incertitudes du présent. Ainsi, l'éducation devient problématique pour les différentes instances. L'école, les parents constatent un écart culturel qui se creuse entre les générations. Cette distance peut être telle, que ces instances ne savent plus comment affronter ces nombreux problèmes, dont les adolescents sont les premières victimes et les premiers acteurs. Violences, tentatives de suicide, toxicomanies, troubles alimentaires sont en considérable augmentation dans nos sociétés contemporaines. Pour l'auteur, la montée de ces « conduites à risques » sont un signe inquiétant de souffrances que peuvent rencontrer les jeunes. David Le Breton cite à cet effet : « les conduites à risques sont des manières ambivalentes de témoigner d'un manque à être, d'une souffrance, et de lancer un appel aux plus proches, à ceux qui comptent, ou parfois une manière détournée de tester sa valeur personnelle ²⁴ ».

²¹ Bruno P., *Existe-t-il une culture adolescente ?*, In Press, Paris, 2000

²² Le Breton D., *L'adolescence à risque*, Autrement, Paris, 2003, p.23

²³ Le Breton D., *L'adolescence à risque*, Autrement, Paris, 2003, p. 24

²⁴ Le Breton D., *L'adolescence à risque*, Autrement, Paris, 2003, p. 13

Comme le pense l'auteur de l'ouvrage *Conduites à risques*, aucun jeune n'est similaire et ne peut être réduit à des archétypes. Cependant, ces jeunes peuvent avoir un certain nombre de traits communs dans les circonstances sociales actuelles. Comme le témoignent les statistiques, une majorité d'entre eux trouvent leur place dans cette société et éprouvent un certain « goût de vivre », mais il y a une partie non négligeable de cette population qui peine à s'intégrer et rencontre des difficultés à passer cette longue transition vers le monde adulte. Pour certains adolescents, « l'éclatement actuel des systèmes symboliques²⁵ » rend leurs existences dépourvues de sens et de valeur. Ces jeunes doivent aujourd'hui trouver par eux-mêmes leurs chemins de vie et les baliser à leurs guises. Certains empruntent donc des chemins de contrebandes afin de trouver un sens et des rituels marquant leurs existences. Ces « voies de traverses » sont nombreuses, et passent bien souvent par des « conduites à risques ». Ces conduites sont bien évidemment disparates dans l'action, mais sont réunies par un trait commun : « l'exploration de soi » en s'exposant au risque d'exister.

Les “troubles alimentaires” à l'adolescence

La notion médicale de “troubles alimentaires” permet de regrouper les comportements alimentaires jugés anormaux, parfois même pathologiques, par nos sociétés. Des exemples d'ethnies ou d'autres sociétés humaines nous montrent bien que le fait d'absorber de fortes ou faibles quantités de nourriture peut être aussi valorisé. L'abondance de viande bovine dans certains rituels Massaï comme les jeûnes prescrits par de nombreuses religions en témoignent. L'appétit est en d'autres termes « civilisé ». Dans nos sociétés modernes, certaines formes de prises alimentaires ne correspondant pas à la norme ou à une circonstance donnée, se rangent bien souvent derrière cette étroite notion médicale. L'adolescent et en particulier l'adolescente ne sont pas les seuls à rencontrer des “troubles alimentaires” tels que la boulimie, anorexie ou autres prises alimentaires de compensation²⁶. L'ouvrage *Anorexia* de Jean-Philippe de Tonnac nous le montre bien. Mais c'est sensiblement à cette période que peut se nouer ce type de problèmes. Contrairement à certaines idées préconçues, l'anorexie et la boulimie se caractérisent par des conduites bien différentes. La crise de boulimie est un moment où la personne ingère des quantités de nourritures bien supérieures à un repas copieux. Cette « séance de gavage » ne convoite pas uniquement des aliments préférés. L'individu rencontrant ce type de comportement peut aussi avaler, dans un minimum de temps, des aliments lui paraissant sans goûts, voire même détestés. Ces crises ne conduisent pas toutes au surpoids. Bien au contraire, la personne boulimique tente souvent de gommer ses prises alimentaires, qui l'amènent ensuite à un dégoût (de soi et des aliments) par le vomissement. Pour le docteur Xavier Pommereau, l'anorexie est une privation de nourriture qui s'inscrit dans le rêve « d'un corps asexué ». L'objectif serait de réduire son corps en le privant de nourriture et en le purgeant par tous les moyens : prises excessives d'eau, vomissements, laxatifs... Les personnes anorexiques se trouvent souvent trop grosses et ne supportent pas leurs formes. Le corps est scruté, observé. Il doit fondre afin d'effacer toutes traces de féminité. L'auteur décrit ce comportement ainsi : « La privation et l'importante perte de poids qui s'ensuit les rendent filiformes et androgynes. Ce corps épuré, émâcié, sans menstrues, leur procure un sentiment euphorisant de contrôle, de toute puissance sur elles-mêmes²⁷ ». Ces personnes qui rencontrent ce type de troubles seraient studieuses, calmes et discrètes. Ce comportement exemplaire pour les parents, les aveuglerait sur leurs souffrances et « l'expérience sur la faim » qu'elles seraient en train de vivre. Il est parfois trop tard

²⁵ Le Breton D., *Conduites à risque*, PUF Paris, 2004, p.55

²⁶ De Tonnac, Jean-Philippe, *Anorexia, Enquête sur l'expérience de la faim*, Albin Michel, Paris

²⁷ Pommereau X., *En ce moment, mon ado m'inquiète*, Albin Michel, 2004, p. 37

lorsque leurs regards se tournent vers la détresse de leurs enfants. Pour Pommerau et d'autres penseurs, le ventre est un haut lieu symbolique pour l'enfant. Dans le cas de l'anorexie, celui-ci reste bien souvent gonflé à cause de la diète et des importantes quantités d'eau qu'ingurgite la personne. Ce phénomène peut parfois les plonger dans un véritable cercle vicieux, car déjà décharnée, l'image paraît encore trop enflée.

Les crises de boulimie et le comportement anorexique peuvent être liés et même fonctionner en alternance chez une personne. Mais, comme nous l'avons vu, il est important de ne pas les confondre. Contrairement à certaines idées, ces « addictions » ne sont pas apparues durant ces dernières décennies. Une étude montre que le concept de comportement boulimique n'est pas nouveau et fut mentionné dès le début du XVIIIe siècle²⁸. Un médecin nommé Blankaart parlait déjà, en 1708, de personnes dotées d'un « appétit extraordinaire » accompagné d'une « défaillance des esprits ». D'autres, comme R. James en 1743, notent l'intense préoccupation de certains individus pour la nourriture et commencent à séparer les formes de boulimie avec ou sans vomissement. Le comportement anorexique a été recensé plus tard. Dans son *Enquête sur l'expérience de la faim*, Jean-Philippe de Tonnac nous explique que l'Anglais W. Gull et le Français C. Laguère ont été sans doute les premiers à décrire cette conduite dans la seconde moitié du XIXe siècle²⁹. Il va de soi qu'à cette époque, les traitements de ces « pathologies » étaient les mêmes que les autres maladies relevant de la nosographie psychiatrique, c'est à dire l'enfermement. En ce qui concerne l'explication de ces troubles, les médecins de la fin du XIXe et début du XXe siècle les pensaient comme l'expression d'un dérèglement hystérique affectant le fonctionnement de l'appareil digestif. Abandonnée depuis, l'origine de ces troubles liés à l'alimentation est vivement discutée par les différents chercheurs. En outre, il y a une reconnaissance des origines plurifactorielles de ce type de comportement, comme le souligne Xavier Pommerau. Pour cet auteur, les causes sont loin d'être évidentes. Mais il remarque que les adolescentes boulimiques et anorexiques restent le plus souvent dans une dépendance à leur mère. « Ils ne savent pas que ces troubles rejouent sans cesse dans leur corps l'infamale alternance du besoin, du manque, du trop-plein et du vide d'amour éternel. Comme si elles n'arrivaient pas à digérer d'avoir eu et d'avoir encore des liens aussi forts avec celles qui les ont mises au monde. Mères et filles restent ficelées par un cordon ombilical qui perdure³⁰ ». David Le Breton est dans cette même ligne de pensée. Ces conduites sont pour lui des « rites intimes de fermeture de soi³¹ ». Pour reprendre l'exemple de l'anorexie, elle est un combat contre la faim. L'adolescent serait dans une dimension de « contrôle absolu » de son corps et refuserait que ce dernier puisse avoir un quelconque pouvoir sur sa conduite. Le refus de l'alimentation exprimerait avant tout le refus de tout « processus biologique » faisant entrer le corps du sujet dans le monde des adultes. L'origine de cette « conduite à risque » serait bien souvent liée à une volonté de différenciation de la mère, ce qui rejoint la théorie de l'auteur précédent. En effet, l'individu serait dans une volonté de nier par le corps un lien trop fort avec la mère, la nourriture étant le lien symbolique de la relation mère-enfant. Cette négation va au-delà du simple contrôle de la prise de nourriture, il y a aussi la négation de devenir un être sexué qui passe par les changements physiologiques. Le sujet veut ainsi se façonner une silhouette se rapprochant de l'androgynie. Dans l'ouvrage *Conduites à risques*, l'anthropologue nous cite à ce propos : « Elle (l'anorexique) entend exercer un contrôle absolu de son corps perçu comme menaçant dans ses changements

²⁸ Stein D.M., Laakso W., Bulimia : « A historical perspective », *International Journal of Rating Disorders*, vol. VII, n°2, 1998

²⁹ De Tonnac J.P., *Anorexia*, Enquête sur l'expérience de la faim, Albin Michel, Paris, 2005, p. 60

³⁰ Pommerau X., *En ce moment, mon ado m'inquiète*. Albin Michel, Paris, 2004, p. 36

³¹ Le Breton, *Conduites à risques*, Puf, 2004, p. 74

physiologiques ou morphologiques liés à la phase pubertaire : le développement des seins, les règles, l'augmentation de la taille et du poids, épreuve prochaine de la relation sexuelle, etc. Elle s'arc-boute sur le refus de devenir la femme qui fait irruption dans son corps. Elle échappe à la sexualisation en effaçant toute trace de féminité : elle est maigre, ses seins disparaissent, elle n'a plus ses règles, elle rêve de demeurer asexuée³² ». Cette compréhension de la conduite anorexique est citée au féminin par l'auteur. En effet, les études quantitatives montrent que les femmes sont plus touchées par ce type de comportement. Adolescentes et adolescents auraient des conduites à risques différentes pour traduire leurs souffrances. Les garçons utiliseraient des moyens d'expression plus radicaux, mettant en jeu l'intégrité physique et des valeurs centrées principalement sur la virilité. Ainsi, la violence physique, la quête de sensations extrêmes au guidon d'une motocyclette ou sur une planche de *skate-board* en seraient de parfaits exemples. A contrario, les filles seraient plus tournées vers l'intériorisation de « leur manque à être ». Leurs « conduites à risques » se font pour beaucoup en solitaire, là où l'homme s'exprimerait sans doute dans une expression de sa virilité. A partir de la pensée de ces auteurs, nous remarquons que la notion médicale de trouble alimentaire peut être limitée. Les ressorts de ces comportements ne sont aucunement somatiques. Ils sont d'origines multiples et peuvent être compris d'un point de vue psychologique, psychanalytique, sociologique mais aussi anthropologique.

Comme nous avons pu le remarquer, ces troubles alimentaires que vivent les adolescents, aujourd'hui, ne peuvent être apparentés aux conséquences de la société de consommation, ou plus exactement, d'abondance alimentaire. Cependant, des chercheurs tels que le docteur P.A Peuteuil pensent que les troubles des conduites alimentaires ont un bel avenir dans les sociétés occidentales. Ballottée entre contraintes esthétiques, sollicitations alimentaires et anxiété familiale, l'adolescence d'aujourd'hui ne peut que développer ce type de comportements risqués.

Comportement alimentaire à l'adolescence

Avant de commencer toute analyse sur la signification du repas à l'adolescence, il s'agit de déconstruire un certain nombre d'idées préconçues sur leur comportement alimentaire. En effet, l'adulte attribue à l'adolescent une alimentation anarchique, qui va dans le sens inverse de ce qui est recommandé par les nutritionnistes. Repas sautés, *fast-food*, chips et boissons caloriques, trop de sucre et trop de gras seraient l'essentiel des aliments consommés par les jeunes. Les études statistiques sur le comportement des adolescents démontrent pourtant le contraire. Si l'on en croit ces études récentes, ces derniers adoptent à quelques variations près, les mêmes habitudes alimentaires que leurs parents. Voici quelques chiffres qui nous permettent d'appuyer cette thèse :

- 2% à 10% des adolescents sautent le petit-déjeuner ou l'escamotent partiellement. Ce chiffre est de 10% pour les adultes
- La ration quotidienne de lipides est semblable pour les parents et enfants: 38 % à 40%
- Il en est de même pour la ration quotidienne de glucides qui s'élève à 45 % pour les deux groupes comparés³³.

A travers ces résultats quantitatifs, nous mesurons bien à quel point les modèles familiaux se font le modèle du comportement des enfants avec la nourriture. Une seule donnée ne semble point suivre cette tendance : le grignotage. Cette forme de repas serait bien plus répandue chez les jeunes. Pour certains médecins nutritionnistes comme

³² Le Breton, *Conduites à risque*, PUF, 2004, p. 71

³³ Boucher B., « Les années Mac Do », in *Ce que manger veut dire* (dossier), L'Ecole des parents/Ocha, n°5, 1995

le docteur Brigitte Boucher, il n'y a pas à s'alarmer envers ce type de conduites car « cela leur permet d'accroître la ration calorique et de répondre à l'augmentation de leurs besoins en cette période de croissance rapide ». Ce type de *repas informels* peut avoir des significations multiples. Nous en illustrerons deux dans ce chapitre. Comme nous avons pu le constater dans les différents entretiens de recherche réalisés dans le cadre de ce mémoire, l'adolescent associe bien souvent le grignotage à l'ennui. A la question posée : « à quels moments grignotes-tu le plus souvent ? », l'interlocuteur répond : « par exemple, quand je suis chez ma grand-mère, ça m'arrive souvent, comme je fais rien. Quand t'es occupé, t'y penses pas, Que quand tu fais rien, tu vas dans les buffets et s'il y a quelque chose, bah, tu te sers quoi ! ». Cet interviewé n'est pas un cas isolé. Corbeau l'avait déjà souligné dans ses études avec la consommation de boissons sucrées. Certains adolescents, rencontrant une certaine solitude, trouvent un réconfortant dans les produits sucrés qui font échos aux saveurs de l'enfance. Côté sécurisant, mais aussi innovant souligne l'auteur, qui donne une dimension « métissée » à l'aliment sucré, consommé dans ce contexte précis. Cette ambivalence se retrouve ainsi dans la typologie proposée par Claude Fischler : « un produit *néophile* (la modernité recherchée et revendiquée) et *néophobe* (véhicule de régression vers les premiers âges, retour au processus de socialisation traditionnel) ³⁴ ». Pour l'adolescent, d'autres formes de grignotages (nous envisageons ici la consommation en groupe) signifient aussi l'appropriation d'un territoire. S'asseoir sur le banc d'une place, par terre dans une rue piétonne ou consommer dans les transports en commun (nous ne présenterons pas de manière exhaustive les différents *territoires de grignotages*) pour manger ou boire des boissons alcoolisées ou non, constituent un moyen de marquer et s'approprier un territoire pour un groupe d'adolescents. De manière provocatrice ou non, cette forme de consommation est bien différente de la précédente. La qualité énergétique de l'aliment, est bien souvent valorisée en ces lieux, et plus précisément celui-ci est liquide : « l'aliment liquide, particulièrement s'il est de saveur douce, offre aussi une autre propriété : il glisse, limite le contact au maximum et transmet rapidement, sans effort, les qualités organoleptiques du produit. Dans une société où se développe un modèle de socialisation valorisant la vitesse, le « goût » est accéléré lors d'une absorption liquide. Dans une société où l'éphémère est posé comme source de plaisir, la glisse est, elle aussi, valorisée ³⁵ ».

Bien qu'issus de la même « cohorte », pour reprendre l'expression de Poulain, nous pouvons relever une différence sensible entre les sexes. L'adolescence ponctue à ce titre l'identification des genres. L'apport énergétique des aliments perçus comme « magiques » concerne avant tout les garçons. Les filles seraient, par contre, plus tournées vers les qualités diététiques des aliments. Ce culte du corps féminin peut souvent aboutir, pour Marie-Jeanne Bratigny, à la restriction carentielle en éléments nutritionnels fondamentaux, tels que le calcium, le magnésium ou les vitamines. Brigitte Boucher étaye cette idée par de nombreux travaux. Les filles ont des désirs de régimes, qui peuvent apparaître dès l'âge huit ans. De plus, un malaise dans la relation à l'alimentation s'installe réellement à l'adolescence. Pour reprendre ses chiffres alarmants :

- 30 % des adolescentes s'estiment trop grosses
- 43 % luttent pour maintenir ou retrouver le poids qu'elles considèrent comme optimal
- 28 % sont sujettes à des frénésies alimentaires

³⁴ Corbeau J.P., Poulain J.P., *Penser l'alimentation, Entre imaginaire et rationalité*, Ocha/Privat, Paris, 2002, p. 93.

³⁵ Corbeau J.P., Poulain J.P., *Penser l'alimentation, Entre imaginaire et rationalité*, Ocha/Privat, Paris, 2002, p. 92

- 7 % des adolescentes sont boulimiques ³⁶.

Médias, industries de l'agroalimentaire, marchés de la diététique et bien d'autres systèmes économiques, ont une part de responsabilité dans la diffusion de cette nouvelle image de la minceur « asexuée ». Cette uniformisation sexuée rend la puberté difficile à vivre, pour nombre de filles, qui voient en un régime la solution à des problèmes d'ordre multiple. Cette représentation idéale et unique du corps de la femme (pour ne pas parler de tyrannie de l'apparence), qui tend vers « l'androgynie », n'est pas sans effet sur le comportement alimentaire des adolescentes et peut même faire le lit de nombreux troubles. Le régime restrictif en est un exemple parmi tant d'autres, mais qui montre bien la relation ambivalente à la nourriture que peuvent parfois entretenir ces dernières. Comme nous l'illustre bien une de nos informatrices, la restriction entraîne dans certaines circonstances, une inévitable compensation, d'autant que les sollicitations alimentaires sont permanentes dans nos sociétés contemporaines.

Au travers de ce parcours d'études diverses ayant pour point l'adolescent, il serait malvenu de cerner le comportement alimentaire à l'adolescence. Si tel était le cas, nous devrions parler plutôt en termes de comportements et adolescences au pluriel. Sans un effort de comparatisme, nous ne pouvons donner une monographie de l'alimentation de cette population. Les mutations auxquelles elle est sensible, ne peuvent être les mêmes entre le monde rural et le monde urbain, mais aussi entre les familles co-parentales et recomposées. Nous pouvons aussi ajouter que la distinction entre « repas formels » et « repas informels » peuvent être un objet à lui seul, comme l'avait par exemple observé Nicoletta Diasio sur les pratiques de grignotages des enfants de Rome et Paris³⁷. Nous situons donc bien ici, la complexité d'une étude sur l'adolescence et la nourriture. Comme le cite Fischler, manger est objet de recherche à multiples entrées qui permet de considérer les interactions complexes entre le biologique, le social et le culturel³⁸. C'est avec cette conception, que nous avons choisi sociologues, anthropologues, psychiatres, psychanalystes et médecins nutritionnistes, pour la rédaction de cette partie.

Aujourd'hui, l'alimentation et plus exactement les sociologies de l'alimentation, connaissent une littérature très étendue. Les grands paradigmes de cette discipline ont travaillé sur ce sujet de manière plus ou moins concurrentielle. Ce n'était donc pas sans difficultés que nous avons choisi certains auteurs au détriment d'autres, pour réaliser cet état de la question.

3 - Méthodologie de l'enquête

Délimitation du sujet et de la population étudiée

Dans ce mémoire qui s'intéresse aux enjeux et souffrances autour d'une pratique culturelle *Le repas*, nous avons choisi la population adolescente. Comme nous avons pu le constater à travers la partie précédente, ce groupe, ou plutôt ces groupes sont sensibles à certaines mutations sociétales. Mais les statistiques nous montrent que certaines permanences liées à l'alimentation peuvent aussi se retrouver dans leur comportement.

³⁶ Boucher B, Bratigny M.J., Dossier d'information *Enfants et adolescents, éducation au Bien-Manger*, mai 2001, www.lemangeur-ocha.com,

³⁷ Diasio, Nicoletta, *Plaisirs du goûts et regards détournés*, in *Revue des Sciences sociales*, Strasbourg, 2000, n°27, p. 54 à p.60.

³⁸ Fischler C., *Manger au carrefour du corps, des cultures et des individus*, Cultures en mouvement, N°50, Antibes, Septembre 2002, p. 12

Dans un premier temps, nous voulions aborder le sujet du comportement alimentaire des jeunes et leur représentation du corps. En d'autres termes, il s'agissait de mesurer l'impact de la nouvelle image du corps, véhiculée par nos sociétés modernes, sur la relation à la nourriture chez les adolescents. Durant le travail de terrain, nous avons pu remarquer qu'il était difficile de cerner l'influence de cette représentation sur un objet aussi complexe que l'alimentation. Le *manger*, comme Fischler nous l'a fait remarquer au cours de l'état de la question, est composé de multiples entrées. Comment distinguer ce qui relève d'une certaine inertie culturelle, et considérer d'autre part, les changements liés à de nouvelles représentations ? Le problème pour les adolescents est d'autant plus complexe, dans la mesure où la dépendance de la cuisine et de la nourriture, est à cet âge, étroitement liée à l'origine sociale du mangeur, mais aussi aux interactions avec le groupe des pairs.

Enfin, une autre donnée importante a aussi freiné une enquête sur le comportement alimentaire et la représentation du corps chez les jeunes : la singularité de chaque personne dans son rapport au corps. Cette donnée façonne aussi considérablement l'individu et son rapport à sa propre image. Cette relation ne peut être vécue de manière égale pour les différentes personnes. Il serait donc difficile d'en tirer des conclusions générales. C'est ce que nous précise Bernard Waysfeld, médecin spécialisé dans les "troubles alimentaires", qui s'est engagé à combattre le régime restrictif : « il est difficile de changer de poids. Nous avons un poids préprogrammé qui correspond à une homéostasie pondérale largement régulée même si cette régulation est relativement plus souple que la glycémie. On peut faire varier son poids mais pour 90 % des gens, dans des proportions modérées (...) Ils perdent 10 à 20 % de leurs poids. Puis ils s'arrêtent souvent de maigrir. Il y a des gens qui pèsent 120 kg, qui ont perdu à plusieurs reprises 30 kg mais à 90 kg ils n'en peuvent plus. Au bout de six mois, ils s'arrêtent de maigrir³⁹ ». Nous constatons bien ici que les données génétiques qui régulent les formes du corps peuvent donc modifier le rapport à ce dernier selon chaque individu. Il est donc très difficile de tenir compte d'une composante physiologique dans une enquête en sciences sociales, d'autant que le discours médical n'est pas un discours de vérité et que bien d'autres aspects influencent la question du comportement alimentaire et la présentation de soi.

Nous avons choisi d'étudier les enjeux qui sous-tendent les repas à l'adolescence mais aussi les souffrances liées à ce dernier. Dans la notion de souffrance, nous n'entendons pas exclusivement les troubles de l'alimentation (hyperphagie, anorexie, boulimie...) car bien d'autres mal-être peuvent aussi être envisagés. Nous avons sélectionné des lycéens pour ce travail, dont l'âge se situe entre 16 et 18 ans. L'échantillon est composé de six personnes de sexes différents et issues de compositions familiales différentes. Il n'a pas l'ambition d'être représentatif de la jeunesse en France. Cette fourchette de quelques individus peut, en revanche, mettre en relief certaines difficultés que rencontrent certains adolescents face à l'enjeu du repas dans différents contextes.

Un premier groupe a pour lieu de résidence Strasbourg et ses environs. Il s'agit de Virginie (16 ans), Marjorie (18 ans) et Nicolas (17 ans). Le second groupe habite en zone rurale dans le département des Vosges et se compose de trois informateurs : Emilie (16 ans), Paul (16 ans) et Jean (16 ans). Les personnes entendues sont toutes scolarisées dans l'agglomération de Saint Dié. Afin de limiter les éléments de comparaison, l'origine sociale des parents n'a pas de grands écarts de catégories socioprofessionnelles.

La comparaison se situera au niveau du statut de la famille. La moitié de l'échantillon est issue de familles co-parentales et l'autre comprend des personnes de familles

³⁹ Waysfeld B., *Régimes alimentaires, la fin d'une illusion*, Cultures en mouvement, n°59, Jt/At 2003, pp.20.

recomposées De plus, deux des interviewés ont connu, avant le divorce, le décès de l'un de leurs parents. C'est le cas de Marjorie qui vécut cette tragédie à l'âge de huit ans (ce qui a entraîné le départ chez son père à Strasbourg). Mais aussi de Paul, âgé de quatorze ans. Le jeune homme vit actuellement chez sa mère.

Méthodologie et techniques utilisées

En ce qui concerne la méthode d'enquête, nous avons eu recours dans un premier temps à des entretiens exploratoires afin d'élaborer les différents centres d'intérêts que nous devons parcourir avec les informateurs. Avec l'exploration s'est joint un relevé de consommation. Dans cette grille, les personnes devaient noter différentes prises alimentaires sur trois jours d'école. Ils devaient mentionner les repas « formels » mais aussi les autres repas comme le grignotage ou la consommation de boisson. Se sont effectués ensuite des entretiens de recherche semi-directifs. Réalisés dans des lieux divers, choisis en fonction des possibilités des interviewés (domicile parental, jardins publics...), les entretiens devaient aborder ces quatre principaux centres d'intérêts :

- goûts et dégoûts de la personne
- commensalité et convivialité aux repas
- comportement alimentaire de l'individu et ses éventuelles restrictions
- comportement alimentaire des parents et des autres acteurs liés à la recomposition familiale.

Ces interviews ont eu une durée variant d'une heure à une heure et demie. Dans le rapport d'enquête figurent aussi des retranscriptions dites « annexes ». Même si leur apport au sujet peut être limité, il est arrivé aux cours de certains échanges après entretien, que l'interlocuteur reprenne certains sujets. Dans certains entretiens où l'enregistrement a pu être possible, nous les avons tout de même retranscrits. Cependant, nous ne les avons pas tous ajoutés, car leurs ré-enregistrements donnent une forme décousue et peu présentable. Dans un cas, ce type d'enquête informelle nous a été d'une utilité certaine. Nous avons pu avoir accès à des informations qui n'avaient pas été développées dans l'entretien semi-directif, mais qui ont eu un impact dans la réflexion autour de ce sujet.

Fortement intéressés par les techniques de description et d'observation, nous aurions aimé adjoindre ce travail à l'enquête. Sur un plan logistique, il était difficile de le réaliser. Au cours des entretiens semi-directifs, effectués pendant les vacances scolaires, nous avons demandé un nouveau relevé de consommation afin d'être plus précis. Ces périodes marquées par d'autres types de comportements ne pouvaient être occultées pour la réalisation de cette étude.