

LES NORMES, LA FAIM ET LA LIBERTÉ

Marie-Pierre Julien

Marie-Pierre Julien est anthropologue et chercheur associé au laboratoire *Cultures et sociétés en Europe* (CNRS – Université de Strasbourg).

L'alimentation et l'adolescence sont au cœur des inquiétudes sociales contemporaines : de ce fait, elles font l'objet, toutes les deux, d'une production de discours moraux visant à définir de manière très normative des principes de bonne conduite. Quelles sont les normes qui encadrent les pratiques alimentaires des adolescents et quelles sont les conséquences de ces normativités alimentaires sur les adolescents ? Les adolescents, comme les parents, ont complètement intégré le fait que « les ados mangent mal » mais, parallèlement, ils connaissent parfaitement les prescriptions nutritionnelles du PNNS. Je proposerai plusieurs explications en lien avec la prise de conscience du processus de construction identitaire par ces jeunes, la difficulté à gérer la divergence entre normes individuelles et normes collectives et leur refus d'une responsabilité morale individuelle qui leur serait imposée par rapport à leurs aînés.

En règle générale, les adolescents ne se sentent pas concernés par les prescriptions nutritionnelles s'ils ne sont pas en excès de poids : « *je ne suis pas gros donc je ne vois pas où est le problème* » (Joachim, 12 ans, Strasbourg). Ils ne manquent pas de relever les contradictions entre les publicités et les messages transmis : « *C'est contradictoire, ils te mettent une pub pour Mc Do et ils te disent d'éviter de manger trop gras, trop salé...* » (Sana, bac professionnel, Strasbourg). Ils font la différence entre le bon manger et le bien manger : « *Ben, bon c'est le Mc Do, et équilibré c'est les fruits et les légumes* » (Maelle, 13 ans, Strasbourg). Mais ces prescriptions ne sont pas les seules formes de normativité qui encadrent l'alimentation des adolescents : lorsqu'on les interroge sur l'apparente contradiction entre le fait qu'ils mangeraient mal bien qu'ils maîtrisent les règles diététiques, ils apportent des réponses différentes selon leur âge.

Pour les plus jeunes, entre 11 et 14 ans, la référence principale est la norme alimentaire familiale. Pourtant, celle-ci est très variée d'une famille à une autre : lieu du repas, choix du menu, règles de convivialité... Et les règles sont constamment renégociées en situation (moment de la prise alimentaire, présence de convives, période de l'année...). « *Chez mes grands-parents, on fait d'abord manger les plus petites, ensuite on peut les mettre dehors et on mange en rigolant... si possible. [...]* Du côté de ma mère, on s'assoit à table, tous, on doit manger, on regarde les informations et, si on parle, mon grand-père commence à faire 'chut' et, si il y a une dispute, on voit tout le monde qui sort dehors » nous dit Sandra, 12 ans. Or, les conflits autour de l'alimentation sont présents dans les familles dès l'enfance, allant parfois jusqu'au refus des règles familiales.

Dans un contexte général qui définit de plus en plus l'alimentation comme un risque, les plus âgés, 15-18 ans, sont poussés à prendre en charge individuellement la gestion d'éléments souvent contradictoires. En premier lieu, leur faim : « *J'ai trop la dalle ! En sortant j'achète un muffin !* », « *Moi, à quatre heures, je prends un goûter chez moi [...] du Nutella...* » nous disent William et Iliès, 15 ans. Ou, comme dit Nadia : « *je me suis cassé le bras droit [...] moi il faut que je mange ! Alors je mange de la main gauche et ça va très bien ! Des croissants, du fromage, du poulet, des Mac Do...* » Mais on peut citer aussi les goûts et dégoûts des adolescents : « *Moi je n'aime pas les légumes... si, sauf les petits-pois* » Cindy, 16 ans ; leurs envies en fonction des saisons, ainsi en hiver « *on a envie de choses chaudes, des chocolats au lait bien chauds, hum !* » ; les règles familiales, comme l'illustre Chloé, 15 ans : « *je mange vite avant qu'il rentre... il [mon père] dit que ce [le goûter] n'est plus utile pour moi* » ; ainsi que les transformations physiques qui, conjuguées aux autres éléments et aux normes corporelles relativement pesantes, inquiètent fortement leurs parents.

Alors que la famille prenait en charge leur alimentation depuis leur enfance, les adolescents se trouvent, entre 15 et 18 ans, à devoir gérer individuellement les paradoxes de notre société qui leur offre une gamme très étendue de produits alimentaires, les invite à se faire plaisir, les rend libres de choisir leurs repas, mais les contraint par l'éducation à goûter à tout, les incite à manger peu, peu de sucre, peu de sel et peu de gras...

Notes