

**Marie-Pierre Julien**

**Mcf Université de Lorraine, 2L2S, DynamE**

**Adresse professionnelle :**

Université de Lorraine

UFR Sciences Humaines et Sociales

Ile du Saulcy - CS 60228

57045 METZ cedex 01

**Adresse personnelle :**

5, rue de Stalingrad

94110

**Des normativités dans les pratiques quotidiennes alimentaires  
de familles françaises**

***Cette communication s'inscrit dans la session spéciale sur les normes alimentaires organisée par Séverine Gojard, Sandrine Barrey et Anais Malié.***

Mon article n'est pas terminé mais en cours d'écriture et je vous prie de m'en excuser. Vous trouverez les lignes théoriques qui prévalent à mes analyses, les morceaux de terrains choisis (qui pourront être développés ou supprimés) mais l'analyse du terrain n'est pas encore aboutie. Je dois profiter de la pause de la Toussaint pour le terminer car pour le moment les cours reprennent. En espérant que vous en verrez malgré tout l'intérêt.

Bien cordialement

### **Abstract**

La surveillance de l'alimentation et des corps est depuis longtemps un enjeu politique et une arène entre pouvoirs (familiaux, éducatifs, médicaux, sociaux) à travers par les normes d'hygiène, les règles nutritionnelles et les modalités de consommation (Depecker, Lhuissier, Maurice, 2013). Des sociologues et des anthropologues s'intéressent depuis les années 1980 aux effets de ces normes et règles sur les pratiques alimentaires familiales en prenant en compte tant les inégalités sociales que les valeurs culturelles (Mennell, Murcott, H. van Otterloo, 1992 ; Warde, 1997 ; Fischler, 1979, 1990 ; Poulain, 2002 ; Corbeau 1992, 2007 ; Gojard 2000, 2006 ; Diasio, Hubert, Pardo, 2009 ; Brougère De la Ville, 2011). Certains questionnent la façon dont les familles gèrent la multiplicité des normes alimentaires contemporaines et leurs conséquences sur les constructions d'identités sociales, d'autres s'intéressent aux formes de métissages à l'œuvre dans les pratiques alimentaires quotidiennes. L'extension de la mise aux normes de l'alimentation n'est pourtant pas un phénomène récent, mais les débats contemporains qui pointent de plus en plus les périls qui toucheraient l'alimentation (obésité, diabète, problème cardiovasculaire) se sont généralisés. Économiser les corps, gérer la population, renforcer les forces vives de la nation passe par une intervention dans les familles (Donzelot, 1977). Foucault avait déjà retracé l'histoire et les logiques de formation de pouvoirs et savoirs sur les corps visant à combiner une surveillance exhaustive des corps et leur efficacité. La diffusion de discours qui prônent santé et hygiène constitue par ailleurs un des éléments d'un plus vaste gouvernement des corps, à savoir cet ensemble de procédures, de techniques et de méthodes qui garantissent le guidage des hommes les uns par les autres (Foucault 1975, 1976, 1978). L'article proposé ici a pour objet de questionner la façon dont les familles entendent, se réapproprient et mobilisent les normes sociales de surveillance et de contrôle de l'alimentation pour arbitrer leurs pratiques alimentaires quotidiennes.

### **Mots clés**

Normes sociales, pratiques alimentaires, familles en France.

L'alimentation est à la fois indispensable à la survie, source de plaisir et facteurs d'inquiétude quotidienne soit parce qu'elle manque, parce qu'elle est abondante, quant à ses qualités sanitaires, ses qualités gustatives, etc. L'alimentation et ses conséquences sur les humains sont observées par les chercheurs et les médecins, racontées par les écrivains, mises en image par les publicitaires, les artistes et désormais tout un chacun, réglées par les juristes, parlées par des psychanalystes, normées par les pouvoirs publics et la morale...

La surveillance de l'alimentation et des corps est depuis longtemps un enjeu politique et une arène entre pouvoirs (familiaux, éducatifs, médicaux, sociaux) à travers par les normes d'hygiène, les règles nutritionnelles et les modalités de consommation (Depecker, Lhuissier, Maurice, 2013). Des sociologues et des anthropologues s'intéressent depuis les années 1980 aux effets de ces normes et règles sur les pratiques alimentaires familiales en prenant en compte tant les inégalités sociales que les valeurs culturelles. En Grande-Bretagne on peut noter par exemple les travaux de Stephen Mennell, Anne Murcott, Anneke H. van Otterloo (1992) ou ceux d'Alan Warde (1997) et en France ceux de Claude Fischler (1979, 1990) ou Jean-Pierre Poulain (2002). D'autres travaux ont plus particulièrement porté sur les transmissions et les modifications des habitudes depuis ceux de Jean-Pierre Corbeau (1992, 2007) à ceux de Séverine Gojard (2000, 2006) et celui dirigé par Nicoletta Diasio, Annie Hubert et Véronique Pardo (2009) ou encore celui dirigé par Gilles Brougère et Inès De la Ville (2011). Ces derniers questionnent, entre autres, la façon dont les familles et les enfants gèrent la multiplicité des normes alimentaires contemporaines et leurs conséquences sur les constructions d'identités sociales et la recherche du plaisir dans l'alimentation pendant que d'autres recherches s'intéressent aux formes de métissages à l'œuvre dans les pratiques alimentaires quotidiennes (voir à ce propos les différents numéros de la revue *Anthropology of food* qui existe depuis 2001). Cette inquiétude provoquée par l'alimentation n'est pas propre à la France comme le soulignent les auteurs de *Trust in food* (Kjærnes, Warde 2002) ouvrage consacré à une comparaison de pays européens. Posant en toile de fond l'anxiété vis-à-vis de la nourriture véhiculée par les politiques publiques en Grande Bretagne, en Suède et en Norvège, les contributeurs de l'ouvrage dirigé par Alison James, Anne Trine Kjørholt, et Vebjørng Tingstad (2010) interrogent la signification des pratiques alimentaires dans les constructions identitaires en s'intéressant plus particulièrement aux changements survenus récemment dans les pratiques familiales au sein de différents groupes sociaux.

L'extension de la mise aux normes de l'alimentation n'est pas un phénomène récent, mais les débats contemporains qui pointent de plus en plus les périls qui toucheraient l'alimentation : maladie (obésité, diabète, problème cardiovasculaire), handicaps, dépendance (aux médicaments, aux services sociaux), se sont généralisés sur la planète (ex : campagne contre l'obésité en Amérique centrale et du Sud, en Asie). Économiser les corps, gérer la population, renforcer les forces vives de la nation passe par une intervention dans les familles (Donzelot, 1977). Foucault avait déjà retracé l'histoire et les logiques de formation de pouvoirs et savoirs sur les corps visant à combiner une surveillance exhaustive des corps et leur efficacité. La diffusion de discours qui prônent santé et hygiène constitue par ailleurs un des éléments d'un plus vaste gouvernement des corps, à savoir cet ensemble de procédures, de techniques et de méthodes qui garantissent le guidage des hommes les uns par les autres (Foucault 1975, 1976, 1978). L'article proposé ici a pour objet de questionner la façon dont les familles entendent, se réapproprient et mobilisent les normes sociales de surveillance et de contrôle de l'alimentation pour arbitrer leurs pratiques alimentaires quotidiennes.

Ce terrain prend place dans un projet beaucoup plus vaste qui associe laboratoires du CNRS, laboratoires universitaires et entreprises, à l'initiative du groupe SEB. Ce projet s'étale sur 3 ans et demi, de janvier 2013 à juin 2016 et est financé par un grand emprunt d'avenir à travers BPI France (ex Oséo). Au sein du laboratoire DynamE de Strasbourg, ce terrain fait suite à d'autres recherches qui ont également portées sur les pratiques alimentaires, celles des adolescents au cours de l'ANR Alimados, et celles des enfants au cours de l'ANR Funfood.

## ***Le terrain***

Au total, ce sont 38 familles volontaires qui ont été interviewées par les chercheurs de l'équipe et 27 qui ont été observées entre 3 et 18 mois. Elles sont localisées dans 6 régions de France : Rhône-Alpes, Ile-de-France, Picardie, Lorraine, Alsace, Haute-Garonne et Haute-Normandie. Deux critères ont retenu notre attention pour le choix des familles : le lieu de vie (zone rurale, périurbaine ou centre-ville) et la situation familiale dans le parcours de vie (couple sans enfants, couples avec jeunes enfants, couples avec adolescents, ayant vécu en couple mais séparé, célibataire, actifs ou retraités).

Cette recherche étant qualitative nous n'avons pas cherché à former un échantillon représentatif. Les personnes qui ont accepté de participer à la recherche sont nécessairement des gens qui portent un certain intérêt à la question de l'alimentation car notre présence est longue et répétitive. Il s'avère qu'en France actuellement ces personnes sont relativement nombreuses comme le montre, par exemple, le nombre de spectateurs des émissions télévisuelles qui portent sur cette question ou le nombre de périodiques qui ont pour sujet sur la cuisine. Les personnes rencontrées appartiennent toute à la classe moyenne qui est très large. Pour le dire autrement nous n'avons pas travaillé ni avec des gens qui se qualifient de riches ou ni des gens qui se qualifient ou sont qualifiés de pauvres par les services sociaux ou par le fait d'aller au resto du cœur par exemple. Au niveau des CSP nous avons des facteurs, des chauffeurs routiers, des assistantes maternelles, des infirmières, des ingénieurs, des chefs d'entreprises...

La majorité des foyers visités sont des couples (31/38 foyers) et la majorité des foyers ont des enfants (32/38). Si la plupart de ces familles ont 2 enfants (15/38), nous avons rencontré 1 foyer avec 6 enfants (Lorraine), 2 foyers avec 5 enfants (Ile de France), 1 foyer avec 4 enfants (Ile de France), 7 foyers avec 3 enfants, 6 foyers avec un enfant mais 6 foyers sans enfants. Les enfants ont de quelques mois à 23 ans, certains jeunes adultes ne rentrant que le week-end chez leurs parents. Les familles rencontrées sont parfois des familles recomposées ou monoparentales avec parfois des enfants qui sont en gardes alternées (4/38 foyers). Ce sont aussi ces situations qui nous ont intéressés en ce qu'elles mettent en évidence des organisations différentes selon les semaines. Quant aux âges des personnes rencontrées : parmi ces foyers, 17 foyers sont composés d'adultes d'une quarantaine d'années, 9 foyers de couples d'une trentaine d'années, 5 sont composés de personnes d'une soixantaine d'années et plus, 4 foyers de couples d'une cinquantaine d'années et 2 foyers de couples d'une vingtaine d'années.

## ***La méthodologie***

La méthodologie qui a été mise en place dans cette enquête est qualitative, il s'agissait d'observations participantes c'est-à-dire que nous avons observé l'articulation entre le dire et le faire en situations. Nicole Ramognino explique par l'existence de plusieurs niveaux de normativité pourquoi les savoirs ne sont pas toujours en adéquation avec les savoir-faire, comme le fait remarquer Jean-Pierre Poulain lorsqu'il constate, sur un échantillon national représentatif de la population française, une nette différence entre un bon niveau d'appropriation des connaissances nutritionnelles et des pratiques qui se montrent pourtant très hétérogènes. Non seulement en fonction des situations, les normes sociales mobilisées pour agir ne sont pas les mêmes mais encore, dans une même situation, les différents niveaux de normativités qui vont motiver l'action d'un même individu peuvent entrer en contradiction et expliquer qu'il n'agisse pas comme il pensait initialement le faire ou comme il le dit. Ces dissonances sont peut-être alors aussi des espaces dont les sujets peuvent se saisir pour justifier et inventer de nouvelles formes de commensalités qui tenteraient de résoudre certaines contradictions normatives auxquelles ils sont confrontés. Il s'agirait alors de revenir à la définition de la norme proposée par Georges Canghilem<sup>47</sup>, historien des sciences à qui la sociologie à emprunter le concept : une capacité du vivant à résoudre des problèmes liés aux contraintes de son environnement, non pas en s'adaptant mais en inventant des solutions.

La question de la prise en compte de la situation n'est évidemment pas nouvelle. Des chercheurs comme William Isaac Thomas de l'Ecole de Chicago la mettent à l'ordre du jour en sociologie dès les années 20 en utilisant une méthodologie ethnologique. La valeur heuristique de la situation a été démontrée par nombre de chercheurs issus de l'interactionnisme, souhaitant mettre en exergue les processus de construction émergeant de l'interaction. Ils ont principalement cherché à expliquer l'action en tenant compte de trois éléments rappelle Albert Ogien : 1) le rapport des conduites individuelles avec l'environnement, 2) les compétences mises en oeuvre, 3) le monde social qui est présent sous la forme d'une multitude d'univers particuliers. De son côté, le courant de l'action située<sup>31</sup> développe des méthodes pour rendre compte du sens construit dans une situation donnée par les acteurs impliqués. Les recherches de l'anthropologue Jean Lave sont également fondamentales en ce qu'elles situent les apprentissages dans leur contexte en tenant compte de tous les acteurs présents qui permettent ou empêchent la transmission des savoir et savoir-faire. L'anthropologie culturelle anglaise (Ecole dite de Manchester) avait montré, dès les années quarante en Afrique de l'Est, l'intérêt de travailler sur les situations pour comprendre la complexité des constructions identitaires socioculturelles et pour prendre en compte les contradictions dans la mobilisation de certaines références normatives par les individus et les groupes. Elle préconisait de suivre les protagonistes dans différentes situations. A la différence de la perspective interactionniste, la perspective situationnelle a été construite par J. Clyde Mitchell et Max Gluckmann pour être particulièrement efficace dans l'étude des interactions non prévues par la structure (conflit, mobilité rapide...).

Pour structurer les observations et les entretiens, nous nous sommes inspirés de la méthode des itinéraires de D. Desjeux. Nous avons suivi les familles depuis la constitution de la liste de courses, pendant les achats, le rangement, la négociation du menu, la préparation du repas, la consommation du repas ainsi jusqu'au rangement de la cuisine et des restes. Nous avons varié les situations observées en fonction des saisons (hivers, printemps, été, rentrée scolaire) et des situations : approvisionnement en supermarché, au marché sur internet, déjeuné, dîner, goûté, petit-déjeuner, repas de fête... Dans chaque famille nous nous sommes intéressés à plusieurs personnes pour comprendre l'articulation des logiques d'actions de chacun autour de pratiques culinaires.

A propos de leur alimentation les membres des familles rencontrées ont souvent employé des termes comme équilibré, sain, divers ou variés faisant ainsi références aux normes édictées par le PNNS. Je propose donc ici d'analyser la façon dont ces normes alimentaires édictées au début du 21<sup>ème</sup> siècle sont pratiquées et réinterprétées dans le quotidien par nos interlocuteurs. Nous situant dans la perspective sociologique d'un acteur agit et agissant, ce que Sylvie Fainzang avait déjà proposé dans son travail anthropologique sur les relations entre patients et soignants pour définir les patients : « L'individu est un sujet comme l'est le sujet du verbe, c'est-à-dire auteur et parfois maître de ses actes, mais il est aussi sujet comme l'est le sujet du roi, c'est-à-dire en partie assujetti et inféodé à une force qui le dépasse, en l'occurrence aux déterminants sociaux, au contexte politique et aux influences culturelles, autrement dit à d'autres lois et à d'autres règles que les siennes propres ». Cette définition de l'individu avait été remise à l'ordre du jour par Michel Foucault quelques années plus tôt dans sa définition du sujet : « Il y a deux sens au mot 'sujet' : sujet soumis à l'autre par le contrôle et la dépendance, et sujet attaché à sa propre identité par la conscience ou la connaissance de soi. Dans les deux cas, ce mot suggère une forme de pouvoir qui subjugué et assujetti ». L'intérêt de cette notion est qu'elle permet d'évoquer par un seul mot ce double aspect à la fois de construction de l'individu par le groupe et d'adhésion de l'individu aux techniques de soi propres au groupe. Cette double position permet à la fois au sujet d'être membre du groupe et de s'en approprier les habitudes, de les transformer et de les transmettre. Les membres des familles rencontrés sont à la fois soumis aux pouvoirs étatiques, médicaux, médiatiques, familiaux, scolaires etc., à travers les normes par exemple, mais ils sont également sujets de leurs actes c'est-à-dire des personnes qui apprennent et maîtrisent plusieurs façons de faire et mobilisent l'une ou l'autre en fonction des situations et des réseaux d'actions dans lequel ils agissent, avec parfois des ratés.

## Données de terrain

« C'est équilibré » est la mention récurrente des parents et des jeunes. Des discours et des observations ressort qu'un repas déséquilibré est un repas sans fruit et légume. Par contre, la présence de la viande ne participe pas à l'équilibre.

### **Présence de différents groupes d'aliments**

Pour Carine également les légumes équilibrent les repas alors que pour son conjoint Jérôme c'est la présence des trois familles (protéine, glucide et végétaux) qui permet de caractériser comme équilibré un repas. On retrouve cette définition de l'équilibre par la présence de différents groupes d'aliments et pas seulement les légumes chez Anne-Marie et Pierre (un enfant, zone rurale, Drôme). Azalée, 10 ans, revient sur l'importance de manger diversifié et explique les liens qui existent pour elle entre les légumes et la notion d'équilibre : cela vient de la campagne de communication du PNNS (Plan National Nutrition et Santé) que parents et enfants ont tout à fait intégré comme nous l'avions déjà remarqué lors de l'enquête Alimados<sup>1</sup>. Azalée souligne aussi le lien entre équilibre et goût ce que son frère qui s'est mis au régime a, selon elle, tendance à oublier et fait le lien également entre manger équilibré et santé.

### **I. L'importante présence de légumes : le rôle des réseaux dans la diffusion de la norme**

Avec cette exemple ce qui nous intéressera c'est la façon dont les normes ne sont pas que des injonctions verticales mais également sont appliquées/imposées par les relations au sein de réseaux familiaux, amicaux, de travail, de voisinage.

Pour la majeure partie des familles rencontrées, « équilibré » implique la présence de légumes dans le repas. Il en va ainsi pour Joanna (trentaine, 2 enfants, péri-urbain Strasbourg). C'est elle qui décide des repas même si c'est Paul qui fait les courses. Elle tient à ce qu'il y ait des légumes à chaque repas et une fois dans la journée de la viande ou du poisson. Elle fait la liste des menus pour une semaine et construit sa liste en conséquence.

Les légumes sont également au centre de l'équilibre des repas pour Sandra. Dans la famille de Sandra et Jean-Patrick (famille recomposée avec 2 filles de 11 ans, centre-ville Strasbourg) « équilibré » signifie qu'il y a assez de légumes dans le repas. Les pizzas faites maison ne sont pas considérées comme équilibrées par exemple car ne contenant pas assez de légume. Mais également, il ne faut pas que les enfants mangent trop de chips de pommes de terre alors que les chips de légumes ou de bananes plantains sont regardées plus positivement par Sandra. L'équilibre est ici regardé sur une journée.

Qu'est-ce qu'un légume ?

Toutes les familles ne classent pas les légumes de la même façon. Maryannick et James mangent de la salade à tous les repas et donc ne la considèrent plus tout à fait comme un légume.

Toutes les familles rencontrées consomment également des légumes en conserve comme par exemple la famille de Maryannick et James.

---

<sup>1</sup> Guetat M., 2009, « De l'injonction à la réappropriation des messages nutritionnels ambiants » in Diasio N., Hubert A., Pardo V., « Alimentations adolescentes », *Les Cahiers de l'OCHA n°14*, Paris, pp. 123-133.

Julien M.-P., 2009, « Les normes, la faim et la liberté dans deux groupes d'adolescents », » in Diasio N., Hubert A., Pardo V., « Alimentations adolescentes », *Les Cahiers de l'OCHA n°14*, Paris, pp. 112-122.

Selon les résultats d'un rapport INSEE daté de 2008<sup>2</sup>, les français consommeraient très peu de légumes et de céréales au profit de la viande. De notre côté, nos analyses qualitatives montrent, 7 ans plus tard, que les légumes et les céréales seraient très présents au cœur des repas familiaux. Nous avons pu constater que la viande n'était plus le centre du repas mais que celui-ci était plutôt désormais les légumes et les céréales préparés principalement sous forme de salades, gratins, soupes, etc, en fonction des saisons. La viande apparaît comme un aliment plus « personnalisé » servi « à la carte ». Par exemple, lors d'un repas de famille, le gratin de chou-fleur va être posé sur la table et chaque membre de la famille va « accompagner » sa part de gratin avec soit une tranche de jambon pour l'un, soit un poisson vapeur pour l'autre, des nuggets pour les enfants, etc. Par conséquent, nous avons voulu comprendre pourquoi nos hypothèses et les résultats de l'étude INSEE citée plus haut se contredisaient. Outre l'importance des légumes dans « l'équilibre » des repas que nous venons de voir, nous avons cherché à analyser « ce qui se passe » concrètement autour des légumes.

Les exemples de l'AMAP et du *Primeur* permettent d'offrir un « effet de grossissement » à ce qui peut se passer dans d'autres situations d'approvisionnement des familles observées (supermarché, Grand frais, etc.). En effet, à l'AMAP et chez le Primeur, on constate des activités de partage et d'échange très animées autour des légumes. (Fanny et Danny 2 enfants Picardie).

Autour des légumes, il y a aussi beaucoup de « bonnes affaires ». Les personnes éprouvent de la satisfaction à maîtriser les coûts de ces achats spécifiques, de jouer avec les économies. Selon D. Desjeux<sup>3</sup>, ce plaisir du contrôle des dépenses découlerait du fait de se sentir protagoniste de ses achats et pas seulement un acheteur passif. (Famille Catherine et Christian (M.V.), observations courses 14/06/2013, p.22).

L'achat de caisses de légumes à moitié prix n'est pas un cas isolé. Dans la plupart des régions, de nombreux primeurs et autres points de vente ont choisi cette option pour attirer les clients. Ces achats par caisses ont donc des conséquences importantes sur les pratiques alimentaires des familles : celles-ci vont devoir soit congeler, soit cuisiner rapidement ces produits périssables et les partager afin de ne pas les gaspiller. Il n'est donc pas rare que les légumes soient redistribués sous des formes préparées (ex. la tomate sous forme de coulis, les aubergines sous formes de caviar d'aubergines, etc.)

Ce partage quantitatif et matériel (le produit en lui-même) induit également des échanges de recettes, d'astuces et de connaissances à propos du légume en question (surtout s'il s'agit de légumes anciens), de savoir-faire. Le partage peut avoir lieu avec des amis, des voisins, des collègues, etc.

Le rapport de l'INSEE cité précédemment s'appuie uniquement sur une variable économique, à savoir la part du budget consacré à l'achat de légumes et/ou de viande. Or, le travail qualitatif dans les familles nous amène à penser qu'il y aurait énormément de partage et de distribution de légumes sur un plan intra-familial mais aussi extra-familial (voisin, collègues, amis, etc.). Même si les familles ne consacrent pas une part importante de leurs dépenses à l'achat des légumes, cela ne signifierait peut-être pas qu'ils les boudent dans leurs assiettes mais qu'ils s'en approvisionneraient par des voies non marchandes. Cf Magali / Noel et Josianne/ famille Lucette, observation des courses 12/09/2013, p. 1.

L'achat de légumes par caisses à -50% (cf. Catherine), l'auto-production (cf. Magalie) que l'on redistribue à sa famille et ses voisins (cf. Josiane), l'approvisionnement chez l'ami agriculteur (cf.

---

<sup>2</sup> Besson D., *Le repas depuis 45 ans : moins de produits frais, plus de plats préparés*, INSEE Première, n°1208, sept 2008.

<sup>3</sup> Clochard F., Desjeux D. (dir.), 2013, *Le consommateur malin face à la crise*, T. 1, Paris, l'Harmattan.

Lucette) ou à l'AMAP (qui ajoute souvent au panier quelques « bonus »), etc. sont autant de voies possibles pour consommer des légumes sans devoir trop dépenser.

Si beaucoup de famille fréquentent ou ont fréquenté les AMAP, beaucoup nous expliquent regretter l'impossibilité qui leur est faite de pouvoir choisir leurs légumes. (cf. Maryannick). Si l'AMAP est appréciée parce qu'elle fournit des légumes et « oblige » à les cuisiner il est par contre regretter par certains de se voir imposer des légumes qu'on n'aime pas ou la répétition pendant plusieurs semaines d'un même légume.

En outre, beaucoup de familles ne consomment plus de viande le soir aussi c'est le légume ou le féculent qui constitue le plat commun. Mais il faut noter une différence entre la semaine et le weekend. Chez certaines familles, c'est le weekend que la viande est consommée le midi et en semaine elle est plutôt consommée le soir ou pas du tout. Les plus jeunes expriment assez clairement pourquoi ils ne désirent pas de viande tous les jours. Anne et Guillaume vivent avec leurs 5 enfants dans une maison de ville en zone péri-urbaine de région parisienne. Entretien avec la fille 13 ans et de 15 ans

## ***II. Gestion des normes contradictoires***

### ***Sain/bon***

Jean-Patrick et Sandra montrent avec le Nutella que l'argument santé est souvent antinomique de l'argument goût. Ainsi, pour Sandra et Jean-Patrick il y a une importance des légumes mais également à travers une attention portée à la santé à la composition des produits comme le Nutella par exemple. Le Nutella acheté est bio mais, pour autant, Sandra fait remarquer que cela ne le rend pas meilleur à la santé.

Dans certaines familles, le terme « sain » est synonyme de « naturel » et donc souvent rattaché aux fruits et légumes. Le qualificatif de « sain » ou de « naturel » dépend du lieu d'approvisionnement où l'on choisit le produit. Par exemple, un fruit provenant du supermarché drive sera perçu comme moins sain et moins naturel qu'un fruit choisit (soi-même) chez le primeur. Rosalie et Toufik forment un couple sans enfant, ils habitent un appartement de centre-ville dans la Drôme. Dans les propos de Rosalie le qualificatif de « sain »/ « naturel » est rattaché à l'idée que le produit n'a pas subi de manipulation (manipulation par l'industriel qui le sélectionne pour son esthétisme, ni « piqué pour qu'ils ne s'abiment pas »). Dans cette optique, le terme « sain » paraît associé au fait que le produit n'a pas subi de transformation ni de traitement complexe donc à celui de « simplicité » ou « simplicité »...

Sandra et Jean-Patrick ont un avis très arrêté sur les mélanges de protéines animales et végétales qui ne conviennent pas à Sandra : Moi c'est le mélange légumes secs viande que je ne supporte pas, parce que tu mélanges protéines végétales et animales, tu ne digères pas.

Parmi ce qui rend malade il y a le gras. Les fruits et légumes lui sont alors opposés ce que Joanna explique pour justifier qu'en plus du repas très copieux préparé pour l'anniversaire de sa fille et auquel sont conviés ses parents et son frère, elle va quand même faire une salade de fruits. Par maladie il faut entendre, une digestion difficile mais également des maladies plus graves comme le cholestérol.

Magalie et Renaud ont 2 enfants et vivent dans un pavillon en zone péri-urbaine dans la Drôme : Magalie rattache la notion de santé à un discours médical (« cholestérol », « c'est conseillé » sous-entendant par-là, « par le médecin de Renaud »). L'aliment bon pour la santé, à savoir le poisson, est consommé ici avec une certaine « contrainte » (« il faut qu'il en mange »).

Catherine et Christian sont retraités et se sont installés récemment en zone rurale dans la Drôme, près d'un de leurs enfants. Certains aliments spécifiques, achetés dans un magasin bio, sont



consommés dans un objectif ciblé comme « fortifier les ongles et les cheveux ». L'aliment « bon pour la santé » est donc perçu comme agissant directement sur la santé par ses effets apaisants, « antioxydants », « fortifiants », etc.. Dans ce cas, le discours emprunte le thème médical de la « cure ». Dans le même ordre, les termes « détox » et « régime » peuvent également apparaître. Pour d'autres il s'agit d'éviter ou de remplacer des aliments considérés comme mauvais pour la santé. Ex Arthur qui remplace certains aliments dans le repas préparé par ses parents. Il regarde aussi la composition des aliments que ses parents achètent.

### ***Importance de la diversité et de la variété***

La notion de « variété » est rattachée à d'autres pratiques en lien avec l'*attention* et la *maîtrise* de son alimentation (régime, programme de remise en forme, etc.) : « je fais gaffe de manger des protéines ». Ce n'est pas quelque chose qui se ferait « naturellement » chez la personne, cela semble lui demander un effort de réflexion et d'implication. Dans ce cas, il n'est pas rare que des dispositifs et autres supports (tels que « programme sportif ») soient mobilisés par la personne pour l'aider à ce contrôle sur une période déterminée et dans un objectif ciblé. En général, la personne s'engage de façon impliquée dans ce type de programme qui suggère de bousculer ses rythmes quotidiens habituels, à condition que le rythme imposé par le programme ne vienne pas trop à l'encontre du rythme professionnel (beaucoup plus rigide).

### ***Plaisir et diversité***

si la diversification est une justification récurrente dans le choix des menus, elle s'effectue dans deux temporalités distinctes.

- Au quotidien, les parents essaient que ni eux ni leurs enfants ne mangent la même chose midi et soir (des cordons bleus par exemple). Nous disons bien essaient car beaucoup de parents n'ont pas l'impression de pouvoir maîtriser le repas du midi des membres de leur famille (restauration collective scolaire ou d'entreprise) et justifie les redondances par cette ignorance.

- Dans la succession des semaines, ils essaient que les repas phares ne soient pas les mêmes d'une semaine sur l'autre. Mais une recette peut être refaite plusieurs semaines d'affilées si elle est basée sur un légume de saison (potimarron par exemple) ou dans le but de l'améliorer.

Il faut noter également que souvent cette idée de diversité est quasiment synonyme d'équilibre alimentaire. Mais cette notion d'équilibre semble être moins mobilisée le weekend. Par exemple, certaines familles ont des repas désignés de plus « relâche » les dimanches midis ou dimanches soir, ou encore le vendredi soir.

### ***Projection des menus sur 2 semaines afin d'articuler plaisir ET diversité***

Alors que les conseils PNNS sont sur une journée, la plupart des familles projettent, lors de l'approvisionnement, les repas sur 1 et souvent 2 semaines avec l'argument suivant : « je ne peux pas faire ce plat, je l'ai déjà fait la semaine dernière ». Deux motivations principales pour éclairer cette tendance : il faut de la diversité ET le fait que tous les membres de la famille n'aiment pas et donc on ne peut pas leur imposer toutes les semaines le même plat qui n'a pas été plébiscité voir qui a été boudé pour certains. Cf. Estelle et Matthias vivent en pavillon dans une zone rurale de Haute-Garonne.

Dans la majorité des cas, on observe une articulation très forte entre diversité et plaisir. Certains plats ou menus donnent vite lieu à de la lassitude (ex. du maïs ci-dessus) d'autres, au contraire, sont hebdomadaires : les pâtes, certains légumes. Ce sont des plats appréciés par l'ensemble du groupe familial et non par un seul membre de la famille.

Par ailleurs, le plaisir de manger peut être étroitement associé à la notion de « goût ». De même, le plaisir de manger apparaît comme une forme de « tentation » qui doit rester *maîtrisée* sans pour autant atteindre la « performance » : *Rosalie : Après c'est vrai j'aime manger de la crème, j'aime manger du fromage, mais je ne fais pas non plus n'importe quoi, je ne suis pas obèse, je n'ai pas de problèmes de santé, donc bon. C'est parce que je fais du sport à côté que je m'autorise à manger comme je le veux.*

**Cet article est en cours de rédaction.**

### **Références bibliographiques**

*Anthropology of Food*, 2001 à 2013 voir <http://aof.revues.org/6943>

Ascher F., 2005, *Le mangeur hypermoderne. Une figure de l'individu éclectique*, Paris, Éditions Odile Jacob.

Brougère G., de la Ville V.I. (dir.), 2011, *On ne joue pas avec la nourriture ! Enfance, divertissement, jeu et alimentation : entre risques et plaisirs*, Paris, Ocha.

Certeau de M., Girard L. et Mayol P., 1980, *L'invention du quotidien. T2 : habiter, cuisiner*, Paris Gallimard.

Clochard F. et Desjeux D., 2013, *Le consommateur malin face à la crise*, Paris, L'Harmattan, coll. Dossier Sciences humaines et sociales.

Cochoy F., 2011, *De la curiosité. L'art de la séduction marchande*, Paris, Armand Colin, coll. Individu et société.

Cohen L., 1996. « From town center to shopping center: The reconfiguration of community marketplaces in postwar America », *American Historical Review*, 101(4), pp. 1050-1081.

Corbeau J.-P., 1992, « Rituels alimentaires et mutations sociales », *Cahiers internationaux de sociologie*, XCII, pp. 101-120.

- 2007, « Impact des messages nutritionnels médiatiques sur les adultes et les seniors », *Réalités en nutrition*, 4, pp. 1-6.

Crenshaw K.; Bonis O., 2005, « Cartographies des marges : intersectionnalité, politique de l'identité et violences contre les femmes de couleur », *Cahiers du Genre*, (2), 39, pp. 51-82.

Depecker T., Lhuissier A., Maurice A. (dir.), 2013, *Mesures et Réformes des pratiques alimentaires*, PUR.

Diasio N. , 2010, « Children and food: ambivalent connections between risk, moral, technologies and fun », in Vandamme S., Van de Varthorst S. and de Beaufort I., *Whose Weight is it anyway ? Essays on ethics and eating*, ed. Acco, Leuven and Den Haag.

Diasio N., Hubert A. et Pardo V. (dir.), 2009, *Alimentations adolescentes en France*, Paris, Ocha, Observatoire CNIEL des habitudes alimentaires.

Donzelot, 1977, *La police des familles*, Paris, Ed. de Minuit.

Fischler C. (dir.), 1979, « La nourriture - pour une anthropologie bioculturelle de l'alimentation », *Communication* 31.

- 1990, *L'Homnivore*, Paris, Odile Jacob, coll. Poches.

Fainzang S., 2001, *Médicaments et société. Le patient, le médecin et l'ordonnance*, Paris, PU.

Foucault M., 2001, *Dits et Ecrits II*, Paris Gallimard coll. Quatro.

- 1975, *Surveiller et punir*,

Gojard S., 2000, « L'alimentation dans la prime enfance, diffusion réception des normes de péricultures », *Revue française de sociologie*, 41, 3, pp. 475-512.

- 2006, « Changement de normes, changement de pratiques ? Les prescriptions alimentaires à destination des jeunes enfants dans la France contemporaine », *Journal des anthropologues* n°106-107, pp. 269-285.

Gronow J. and Warde A., 2001, *Ordinary consumption*, Psychology Press.

Guétat M., 2009, « De l'ajonction à la réappropriation des messages nutritionnels ambiants »

- in Diasio N., Hubert A., Pardo V., « Alimentations adolescentes », *Les Cahiers de l'ØCHA n°14*, Paris, pp. 123-133.
- Halkier, B., 2012, *Consumption Challenged: Food in Medialised Everyday Lives*, Ashgate, London.
- James A., Trine Kjørholt A. , et Tingstad V. eds., 2010, *Children, Food and Identity in Everyday Life*. New York. Palgrave Macmillan.
- Julien M.-P., 2009, « Les normes, la faim et la liberté dans deux groupes d'adolescents », » in Diasio N., Hubert A., Pardo V., « Alimentations adolescentes », *Les Cahiers de l'ØCHA n°14*, Paris, pp. 112-122.
- 2013, « Des situations commensales adolescentes : entre pluralité normative, conflits et construction de soi », Depecker T., Lhuissier A., Maurice A. (dir.), 2013, *Mesures et Réformes des pratiques alimentaires*, PUR.
- Kjærnes U., Harvey M. & Warde A., 2007, *Trust in Food*, Palgrave.
- Mennell S., Murcott A. , van Otterloo A., 1992, *The sociology of food: eating, diet, and culture*, Sage, London.
- Mermier F. et Peraldi M. (dir.) 2011, *Mondes et places du marché en Méditerranée : formes sociales et spatiales de l'échange*, Paris : Editions Karthala.
- Poulain J.-P., 2002, *Sociologies de l'alimentation, les mangeurs et l'espace social alimentaire*, Paris, PUF.
- Warde A. , 1997, *Consumption, food and taste*, Sage, London.
- Watson J. L. and Caldwell M. L., 2005, "The Cultural Politics of Food and Eating, Blackwell Readers" in *Anthropology*, No. 8, Malden MA.