

# Des adolescents vecteurs de messages nutritionnels au sein de leur famille

## L'éducation alimentaire au collège

### Mots-clés

- Normes alimentaires
- Famille
- Transformation des pratiques alimentaires
- Adolescents
- Politiques de prévention nutritionnelle

**Aurélié Maurice** Maître de conférences en sciences de l'éducation – Laboratoire Éducatifs et Pratiques de santé (EA 3412) – Université Paris 13 (unité de formation et de recherche de santé, médecine et biologie humaine).

En France, en particulier depuis le lancement du Programme national nutrition santé (PNNS) en 2001, les familles constituent l'une des principales cibles d'une politique de prévention nutritionnelle visant à promouvoir l'adoption de pratiques alimentaires considérées comme bénéfiques pour la santé<sup>(1)</sup>. En effet, les pouvoirs publics – par le biais notamment de l'agence Santé Publique France [anciennement Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES)] – recherchent des solutions afin de réduire les fortes inégalités sociales en matière de santé nutritionnelle qui existent au sein de la population française : les taux d'obésité et de surpoids sont bien plus élevés dans les milieux défavorisés. En 2003, 9,8 % des enfants de cadres étaient en excès de poids contre 24,4 % chez les enfants de pères ouvriers non qualifiés (Drees, 2004). Ces différences de santé nutritionnelle sont en grande partie liées à des pratiques alimentaires très contrastées, notamment selon l'origine sociale. Ainsi, avec le PNNS, l'objectif de l'État est de modifier en priorité les pratiques alimentaires des familles de milieux populaires, jugées néfastes pour la santé. Des actions locales sont ainsi mises en place, comme par exemple le projet d'éducation alimentaire étudié dans cet article (encadré 1 p. 53), réalisé dans une classe de cinquième au collège, et dont le but est de transformer les élèves en « *acteurs de la diffusion des messages autour de l'alimentation auprès des autres jeunes de l'établissement et de leurs proches* »<sup>(2)</sup>, et ce afin que la diffusion de ces messages par les adolescents permette des changements dans les pratiques alimentaires. Les promoteurs du projet attendent des adolescents qu'ils soient « *messagers* », c'est-à-dire des vecteurs de messages nutritionnels au sein de leur famille. Ce rôle questionne la qualité de « *porteur* » ou de « *go-between* » (Perrenoud, 1987) entre l'école et la famille que les adolescents posséderaient. Les promoteurs de l'action d'éducation alimentaire

observée attendent des adolescents qu'ils jouent ce rôle de messager. Il est notamment évoqué comme objectif, à propos du module « *Approfondir les liens entre alimentation et santé* », que les élèves de la classe projet ont pour rôle « *de retransmettre leur savoir aux autres jeunes de l'établissement ainsi qu'à leurs proches* »<sup>(3)</sup> et que l'« *on espère qu'il [l'adolescent] parlera de ce qu'il a appris chez lui* ». Les adolescents sont donc incités à parler des séances du projet à la maison et ainsi à diffuser par la voie orale les messages véhiculés par le projet dans l'espace familial. Cependant, ce rôle de messager n'est pas mécaniquement assumé par les adolescents : cela dépend à la fois de leur envie d'être vecteur de messages nutritionnels et du degré d'écoute dont ils disposent dans leur famille.

L'enquête mobilisée dans cet article (encadré 2, p. 54) montre que les adolescents se trouvent face à une pluralité de normes alimentaires (institutionnelles, juvéniles, familiales), qu'ils rencontrent dans « *des contextes sociaux multiples et hétérogènes* » (Lahire, 1998) (tableau 1, p. 52). Comment les adolescents, au carrefour de cet ensemble de normes potentiellement contradictoires, peuvent-ils assumer le rôle de vecteurs de messages nutritionnels au sein de leur famille, rôle que les politiques publiques, ici à travers l'école, souhaiteraient leur faire jouer ?

### Adolescence et socialisation alimentaire familiale

Cet article s'intéresse à ce que font les adolescents des messages nutritionnels provenant de l'école dans le contexte familial. Il interroge ainsi le rôle que peuvent jouer les adolescents dans la socialisation alimentaire familiale. Ce concept permet de décrire et d'analyser les interactions des parents et des enfants au sujet de l'alimentation, tant dans leurs discours que dans leurs

(1) Cet article est issu d'un travail de thèse soutenu en 2014 (Maurice, 2014) cofinancé par le département SAE2 de l'Institut national de la recherche agronomique et la Fondation Nestlé dans le cadre de l'évaluation. L'auteure remercie Audrey Boulin, Doriane Montmasson, Anne Unterreiner et la Rédaction de la revue pour leurs précieuses relectures, ainsi que les évaluateurs anonymes pour leurs conseils éclairés.

(2) Citation du livret de présentation de l'action conçue par le département.

(3) Livret « Activités pédagogiques » du module « Alimentation et santé », p. 26.

pratiques. La question des normes alimentaires est centrale lorsque l'on étudie la socialisation alimentaire familiale car elle traverse à la fois les discours et les pratiques. De nombreux sociologues ont montré que le rapport qu'entretiennent les familles avec les principes nutritionnels largement diffusés médiatiquement (tels que le message « *manger cinq fruits et légumes par jour* » diffusé par l'INPES) est socialement différencié (Régner *et al.*, 2006 ; Régner et Masullo, 2009). Le degré d'adhésion à ces normes alimentaires est fortement lié aux pratiques des familles et donc à leurs caractéristiques sociales (Bourdieu, 1979 ; Grignon et Grignon, 1981 ; Caillavet *et al.*, 2006). D'autres aspects jouent sur les pratiques alimentaires, tels que le genre (Saint Pol, 2010) ou encore la zone géographique d'habitation (Cardon, 2009).

L'analyse de la socialisation alimentaire familiale permet de distinguer différentes configurations. Il y a tout d'abord des familles dans lesquelles parents et enfants adhèrent aux normes nutritionnelles en vigueur. Ces familles dans lesquelles l'adolescent incorpore (au sens de Bourdieu, 1972) des normes alimentaires conformes au PNNS, relayées par leurs parents, sont le plus souvent issues des classes moyennes et supérieures, et elles sont caractérisées par une relation de confiance entre les parents et les adolescents. Il s'agit, pour ces parents, d'œuvrer pour « révéler » leur enfant en le responsabilisant (Le Pape et van Zanten, 2009). Les jeunes adolescents se contraignent eux-mêmes à respecter les normes du PNNS, tout comme leurs parents.

Dans une seconde configuration, parents et adolescents n'adhèrent pas aux normes du PNNS et les mettent à distance aussi bien dans leur discours que dans leurs pratiques. Les parents cherchent à préserver leurs enfants des soucis de l'âge adulte en leur offrant les aliments qu'ils aiment pour leur faire plaisir. Ces parents, majoritairement issus des milieux populaires, souhaitent avant tout protéger leurs enfants contre l'adversité du monde extérieur (Le Pape et van Zanten, 2009), notamment en comblant leurs désirs.

Dans d'autres configurations, parents et enfants sont en désaccord au sujet de l'alimentation : soit les adolescents tentent d'être les messagers d'une culture alimentaire de classe d'âge prônant des aliments de type « *fast food* »<sup>(4)</sup>, soit, au contraire, ils tiennent un discours conforme aux normes du PNNS alors que leurs parents ne les respectent pas dans leurs pratiques alimentaires. Dans ces deux derniers cas, la transmission verticale descendante entre les parents et les enfants, telle que décrite par Émile Durkheim [2009(1922)] est renversée : les adolescents transmettent des messages socialisateurs à leurs parents. Ils sont alors tels que la sociologie de l'enfance les dépeint, à savoir des « *acteur(s) à part entière* » (Sirota, 2006) doués d'« *agency* », c'est-à-dire capables d'agir sur leur environnement, ici l'environnement familial. Étant en contact avec des influences socialisatrices diverses (provenant principalement de la famille, du groupe de pairs et de l'école), les adolescents sont ce que Bernard Lahire nomme des

« *acteurs pluriels* » (Lahire, 1998). L'adolescence est le moment d'apprentissage de l'autonomie (Galland, 2010). Cette période de la vie recèle des enjeux particuliers, liés au besoin pour les jeunes de construire leur identité et de se positionner par rapport aux personnes qui les entourent : parents, enseignants, pairs, etc. En effet, les pairs deviennent, au cours de l'adolescence, un nouveau groupe de référence véhiculant des normes qui ne sont pas toujours en concordance avec la socialisation familiale. Dans certains contextes, et selon leur position au sein du groupe de pairs, les élèves se doivent de montrer leur adhésion à un certain nombre d'objets ou de marques, comme McDonald's ou les kebabs pour ce qui concerne l'alimentation (Maurice, 2015 a). Dans

**Tableau 1 - Répartition sociale des élèves des deux collèges en 2010 selon la nomenclature des PCSE de l'Insee**

| Collège    | % PCSE FA | % PCSE FB | % PCSE MY | % PCSE DF | Réussite BV |
|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|
| Défavorisé | 7,7 %     | 7,5 %     | 29,5 %    | 55,3 %    | 75 %        |
| Mixte      | 49,7 %    | 9,5 %     | 28,5 %    | 12,1 %    | 90 %        |

Source : IPES (Institut de préparation aux enseignements du second degré).

BV : brevet des collèges.

Les quatre catégories sont issues de la nomenclature des professions et catégories socioprofessionnelles des emplois (PCSE) de l'Institut national de la statistique et des études économiques (Insee).

Favorisée A (FA) : chefs d'entreprise de dix salariés ou plus, professions libérales, cadres de la Fonction publique, professeurs et assimilés, professions de l'information, des arts et du spectacle, cadres administratifs et commerciaux d'entreprise, ingénieurs, cadres techniques d'entreprise, instituteurs et assimilés.

Favorisée B (FB) : professions intermédiaires de la santé et du travail social, clergé ou religieux, professions intermédiaires administratives de la Fonction publique, professions intermédiaires administratives du commerce ou des entreprises, technicien, contremaîtres ou agents de maîtrise, retraités cadres ou professions intermédiaires.

Moyenne (MY) : agriculteurs exploitants, artisans, commerçants et assimilés, employés civils ou agents de service de la Fonction publique, policiers et militaires, employés administratifs d'entreprise, employés de commerce, personnels de service direct aux particuliers, retraités agriculteurs exploitants, retraités artisans ou commerçants ou chefs d'entreprise.

Défavorisée (DF) : ouvriers qualifiés, ouvriers non qualifiés, ouvriers agricoles, retraités employés et ouvriers, chômeurs n'ayant jamais travaillé, personnes sans activité professionnelle.

(4) Par « aliments de type *fast-food* », on entend les pizzas, les hamburgers, les kebabs et autres aliments associés dans l'opinion commune à de la « *malbouffe* ».

d'autres contextes, lorsque les adolescents cherchent à se faire apprécier des adultes du collège, ils peuvent adopter un tout autre discours et afficher une docilité envers les normes nutritionnelles (Maurice, 2013).

### Des normes alimentaires contradictoires

Les adolescents enquêtés se sont révélés être soumis à des normes alimentaires potentiellement contradictoires entre elles, selon qu'elles viennent du PNNS, de la famille ou du groupe de pairs. En effet, le PNNS prône une alimentation « saine et équilibrée », alors que le groupe de pairs met le plus souvent en avant les aliments de type « fast-food » (Maurice, 2015 a), et les familles se situent, selon leurs caractéristiques sociales, sur une échelle allant d'une adhésion totale aux normes véhiculées par le PNNS à une mise à distance de ces normes (Maurice, 2015 b). Ce que font les adolescents de ces diverses normes alimentaires dépend du contexte dans lequel ils se trouvent. En effet, si on suit B. Lahire (1998), les adolescents ne seraient pas seulement investis de principes socialisateurs multiples mais pourraient agir à leur tour sur leur environnement, et de façon différenciée selon les contextes. Ils peuvent donc utiliser l'une ou l'autre de ces normes selon le but qu'ils souhaitent atteindre et la situation dans laquelle ils se trouvent.

### Une bonne connaissance des normes diffusées par le PNNS

Les élèves enquêtés connaissent très bien les messages diffusés par le PNNS : une observation lors d'une séance du projet alimentation dans le collège défavorisé l'atteste. L'infirmière et l'enseignante du cours de SVT (sciences de la vie et de la terre) interrogent les élèves sur les aliments qu'il faut manger pour être en forme. Jennifer<sup>(5)</sup> demande à passer au tableau et écrit : « Manger cinq fruits et légumes par jour ». C'est donc la première chose qui lui vient à l'esprit, et elle est fière de pouvoir l'écrire au tableau, comme une leçon qu'elle a bien apprise. Médina récite : « Ne pas manger trop gras, trop sucré, trop salé ». À nouveau l'un des messages sanitaires, qui est donc bien connu et qui peut ainsi être mobilisé à tout moment. Puis Quentin intervient : « Manger trois produits laitiers par jour. » Ainsi, ces messages sont non seulement connus mais également répétés par les adolescents, dans certains contextes, comme celui de la salle de cours. D'autres chercheurs ont relevé la présence des messages dans la bouche des adolescents. Meriem Guetat évoque le caractère « spontané » de la mention du message sur les fruits et les légumes (Guetat, 2009, p. 127). Dans

### Le « projet alimentation »

Le projet d'éducation alimentaire étudié dans l'article provient d'une action initiée par le département dans lequel a eu lieu l'enquête. Le projet, nommé « projet alimentation », s'appuie sur les préceptes du Programme national nutrition santé (PNNS) et vise à « faire des adolescents des consommateurs avertis »<sup>(1)</sup> et à les rendre messagers du projet auprès des autres élèves du collège et de leurs proches. Bien que l'action soit pensée comme un moyen de rendre les élèves « promoteurs de la politique nutritionnelle de l'établissement » dans et au-delà de l'établissement, les deux projets alimentation observés ne sont pas pensés pour impliquer directement les parents. Cette action a été conçue pour être prise en charge par l'équipe pédagogique d'une classe des établissements scolaires volontaires, la classe « projet alimentation ». Elle entend suivre une « approche transdisciplinaire »<sup>(2)</sup>, c'est-à-dire impliquant plusieurs disciplines à la fois, grâce à des livrets disponibles pour les enseignants et détaillant différents ateliers réalisables en classe. Les enseignants animent eux-mêmes les séances du projet alimentation, en choisissant dans les livrets celles qui les intéressent. Il existe cinq modules différents, tels que « se connaître en tant que consommateur » ou « goûts, sens, préférences ». Les séances proposées concernent, par exemple, le « décodage des étiquettes alimentaires », le remplissage d'un questionnaire « Quel mangeur je suis ? », etc. L'action conçue par le département s'inspire du « modèle global »<sup>(3)</sup> développé en éducation pour la santé. Ce modèle, par opposition au « modèle biomédical » qui reste au niveau informatif, est supposé couvrir plusieurs dimensions de la santé dans un objectif de renforcement du pouvoir d'agir des individus. Dans les deux collèges étudiés, les enseignants se sont référés à une personne responsable du projet (l'infirmière et l'enquêtrice dans le collège défavorisé et seulement l'enquêtrice dans le collège mixte) pour les guider et les aider dans la réalisation des séances. L'enquêtrice pouvait être légitime dans ce rôle de responsable du projet alimentation en raison de sa formation initiale d'ingénieure nutritionniste. Dans les deux collèges, une dizaine de séances ont été menées par les enseignants volontaires de la classe réalisant le projet à différents moments de l'année scolaire, sur leurs horaires de cours.

(1) Extrait du livret de présentation de l'action conçue par le département.

(2) Jourdan D., 2004, Quels enjeux pour la formation des acteurs de l'éducation à la santé en milieu scolaire ?, in Jourdan D. (dir.), *La formation des acteurs de l'éducation à la santé en milieu scolaire*, Toulouse, Éditions universitaires du Sud.

(3) Bury J., 1988, *Éducation pour la santé. Concepts, enjeux, planifications*, Bruxelles, De Boeck.

(5) Les prénoms et les noms de famille cités dans l'article ont été modifiés dans un souci de respect de l'anonymat.

un contexte scolaire où l'objectif est de jouer au bon élève, les élèves réutilisent les normes du PNNS qu'ils connaissent bien.

### Une influence précoce des normes alimentaires familiales

Les jeunes adolescents sont soumis à un deuxième type de normes : celles qui proviennent de leur milieu familial. Ce sont les premières qu'ils rencontrent dans leur vie, lors de leur « socialisation primaire » (Darmon, 2006). Les préférences alimentaires des adolescents sont très souvent

en lien avec les pratiques alimentaires familiales. En entretien, en réponse à un scénario, Sophie, dont la famille est issue des classes moyennes et supérieures, parle de ses préférences pour les sushis plutôt que pour les hamburgers.

– Enquêtrice : « On te propose un abonnement gratuit d'une semaine pour tous les midis à McDonald's. Que fais-tu ? »

– Sophie : « Je pense pas que je le prendrais parce que, McDonald's, on y va pas souvent en plus, mais... J'aime pas tellement ça, je préfère aller chez Planet Sushi ou... »

(collège mixte, entretien, Sophie, 21 mai 2012)

Encadré 2

#### Méthodologie

L'article est fondé sur les résultats d'une enquête ethnographique menée entre 2010 et 2012 dans deux collèges contrastés du point de vue socioéconomique, situés dans un département de la petite couronne parisienne : un collège classé en zone sensible-prévention violence (nommé dans l'article « collège défavorisé »), et un collège se situant dans une ville plus cossue du département, et accueillant une population davantage mixte socialement (nommé « collège mixte » – voir le tableau 1 p. 52, pour plus de détails sur l'origine sociale des élèves des deux collèges). Des observations en classe et à la cantine ont été réalisées pendant une année scolaire par collège, dans une classe de cinquième à chaque fois, classe qui réalisait un projet d'éducation alimentaire émanant du département. La classe du collège défavorisé comptait dix filles et quinze garçons et celle du collège mixte, dix-sept filles et douze garçons. L'enquête avait pour objectif de mettre au jour les conditions dans lesquelles les élèves parlent du « projet alimentation » (encadré 1 p. 53) ci-contre à leurs parents, voire cherchent à modifier les pratiques alimentaires familiales. Trente-cinq familles ont participé à des entretiens semi-directifs : dix familles dans le collège défavorisé et vingt-cinq familles dans le collège mixte. À chaque fois, les parents (père, mère ou les deux) et l'élève de la classe de cinquième ont été interrogés séparément. Le guide d'entretien contenait une dizaine de scénarios (de courtes mises en situation) dans le but d'appréhender le rapport aux normes alimentaires des parents, d'un côté, et de l'adolescent, de l'autre. Ces scénarios consistaient à proposer des situations concrètes de tension entre les parents et les enfants au sujet de l'alimentation, ou plus globalement des situations de choix en matière d'alimentation. Par exemple, pour les parents : « Vous vous rendez compte que, pour le goûter, votre enfant a mangé un paquet entier de biscuits. Que faites-vous ? » et pour les adolescents : « Ta mère a cuisiné pour le repas du soir un légume que tu n'aimes pas. En manges-tu ? ».

Les choix de Sophie sont guidés par les pratiques alimentaires de sa famille. Elle ne va pas souvent à McDonald's alors qu'elle fréquente des restaurants servant des sushis. Ici, des pratiques distinctives apparaissent par rapport aux classes populaires qui, pour des raisons autant culturelles que financières, consomment peu de sushis. De plus, la cuisine japonaise (poisson, riz) correspond davantage aux normes diététiques. De façon consciente ou inconsciente, Sophie se rapproche de ces normes en faisant part de cette préférence. Sa mère explique d'ailleurs en entretien que Sophie « est attirée naturellement par les choses pas grasses ». Cette famille, en haut de l'échelle sociale, adhère aux normes nutritionnelles et par sa socialisation primaire, Sophie, la jeune adolescente, adhère également à ces normes.

#### À l'école, la pression normative des pairs

Un troisième type de normes alimentaires influence les jeunes adolescents : les normes juvéniles qui se rattachent à la « culture adolescente ». Une pression uniformisante du groupe de pairs (Pasquier, 2005) s'exerce sur les adolescents, valorisant les aliments de type « fast-food ». Cette culture « McDo » est très prégnante dans le collège défavorisé. En témoigne cette observation en cours de récréation :

– Sanata : « À la cantine Madame, on pourrait avoir du McDo ? »

– Les autres renchérissent : « ouais ! Du grec<sup>(6)</sup>, du KFC ! »

(collège défavorisé, carnet d'observations, cour de récréation, 5 novembre 2010)

Dans les deux collèges observés, à des degrés différents, dire apprécier et/ou manger ces aliments permet de gagner

(6) Les expressions « McDo » et « grec » désignent à la fois le restaurant : « manger au grec, au McDo » et le sandwich « manger un grec, un McDo », kebab ou hamburger.



en notoriété, d'être perçu comme « cool » et d'être reconnu par ses pairs comme un-e adolescent-e « dans le coup ». En effet, c'est un moyen de transgresser les normes scolaires (Dubet et Martuccelli, 1996) dans un contexte où l'école cherche à éduquer les adolescents au goût et à une alimentation saine. Les garçons valorisent davantage que les filles les grecs ou les hamburgers. Le prestige des garçons passe par l'affichage de goûts jugés virils (Pasquier, 1999), le steak-frites pouvant être associé à la virilité. À l'inverse, dans le collège défavorisé, aucun discours valorisant les fruits ou les légumes n'a été constaté. Dans l'autre collège, les goûts affichés sont plus divers (Maurice, 2015 a) :

- Iris : « *Moi, j'adore les frites.* »
- Sophie : « *Moi, j'aime pas le McDo.* »
- Iris : « *Moi, j'adore le McDo. Moi, j'aime bien les fruits aussi.* »
- Fatimatou : « *J'aime trop les pommes.* »

(collège mixte, observation en cours de français,  
20 septembre 2011)

Les observations effectuées dans différents lieux au collège montrent également que les adolescents tiennent un discours pluriel, qui varie selon le contexte dans lequel ils sont. Leur discours n'est pas le même selon qu'ils sont entre pairs dans la cour de récréation par exemple, ou qu'ils interviennent pendant le cours de SVT, etc. Ils peuvent réciter les messages du PNNS, comme on l'a vu lors d'une séance du projet alimentation ou, au contraire, dénigrer le projet à la cantine entre pairs :

- Enquêtrice [en montrant un yaourt] : « *Vous pouvez lire les étiquettes maintenant !* [Les élèves viennent de participer à une séance du projet alimentation sur le décodage des étiquettes alimentaires]
- Jennifer : « *Je m'en fous de ça. C'est des féculents.* »
- Enquêtrice : « *Non !* »
- Jennifer : « *Si.* »
- Enquêtrice : « *Non ce sont des laitages. Les féculents ce sont des pâtes, du riz.* »
- Jennifer : « *Je m'en fous de toute façon.* »

(collège défavorisé, carnet d'observations, cantine,  
30 novembre 2010)

Au-delà des discours, les pratiques adolescentes peuvent être elles aussi variables en fonction du contexte. Des

recherches menées dans le cadre de l'enquête AlimAdo<sup>(7)</sup> remettent en cause l'opinion commune selon laquelle tous les adolescents mangent mal, et montrent que leurs pratiques alimentaires sont diverses, variables selon les lieux, les moments, et qu'elles « se situe[n]t aussi au croisement des différents cercles sociaux à travers lesquels l'adolescent se déplace » (Diasio et al., 2009, p. 30). Les adolescents se trouvent donc pris dans une tension entre les normes institutionnelles qu'ils connaissent très bien et les normes juvéniles, distantes des normes du PNNS, auxquelles ils sont contraints d'adhérer – notamment en milieux populaires – pour s'intégrer au groupe de pairs, ou qui sont plus proches de leurs préférences alimentaires (Maurice, 2015 a). Les normes familiales peuvent renforcer soit les normes institutionnelles, soit les normes juvéniles, selon l'origine sociale des parents principalement. Le projet d'éducation alimentaire étudié est ainsi accueilli de façon diverse par les adolescents qui choisissent de jouer ou non le rôle de messagers dans le contexte particulier de leur famille.

### Un rôle de messager joué à des degrés divers

Le rôle de messager – c'est-à-dire le fait de parler à sa famille du contenu des séances du projet – n'est endossé que par un petit nombre d'adolescents pour qui certaines conditions, telles qu'un climat familial propice à la discussion ou encore un rapport de proximité avec l'institution scolaire, sont rassemblées. L'âge, le genre et l'origine sociale des enquêtés apparaissent aussi être trois caractéristiques déterminantes qui interagissent entre elles. L'enquête ne permet pas de comparer la réception du projet à différents âges, néanmoins il s'agit d'un élément important à prendre en compte puisque les élèves enquêtés entrent dans l'adolescence et que le groupe de pairs et la pression normative qu'il induit ont une forte influence sur le rapport des élèves au projet alimentation.

### Une influence du genre particulièrement forte

L'enquête montre que les adolescents qui jouent le rôle de messagers présentent la plupart des caractéristiques suivantes : une relation de proximité avec leurs parents, une attitude en conformité avec les réquisits scolaires, un groupe de pairs favorable au projet d'éducation alimentaire mis en place dans leur classe et un rapport d'adhésion aux normes nutritionnelles. Les « messagers » sont, de plus, pratiquement tous des filles. Parmi les trente-cinq élèves interrogés en entretien, un seul garçon

(7) L'enquête qualitative AlimAdos menée auprès d'adolescents âgés de 12 à 19 ans et vivant à Strasbourg et à Marseille s'est intéressée aux pratiques alimentaires adolescentes du point de vue des adolescents, dans leur complexité et dans les négociations qu'elles entraînent avec les pairs ou les membres de la famille (Diasio et Pardo, 2009).

a transmis les messages du projet dans sa famille contre dix filles. L'influence du genre est donc particulièrement forte, encore plus que celle de l'origine sociale (parmi les messagers, trois sur onze sont issus de milieux populaires). Plusieurs explications peuvent être avancées pour comprendre cette forte influence du genre. Parmi elles, un rapport au corps différent (Guilhem et Sellami, 2009 ; Robineau et Saint Pol, 2013) : les filles – et les femmes plus généralement – ont ainsi plus tendance que les garçons à s'intéresser à un projet leur apportant des informations pour maîtriser leur poids. Parmi les adolescents messagers – donc essentiellement des filles –, certain-e-s ont des parents qui n'adhèrent pas aux normes du PNNS, dans leurs discours et/ou dans leurs pratiques : il s'agit de « *messagers discordants* », par opposition aux « *messagers concordants* », dont les parents adhèrent aux normes du PNNS. Ces « *messagers discordants* » intéressent ainsi les promoteurs de l'action étudiée, puisqu'ils pourraient être à l'origine d'un changement des pratiques alimentaires familiales en faveur d'une alimentation jugée meilleure pour la santé. Néanmoins, l'enquête montre que le discours tenu par ces adolescents en faveur des normes du PNNS ne va pas jusqu'à modifier les pratiques alimentaires de leur famille. Ceux pour qui la transmission du message est combinée à une volonté d'avoir des pratiques qui y correspondent, les « *messagers engagés* », vivent dans des familles où les normes familiales suivent déjà les préconisations nutritionnelles. Les messagers « *neutres* » sont répartis entre une situation de concordance (où la modification des pratiques n'est pas nécessaire) ou une situation de discordance (le message transmis n'ayant alors pour eux aucun effet sur les pratiques familiales).

Pour illustrer ces propos, le tableau 2 montre un exemple d'adolescent « *messager discordant* » : il s'agit de Julie Copelle, dont la mère, secrétaire, est séparée de son mari depuis 2001. Madame Copelle vit seule avec sa fille, à qui elle s'est entièrement consacrée (elle n'a apparemment plus eu de relation amoureuse depuis l'arrivée de sa fille). Julie et sa mère vivent une relation fusionnelle, très bien imagée par la jeune fille au cours de l'entretien :

- Julie : « *Et en fait maman c'est comme si t'es... comme si t'es mon gros pilier. Et il fallait pas que je parte. C'est comme, par exemple, le phare pour les bateaux.* »
- M<sup>me</sup> Copelle : « *En fait, moi, je suis ton univers pour que tu puisses avancer.* »

(collège défavorisé, M<sup>me</sup> Copelle, entretien à domicile, 20 janvier 2011)

Tableau 2 - Typologie des élèves messagers

| Messenger | Concordant | Discordant   |
|-----------|------------|--|
| Neutre    | Coline     | Julie  |
| Engagé    | Loïc       | Pas de cas d'adolescent « <i>discordant engagé</i> » |

Julie passe beaucoup de temps le soir à raconter à sa mère sa journée d'école. Cet intérêt de la mère pour le récit « *scolaire* » de Julie est lié à son rapport à l'institution scolaire : l'école, et plus précisément faire des études, est capital pour cette mère. Julie est une élève appliquée qui réussit particulièrement bien : elle est influencée par l'importance de l'école pour sa mère. La scolarité est donc un des principaux sujets de discussion entre la mère et la fille. En raison de sa situation familiale particulière, Julie dispose d'une écoute attentive : sa mère vit seule et Julie n'a pas de frères et sœurs. Du point de vue de l'alimentation, Julie et sa mère ont un rapport ambivalent aux normes du PNNS : elles les citent spontanément pendant l'entretien mais ne les mettent pas en pratique. Julie n'aime pas les fruits et les légumes et préfère les féculents et le fromage. Ses réponses aux différents scénarios sont assez contrastées : parfois elles sont proches des normes du PNNS, parfois elles en sont éloignées. Par exemple, Julie n'accepterait pas d'aller « manger au grec » si ses amis lui proposaient « *parce que c'est trop gras* », mais elle serait prête à aller chez McDonald's tous les jours pendant une semaine. Cette élève est externe, elle rentre chez elle le midi, sa mère n'est pas à la maison mais lui laisse des pâtes ou des pommes de terre et du jambon. M<sup>me</sup> Copelle a des pratiques très éloignées des normes nutritionnelles. Elle cuisine à sa fille – qui est selon elle très « *difficile* » – ce dont celle-ci a envie : au moment de l'entretien, de la raclette tous les soirs. Et pour le midi, uniquement des féculents :

- Enquêtrice : « *Et donc vous ça vous complique la tâche alors ?* »
- M<sup>me</sup> Copelle : « *Oui quand même parce qu'au lieu de faire un plat, j'essaie de faire qu'elle puisse aussi manger ce qu'elle aime, parce que, si après elle me dit "non non non", je sais plus quoi lui donner ... Donc j'essaie le soir de lui demander : "qu'est-ce que tu veux manger, pour demain midi ?". J'essaie de faire en fonction de ce qu'elle veut. Si elle me dit "à midi je veux des pâtes" bon je vais lui faire chauffer des pâtes pour que ça soit dans le frigo pour qu'elle puisse au moins avoir quelque chose dans l'estomac pour qu'elle puisse suivre à l'école.* »

(collège défavorisé, M<sup>me</sup> Copelle, entretien à domicile, 20 janvier 2011)

Néanmoins, dans son discours, la mère de Julie adhère aux normes nutritionnelles. L'exemple des fruits illustre bien cette ambivalence entre discours et pratique : M<sup>me</sup> Copelle n'achète jamais de fruits, mais répète plusieurs fois pendant l'entretien que c'est très important d'en manger. Lorsqu'elle est interrogée sur ce qu'il faut manger selon elle, elle répond immédiatement : « *Ah oui ce qu'il faut manger c'est des fruits, que moi je ne mange pas* ». Même si Julie n'adhère pas complètement aux normes du PNNS, notamment dans ses pratiques, elle accorde toute son attention aux différentes séances du projet alimentation, intégré au curriculum réel<sup>(8)</sup> de la classe. Elle en parle à sa mère, comme elle le fait pour l'ensemble de ses cours. La jeune fille se positionne même en professeure de sa mère, notamment au cours de l'entretien qui a eu lieu en présence de la mère et de la fille. Julie fait « *un cours* » sur les glucides à sa mère qui l'écoute avec attention. Le rapport est donc inversé : c'est Julie qui enseigne à sa mère, qui éduque sa mère sur l'alimentation. Et c'est bien parce que la mère accepte ce renversement des hiérarchies que cette éducation ascendante est possible.

- M<sup>me</sup> Copelle : « *Les fruits, y a moins de calories ?* »
- Julie : « *Non c'est des kilojoules. [...]* »
- M<sup>me</sup> Copelle : « *Ah bon, parce que plusieurs, ah oui, donc en fonction des catégories d'aliments, y a... un calcul qui se fait ?* »
- Julie : « *Oui, par exemple, y a un tableau et y a marqué valeur nutritionnelle moyenne, et faut regarder là-dedans, après y a la valeur énergétique. Et ça te marque combien ça t'apporte...* »
- M<sup>me</sup> Copelle : « *Les fruits n'ont rien à voir avec les gâteaux...* »
- Julie : « *Non c'est des vitamines. [...]* »
- M<sup>me</sup> Copelle : « *Donc vis-à-vis des fruits et des gâteaux, qu'est-ce qui est le meilleur pour moi ?* »
- Julie : « *Qu'est-ce qui est le meilleur pour toi ? Ben les deux parce que tu peux pas vivre sans glucide et sans vitamine.* »  
(collège défavorisé, Julie, entretien à domicile, 20 janvier 2011)

Julie est très sensible aux messages véhiculés par le projet alimentation, elle les a bien retenus et ils la font réfléchir, mais ils ne changent pas pour autant ses pratiques. Elle a une attitude assez proche de celle de sa mère : très docile par rapport aux normes en vigueur, les restituant dans son discours, mais elle ne les met pas complètement – voire pas du tout – en pratique. Julie a transmis le message dans sa famille, mais n'a pas modifié les pratiques alimentaires

familiales, qui restent très éloignées des normes nutritionnelles. Ainsi, l'adolescente est une messagère discordante « *neutre* » : elle apporte des normes alimentaires différentes mais qui restent au niveau du discours.

### *L'impact des messagers sur les pratiques alimentaires familiales*

Loïc Dupré fait partie des « *messagers engagés* » : il n'a pas seulement parlé du projet à ses parents, mais il a aussi essayé de modifier les pratiques alimentaires familiales à partir des connaissances acquises par le biais du projet. Chez ces « *messagers engagés* », qui sont très peu nombreux, l'objectif de modification des pratiques alimentaires est atteint, mais seulement à la marge, puisqu'il s'agit de familles déjà réceptives aux normes du PNNS. Les messages véhiculés par l'adolescent ne font que renforcer des pratiques alimentaires déjà favorables à la santé : il s'agit donc d'un « *messager concordant* ». Les parents de Loïc Dupré, messenger engagé, appartiennent en effet aux classes moyennes et supérieures (ils sont propriétaires de leur maison, et ont des postes à responsabilité dans une grande entreprise) et ont des pratiques alimentaires en adhésion avec les normes du PNNS. Ainsi, en tant que messenger du projet alimentation, Loïc ne modifie qu'à la marge les pratiques alimentaires familiales. Les réponses données aux scénarios par les parents de Loïc (interrogés ensemble) montrent qu'ils sont totalement en accord avec les normes du PNNS. Par exemple, si Loïc leur demande une pizza le soir, ils répondent « *Oui mais qu'as-tu mangé ce midi ?* ». M. et M<sup>me</sup> Dupré cherchent donc à atteindre un équilibre alimentaire sur l'ensemble de la journée, voire de la semaine, comme le recommande le PNNS. Loïc est, comme ses parents, dans l'adhésion aux normes nutritionnelles. Il explique que s'il devait choisir ses repas pendant deux jours, il alternerait entre un menu qui lui plaît beaucoup comme un indien ou un italien et un repas composé de légumes ou de féculents et de poisson « *pour équilibrer la journée* ». Il se contraint lui-même en se restreignant pour essayer de perdre les quelques kilos qu'il a en trop (il est en léger surpoids). C'est sûrement ce surpoids qui explique – au moins en partie – l'intérêt qu'il porte au projet alimentation. Loïc raconte qu'il parle souvent avec ses parents « *de tout et de rien... Ben par exemple, eux ils me parlent de leur journée, moi je leur parle de la mienne* ». Le climat familial est propice à une entente entre parents et enfants (la fratrie est composée de deux garçons), ce qui fait que Loïc est très réceptif à l'éducation parentale visant une alimentation équilibrée.

(8) Le curriculum réel correspond à ce qui a été effectivement enseigné ou étudié en classe par opposition au curriculum formel qui se trouve entre autres dans les programmes scolaires.

Les familles dans lesquelles l'adolescent-e respecte les normes nutritionnelles du PNNS, relayées par leurs parents, sont le plus souvent issues des classes moyennes et supérieures, et fonctionnent sur un modèle basé sur une relation de confiance entre les parents et les adolescents, comme c'est le cas de la famille de Loïc. Les jeunes adolescents, ainsi responsabilisés, font preuve d'autocontrainte en matière d'alimentation et respectent comme leurs parents les préceptes du PNNS. Loïc est très réceptif au projet alimentation, conforme à son rapport à l'alimentation, construit par une socialisation alimentaire familiale en adhésion avec les normes du PNNS. Il joue le rôle de messenger et raconte à ses parents les différentes séances du projet. Ces discussions autour du projet sont facilitées par un espace de parole familial et un climat propice. Outre l'information apportée par Loïc au sujet du projet alimentation, le jeune adolescent profite de certaines tâches domestiques pour modifier des pratiques alimentaires. Par exemple, lors des courses, Loïc fait remarquer que le fromage acheté est plus gras que le même fromage d'une autre marque. Les parents décident donc de modifier le contenu de leurs courses. Ils racontent à l'enquêtrice comment Loïc, en comparant les étiquettes, a repéré un fromage moins riche en lipides que celui acheté jusqu'alors. Une séance du projet alimentation consistait en effet à apprendre à « décrypter » les étiquettes alimentaires (notamment la teneur en lipides, protéines et glucides). Il y a donc bien changement des pratiques alimentaires pour des pratiques davantage bénéfiques pour la santé, mais ce changement reste minime puisqu'il concerne une famille dont les pratiques sont déjà en accord avec les normes institutionnelles. Loïc est ainsi l'un des rares adolescents à avoir concrètement modifié les habitudes alimentaires familiales en transformant le contenu des courses, mais il ne s'agit pas d'une famille qui constitue la cible des promoteurs du projet alimentation.

Plusieurs cas d'adolescents « messagers concordants et neutres » ont été observés, dont les parents adhèrent aux normes du PNNS et qui ont simplement parlé du projet, sans modifier les pratiques alimentaires familiales. C'est le cas de Coline Malainasse, l'une des élèves les plus sérieuses et les plus appliquées en classe. Son père était ingénieur (il est décédé récemment) et sa mère est femme au foyer. Coline est la dernière d'une fratrie de trois, les deux autres enfants sont plus âgés et ne vivent plus à la maison. Sa mère ne travaille pas, notamment car elle n'a pas envie de laisser sa fille toute seule « après ce qu'elle a vécu » (entretien avec M<sup>me</sup> Malainasse). Coline est externe en raison de la proximité du domicile familial avec le collège. Elle révise ses leçons avec sa mère entre midi et

deux heures et, d'après sa mère, c'est plus reposant pour elle d'être à la maison. Coline dispose donc d'un espace de parole important, qui lui permet de raconter ce qu'il se passe à l'école dans le détail.

– Enquêtrice : « *Et tu lui racontes les cours, ce que vous faites en cours ?* »

– Coline : « *Oui, ben, des fois, je lui dis ce qu'il s'est passé ou ce qu'on a fait. [...]* »

– Enquêtrice : « *Oui ? D'accord. Tu lui as raconté tout ce qu'on a fait dans le projet alimentation en maths en...* »

– Coline : « *Oui, je crois, je lui avais dit qu'on avait été dans la salle informatique... Qu'on avait été sur McDo [le site internet de McDonald's] [...]* »

– Coline : « *Je sais plus si c'est à ... C'est peut-être à mon frère que je lui ai montré les feuilles. Enfin, si je les avais peut-être montrées à ma mère, je me rappelle plus mais je sais que je les ai montrées à quelqu'un dans la famille.* »

(collège mixte, entretien à domicile, Coline, 16 mai 2012)

La mère de Coline achète beaucoup de produits issus de l'agriculture biologique, de la farine complète, et d'autres produits qu'elle juge bénéfiques pour la santé, dans une attitude préventive, suite à la lecture d'un livre pendant le cancer de son mari. Coline dit apprécier la plupart des légumes (à part les tomates). Ses réponses aux scénarios montrent qu'elle est en adhésion avec les normes du PNNS, tout comme sa mère. Par exemple, si elle a mangé un steak-frites à la cantine, elle prévient sa mère pour qu'elle ne refasse pas un plat trop calorique : « *dans ces cas, je crois qu'elle en refait pas. Enfin, je pense que ça m'est jamais arrivé... Ou y avait juste une fois j'avais déjà mangé une pizza la veille... Et elle m'avait dit "je te fais une pizza", je lui avais dit "non j'en ai déjà mangé une hier", elle m'a dit "ok". Et... Et voilà. Et après elle m'a fait autre chose.* » La mère de Coline donne elle aussi des réponses en adhésion avec les normes du PNNS, par exemple sur la recommandation de limiter les produits gras et sucrés. Voici sa réponse au scénario dans lequel le parent découvre que son enfant a mangé un paquet de biscuits en entier : « *ça lui arrive jamais de manger un paquet de gâteaux en entier à Coline. Donc... Alors effectivement si elle mangeait un paquet de gâteaux en entier, je lui dirais non et je lui dirais "tu en manges un peu et puis tu prends, je sais pas moi, du lait, un yaourt, un fruit en plus, ou..." pas un paquet de gâteaux entier à seize heures. J'espère qu'elle vous dira pareil !* ». Coline, qui a beaucoup parlé des séances du projet alimentation à



sa mère et à son frère, est donc un « *messenger concordant* » puisque les pratiques alimentaires familiales sont déjà en accord avec les normes du PNNS. La jeune fille n'a fait que parler des séances du projet, sans les mettre en pratique ; il s'agit donc d'un « *messenger concordant neutre* ». Coline raconte les séances à sa mère sans se positionner dans une posture d'éducation ascendante, comme le faisait Julie. En témoigne la réponse de sa mère à une question sur l'intérêt que porte Coline aux étiquettes alimentaires depuis la séance du projet alimentation à ce sujet : « *si, ça lui arrive si, si de regarder ce qu'il y a dedans. Bon, des fois elle me pose des questions, les calories, les kilocalories c'est quoi, machin.* » Coline reste dans un schéma classique d'éducation verticale descendante dans lequel c'est la mère qui détient le savoir et peut apprendre des choses à sa fille sur l'alimentation. Ainsi, cette jeune fille n'a pas cherché à apprendre de nouvelles choses à sa mère et *a fortiori* à modifier les pratiques familiales, mais plutôt, en élève studieuse et appliquée, à relater ce qui se passe à l'école.

Le dernier cas, qui serait celui d'adolescents « *messagers discordants et engagés* », celui qui intéresserait le plus les promoteurs du projet, n'est pas présent parmi les élèves enquêtés. Ainsi, bien que certains adolescents endossent le rôle de messagers, le projet alimentation ne parvient pas à modifier les pratiques alimentaires de familles éloignées des normes du PNNS. C'est ce qui est observé pour bien des campagnes d'éducation à la santé : elles creusent les inégalités sociales de santé plutôt que de les diminuer puisque ce sont surtout les personnes appartenant aux classes moyennes et supérieures, pour la plupart déjà dans une dynamique préventive par rapport à leur santé, qui y sont sensibles (Peretti-Watel et Moatti, 2009).

### *Des formes de résistance au rôle de messenger*

Les adolescents qui n'endossent pas ce rôle de messenger du projet au sein de leur famille sont, pour la plupart, en conflit avec leurs parents, en opposition avec l'école voire en échec scolaire. Ils appartiennent à un groupe de pairs défavorables au projet alimentation puisque porté par les enseignants, et ils sont dans un rapport distant avec les normes nutritionnelles, le plus souvent tout comme leurs parents. La plupart sont issus des classes populaires (sept élèves sur dix élèves non messagers) et sont presque tous des garçons (neuf sur dix). Le genre apparaît ainsi comme une variable déterminante dans le choix de ne pas jouer le rôle de messenger au sein de sa famille. En dehors du rapport genré au corps évoqué *supra*, d'autres facteurs explicatifs peuvent être avancés. Tout d'abord, le contexte

de la classe et de la pression du groupe de pairs : les garçons doivent s'afficher comme suffisamment virils, et compte tenu des stéréotypes les définissant comme mangeurs de viande (Roos *et al.*, 2001), il leur est plus difficile de montrer leur intérêt pour un projet valorisant les fruits et les légumes. Cela rejoint ce qu'a montré Dominique Pasquier à propos des séries télévisuelles ou des jeux vidéo et de la nécessité pour les jeunes de préserver leur identité de sexe : « *tout se passe [...] comme si les garçons avaient besoin de conforter leurs identités de sexe dans des groupes non mixtes qui exaltent l'esprit de compétition et les valeurs de virilité* » (Pasquier, 2010, p. 98). Ainsi, comme pour les séries télévisuelles « pour les filles », lorsque l'on est un garçon, il vaut mieux dénigrer un projet visant l'équilibre alimentaire et l'attention portée à son corps tout en valorisant les aliments de type « *fast food* ». L'affichage de certains goûts alimentaires est donc un autre moyen employé par les garçons pour se distinguer des filles, comme le sont les goûts musicaux ou plus largement les goûts culturels (Octobre, 2011). Un autre élément d'explication est la communication avec les parents qui est plus facile pour les filles enquêtées (dans l'enquête, huit filles et seulement un garçon ont des relations de proximité avec leurs parents), mais aussi le rapport à l'institution scolaire, plus souvent distant des garçons, notamment ceux issus de milieux défavorisés : « *la sociabilité juvénile masculine [...] tend à éloigner ces garçons, plus que les filles, des réquisits scolaires* » (Depoilly, 2014, p. 154). Néanmoins, ce rejet du projet alimentation par les garçons est beaucoup plus fort dans le collège défavorisé. Cette différence, liée sans doute à la différence d'origine sociale des élèves, tient au fait que dans les milieux populaires, la culture de la virilité est bien plus prégnante que dans les autres milieux sociaux. Séverine Depoilly montre que, dans les lycées professionnels, « *l'école est un lieu de compétition où se défend l'honneur viril* » (Depoilly, 2008, p. 68). La pression normative du groupe de pairs est plus forte dans le collège défavorisé : la « culture adolescente » y est plus puissante et impose davantage une unique façon de se comporter aux adolescents, particulièrement ceux de sexe masculin.

Par ailleurs, l'enquête montre que l'origine sociale des élèves est déterminante dans l'endossement, ou non, du rôle de messenger, les adolescents d'origine populaire ne transmettant que très rarement les messages nutritionnels au sein de leur famille. Ce résultat révèle à quel point un projet qui vise en priorité des familles de catégories populaires – celles qui en ont le plus besoin – atteint difficilement sa cible. Plusieurs éléments permettent de comprendre cette

différenciation sociale du rôle de messenger. Tout d'abord, certains travaux sociologiques ont montré que c'est à la fois le rapport à l'institution scolaire et les relations parent-préadolescent dans les milieux aisés qui permettent que le message passe mieux (Dubet et Martuccelli, 1996). Un élément plus nouveau révélé par l'enquête est l'importance de l'image du projet au sein du groupe de pairs. La comparaison entre les deux collèges retenus, qui diffèrent du point de vue de la population accueillie, notamment sur le plan socioéconomique, a permis d'étudier la variable de l'origine sociale. Dans le collège mixte, la vision préventive du corps et de la santé, qui est déjà celle de la plupart des familles des élèves, est acceptée et même plébiscitée par l'ensemble des élèves : ils se montrent très favorables au projet. Il apparaît en revanche que dans le collège défavorisé, l'image du projet est globalement plus négative et conduit d'autant plus les élèves, notamment les garçons, à ne pas s'y intéresser. C'est une façon, comme le montre Pierre Bourdieu, de se protéger contre la vision dominante – et légitime – du corps et de ses usages, qui imposerait aux individus d'être obsédés par la santé et sa prévention : « *c'est sans doute un des derniers refuges de l'autonomie des classes dominées, de leur capacité de produire elles-mêmes leur propre représentation de l'homme accompli, que menace l'imposition de la nouvelle définition du corps et des usages du corps* » (Bourdieu, 1977, p. 53). Rejeter le projet alimentation, pour les élèves du collège défavorisé, est une façon de s'opposer à la culture légitime véhiculée par l'école, qui est celle des adultes (du collège notamment) des catégories moyennes et supérieures et qui privilégie la dimension nutritionnelle de l'alimentation. Les normes du groupe de pairs prennent le dessus sur celles d'un projet associé à l'institution scolaire et aux enseignants. Ainsi, une action de santé publique visant à faire des jeunes des vecteurs de normes nutritionnelles peut se heurter, en milieu populaire, à des formes de résistance à cette imposition de normes dominantes.

L'exemple d'un élève non messenger, celui de Nathan Paufroi, illustre bien ces propos. Son père est ouvrier municipal, et vit seul avec ses trois enfants depuis le départ inattendu de sa femme l'été précédent. L'alimentation familiale est très éloignée des normes nutritionnelles : ni M. Paufroi ni son fils n'aiment les légumes et ils n'en mangent quasiment jamais. M. Paufroi ne cuisine pas de « *légumes verts* » et propose le plus souvent à sa famille des pâtes, du riz, des frites, « *beaucoup de frites* ». Les repas sont davantage composés de viande que de poisson : « *on est plutôt viande chez nous* ». De plus, Nathan a, comme son père, un rapport très distant avec l'institution scolaire. M. Paufroi explique :

« *L'école, c'est bien si tu vas apprendre. Après, dis-moi pas que tu en sors riche !* ». Le père de Nathan suit de très loin la scolarité de son fils et dit avoir d'autres soucis en tête : sa fille aînée a un enfant qu'il garde assez souvent, il a une autre fille (17 ans) qui connaît des difficultés psychologiques, se traduisant entre autres par un surpoids, et un fils qui a quitté la maison et ne possède pas d'emploi. L'espace de parole dont dispose Nathan est très réduit en raison de la situation familiale, complexifiée par le départ de la mère de Nathan l'été précédant l'enquête, qui laisse très peu de temps libre au père de Nathan. Ainsi, Nathan n'a pas évoqué le projet alimentation dans sa famille : lorsque l'enquêtrice a téléphoné pour prendre rendez-vous, M. Paufroi n'avait connaissance ni de l'existence du projet ni de la présence d'une enquêtrice dans la classe de son fils alors même qu'une lettre informative avait été distribuée aux élèves en début d'année.

– Enquêtrice : « *Votre enfant vous raconte son cours sur l'alimentation au collège et cherche à vous donner des conseils.* » [il s'agit d'un scénario]

– M. Paufroi : « *Alors ça non. C'est même pas arrivé. C'est même pas arrivé une seule fois.* »

– Enquêtrice : « *Est-ce que par exemple vous savez que cette année il a un projet sur l'alimentation dans sa classe ?* »

– M. Paufroi : « *Non.* »

– Enquêtrice : « *Il ne vous parle pas... de ses cours ?* »

– M. Paufroi : « *Non.* »

– Enquêtrice : « *Non pas du tout ?* »

– M. Paufroi : « *Non. C'est pas un gosse à me dire "papa j'ai fait ça aujourd'hui".* »

(collège défavorisé, entretien à domicile, M. Paufroi, 26 janvier 2011)

Cette famille, issue des milieux populaires, est très distante des normes du PNNS, notamment en raison d'une situation familiale complexe et ne contribue pas à permettre à Nathan de disposer d'un espace de parole suffisant pour qu'il puisse raconter ce qu'il fait à l'école en général et pendant le projet alimentation plus particulièrement. Ainsi, l'adolescent ne peut pas endosser le rôle de messenger du projet, rôle qu'il n'a sans doute pas envie de tenir étant donné son éloignement des normes nutritionnelles et de l'institution scolaire. De plus, l'adolescent est dans un groupe d'amis (composé uniquement de garçons) hostile au projet alimentation et qui adopte une attitude transgressive par rapport à l'ordre scolaire. Ce groupe d'amis a sans aucun doute une influence sur la distance de Nathan avec le projet alimentation.

## Conclusion

L'enquête mobilisée dans cet article montre que le rapport aux normes nutritionnelles des parents est fortement lié à leur origine sociale. Plus ils sont en bas de l'échelle sociale, plus ils sont distants des messages nutritionnels et plus leurs pratiques alimentaires sont éloignées des normes PNNS. Ces parents sont donc les cibles privilégiées des politiques de prévention nutritionnelle dont l'objectif est de réduire les inégalités sociales de santé nutritionnelle au sein de la population. L'un des leviers soulevé par les pouvoirs publics est de passer par les adolescents, atteignables par l'école, pour transmettre les messages nutritionnels et tenter de modifier les pratiques alimentaires familiales par ce biais. Les adolescents sont ainsi missionnés pour jouer le rôle de messager de normes nutritionnelles au sein de leur famille. L'enquête présentée ici, menée au collège et dans les familles, montre que les adolescents sont au carrefour de normes potentiellement contradictoires qui proviennent de l'école, du groupe de pairs ou de leur famille. Ils ont un rapport aux normes nutritionnelles souvent plus complexe que leurs parents, en raison notamment de la tension dans laquelle ils peuvent être pris entre l'inquiétude générée par les messages nutritionnels et leurs propres goûts alimentaires, réels ou affichés face aux pairs, qui valorisent souvent une alimentation de type « *fast-food* ». Par ailleurs, les adolescents peuvent être les vecteurs au sein de leur famille de normes nutritionnelles apprises à l'école ou par les médias, et qui sont opposées aux normes alimentaires familiales. Ces configurations intéressent les pouvoirs publics, et les adolescents peuvent y devenir messagers et

transformateurs des pratiques alimentaires, c'est-à-dire des messagers discordants engagés. Mais en réalité, très peu de jeunes jouent ce rôle : il est rare que, dans les milieux populaires, les jeunes soient disposés à vouloir modifier leurs habitudes familiales, éloignées des normes PNNS. Même s'ils peuvent parfois tenir des discours en faveur de ces normes nutritionnelles, cela reste souvent au niveau du discours, pour jouer au « *bon élève* », mais pas dans le but de modifier en profondeur les habitudes alimentaires familiales. Ainsi, il reste un chemin important à parcourir par les pouvoirs publics afin de réduire les inégalités de santé nutritionnelle. Utiliser les adolescents comme vecteurs de messages nutritionnels dans leur famille semble ainsi complexe, entre autres en raison du poids de l'entrée dans l'adolescence, du genre et de l'origine sociale. Les filles appartenant aux classes moyennes et supérieures sont les plus réceptives au projet alimentation et les plus disposées à être messagères du projet dans leur famille. Ainsi, les politiques nutritionnelles atteignent davantage les adolescent-e-s qui adhèrent déjà aux normes nutritionnelles. Comment toucher les garçons, *a fortiori* issus de milieux populaires, les plus hermétiques aux messages nutritionnels ? Ce sont des questions que se posent actuellement les acteurs de l'éducation alimentaire, et plus largement de l'éducation pour la santé, comme en témoigne un numéro thématique de la revue *Éducation, Santé, Sociétés* paru en 2015 (Jourdan, 2015). La prise en compte de l'ensemble des dimensions de l'acte alimentaire et de toute la complexité de l'éducation alimentaire pourrait être une façon d'améliorer son efficacité (Berry et Gagnayre, 2018).

- Berry P., Gagnayre R., 2018, Les politiques d'éducation alimentaire au prisme des pratiques de terrain. Commentaire, *Sciences sociales et santé*, vol. 36, n° 3, p. 93-101.
- Bourdieu P., 1979, *La distinction. Critique sociale du jugement*, Paris, Les Éditions de Minuit.
- Bourdieu P., 1977, Remarques provisoires sur la perception sociale du corps, *Actes de la recherche en sciences sociales*, n° 14, p. 51-54.
- Bourdieu P., 1972, *Esquisse d'une théorie de la pratique*, Genève, Éditions Droz.
- Bury J., 1988, *Éducation pour la santé. Concepts, enjeux, planifications*, Bruxelles, De Boeck.
- Caillavet F., Darmon N., Lhuissier A., Régnier F., 2006, L'alimentation des populations défavorisées en France. Synthèse des travaux dans les domaines économique, sociologique et nutritionnel, in *Les travaux de l'Observatoire national de la pauvreté et de l'exclusion sociale 2005-2006*, Paris, La Documentation française, p. 279-322.
- Cardon P., 2009, Les effets de la mobilité résidentielle des retraités sur leur alimentation, *Recherches familiales*, n° 6, p. 105-115.
- Darmon M., 2006, *La socialisation*, Paris, Armand Colin.
- Depoilly S., 2014, Les garçons et l'école : rapports sociaux de sexe et rapports de classe. *Travail, genre et sociétés*, vol. 31 n° 1, p. 151-155.
- Depoilly S., 2008, Genre, parcours scolaires et rapports aux savoirs en lycée professionnel, *Le français aujourd'hui*, n° 163, p. 65-72.
- Diasio N., Pardo V., 2009, Déconstruire la « culture adolescente ». Ces mots et mets qui font la différence, in Diasio N., Hubert A., Pardo V. (dir.), *Alimentations adolescentes en France*, Paris, Les Cahiers de l'Ocha n° 14, p. 16-32.

- Diasio N., Hubert A., Pardo V. (dir.), 2009, *Alimentations Adolescentes en France*, Paris, Les cahiers de l'Ocha n° 14.
- Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (Drees), 2004, Surpoids et obésité chez les adolescents scolarisés en classe de troisième, *Études et Résultats*, n° 283.
- Dubet F., Martuccelli D., 1996, *À l'école. Sociologie de l'expérience scolaire*, Paris, Éditions du Seuil.
- Durkheim É., 2009[1922], *Éducation et sociologie*, Paris, Presses universitaires de France.
- Galland O., 2010, Une nouvelle classe d'âge ?, *Ethnologie française*, vol. 40, n° 1, p. 5-10.
- Grignon C., Grignon C., 1981, Alimentation et stratification sociale. *Cahiers de Nutrition et Diététique*, vol. 16, n° 4, p. 207-217.
- Guetat M., 2009, De l'injonction à la réappropriation des messages nutritionnels ambiants, in Diasio N., Hubert A., Pardo V. (dir.), *Alimentations adolescentes en France*, Paris, Les Cahiers de l'Ocha, n° 14.
- Guilhem D., Sellami M., 2009, Embellir son corps en mangeant. Représentations et pratiques alimentaires des adolescentes, in Diasio N., Hubert A., Pardo V. (dir.), *Alimentations adolescentes en France*, Paris, Les Cahiers de l'Ocha n° 14, p. 78-89.
- Jourdan D. (dir.), 2015, « Comprendre et agir sur les inégalités de santé : un défi pour les chercheurs et les praticiens des champs éducatif, sanitaire et social », *Revue Éducation Santé Sociétés*, vol. 2, n° 2.
- Jourdan D. (dir.), 2004, *La formation des acteurs de l'éducation à la santé en milieu scolaire*, Toulouse, Éditions universitaires du Sud.
- Lahire B., 1998, *L'homme pluriel. Les ressorts de l'action*, Paris, Armand Colin.
- Le Pape M.-C., van Zanten A., 2009, Les pratiques éducatives des familles, in Duru-Bellat M., van Zanten A. (dir.), *Sociologie du système éducatif. Les inégalités scolaires*, Paris, Presses universitaires de France, collection L, p. 185-205.
- Maurice A., 2015 a, Mac Donald's, une appropriation socialement située par les adolescents, in Lachance J., Mathiot L., Saint-Germain P. (dir.), *Marques cultes et culte de la marque chez les jeunes. Penser l'adolescence avec la consommation*, Laval, Presses de l'Université de Laval, p. 93-108.
- Maurice A., 2015 b, Manger à la maison sous le poids des normes. Les négociations familiales autour de l'alimentation, *Revue internationale de l'éducation familiale*, n° 37, p.115-136.
- Maurice A., 2014, Les préadolescents comme ressorts des actions de santé publique : analyse d'un projet d'éducation alimentaire en collège, thèse de doctorat en sciences de l'éducation sous la direction de Régine Sirota, université Paris Descartes.
- Maurice A., 2013, Les usages sociaux des messages nutritionnels par les adolescents, in Depecker T., Lhuissier A., Maurice A. (dir.), *La juste mesure. Une sociologie historique des normes alimentaires*, Rennes, Presses universitaires de Rennes.
- Octobre S., 2011, Du féminin au masculin. Genre et trajectoires culturelles, *Réseaux*, n° 168-169, p. 23-57.
- Pasquier D., 2010, Culture sentimentale et jeux vidéo : le renforcement des identités de sexe, *Ethnologie française*, vol. 40, p. 93-100.
- Pasquier D., 2005, *Cultures lycéennes. La tyrannie de la majorité*, Paris, Autrement.
- Pasquier D., 1999, *La culture des sentiments. L'expérience télévisuelle des adolescents*, Paris, éditions de la Maison des sciences de l'homme.
- Perrenoud P. 1987, Le go-between : entre sa famille et l'école, l'enfant messenger et message, in Montandon C., Perrenoud P. (dir.), *Entre parents et enseignants : un dialogue impossible?*, p. 49-87.
- Peretti-Watel P., Moatti J.-P., 2009, *Le principe de prévention. Le culte de la santé et ses dérivés*. Paris, Éditions du Seuil et La République des Idées.
- Régnier F., Lhuissier A., Gojard S., 2006, *Sociologie de l'alimentation*, Paris, La Découverte.
- Régnier F., Masullo A., 2009, Obésité, goûts et consommation. Intégration des normes d'alimentation et appartenance sociale, *Revue française de sociologie*, vol. 50, n° 4, p. 747-773.
- Robineau D., Saint Pol T. (de), 2013, Les normes de minceur : une comparaison internationale, *Population et Sociétés*, n° 504.
- Roos G., Prättälä R., Koshki K., 2001, Men, masculinity and food: Interviews with Finnish carpenters and engineers, *Appetite*, n° 37, p. 47-56.
- Saint Pol T. (de), 2010, *Le corps désirable. Hommes et femmes face à leur poids*, Paris, Presses universitaires de France.
- Sirota R., 2006, Petit objet insolite ou champ constitué, la sociologie de l'enfance est-elle encore dans les choux ?, in Sirota R. (dir.), *Éléments pour une sociologie de l'enfance*, Rennes, Presses universitaires de Rennes, p. 13-34.