



**HAL**  
open science

# L'amour fait-il aimer les choux de Bruxelles? La transformation des habitudes alimentaires pendant la vie conjugale chez les jeunes adultes

Angèle Fouquet

## ► To cite this version:

Angèle Fouquet. L'amour fait-il aimer les choux de Bruxelles? La transformation des habitudes alimentaires pendant la vie conjugale chez les jeunes adultes. INRAE Sciences Sociales, 2021, 4-5/2021 (10), 2 p. 10.22004/ag.econ.324774 . hal-03800963

**HAL Id: hal-03800963**

**<https://hal.inrae.fr/hal-03800963v1>**

Submitted on 6 Oct 2022

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

# L'amour fait-il aimer les choux de Bruxelles ? La transformation des habitudes alimentaires pendant la vie conjugale chez les jeunes adultes

**Angele Fouquet**

Centre Maurice Halbwachs, EHESS, ENS, CNRS, INRAE,  
PSL Research University, Paris, France.  
fouquetangele@gmail.com

**A**gir sur les comportements nutritionnels, comme le souhaitent certaines politiques de prévention, n'est possible qu'en tenant compte de l'influence des proches, qui est peu étudiée dans le cadre du couple cohabitant sans enfant. De plus, consommations et tâches domestiques alimentaires sont aujourd'hui un important enjeu d'égalitarisme entre femmes et hommes. Dans le cadre d'une thèse de sociologie, nous avons questionné l'interaction entre les pratiques alimentaires et la mise en couple. À quelle vitesse et pourquoi les alimentations sont-elles mises en commun ? Cela transforme-t-il les alimentations des hommes par rapport à celles des femmes ? Comment se décide qui prend en charge les tâches alimentaires ? Pour y répondre, nous avons comparé les habitudes alimentaires de couples de jeunes adultes (18-33 ans) hétérosexuels, avant et après leur récente installation dans un logement commun.

## **L'alimentation, essentielle dans la construction du couple et transformée par celle-ci**

L'enquête réalisée par entretiens entre 2016 et 2018 auprès de 27 couples montre d'abord que l'alimentation tient une place importante dans le processus de construction du lien conjugal. Le partage des repas commence très tôt (lors de restaurants, d'invitations mutuelles), de par la valorisation des activités alimentaires comparativement à d'autres activités quotidiennes et domestiques (comme la gestion du linge de maison, le nettoyage, etc.). En conséquence, les débuts du couple sont propices aux transformations alimentaires, les partenaires y étant plus ouverts aux pratiques de l'autre.

À l'installation, les partenaires mettent en commun les activités de gestion alimentaire (vaisselle, courses, rangement, surveillance des denrées, etc.). Cette mise en commun les oblige à s'accorder à propos des temporalités (manger en même temps), des contenus (manger la même chose), de l'approvisionnement (faire les courses ensemble, décider des lieux, moments, budgets), de la gestion des denrées au domicile, des sociabilités, etc. Ceci favorise également la transformation des pratiques alimentaires, de façon peu conscientisée. La gestion est ensuite progressivement rationalisée, impliquant souvent une répartition des tâches.

## **Des habitudes alimentaires qui se rapprochent entre femmes et hommes ?**

Par la mise en commun, le couple agit sur les pratiques alimentaires des femmes et des hommes. Car leurs consommations se distinguent nettement, les femmes étant par exemple davantage incitées à apprécier des aliments jugés « féminins », à surveiller leur poids et leur santé par l'alimentation (Saint Pol, 2008). Ces écarts se retrouvent dans la comparaison des discours des cuisiniers et cuisinières les plus investis. Si tous vivent la cuisine comme une passion, les cuisiniers mobilisent davantage les registres d'une cuisine technique professionnelle et du plaisir, les cuisinières ceux du soin envers autrui et de la santé.

Ceci suggère qu'aujourd'hui, si les pratiques culinaires concrètes se rapprochent entre femmes et hommes, les façons de vivre et de penser la cuisine sont encore assez différentes (Deutsch, 2004). Ainsi, la conjugalité rapproche les consommations des hommes et des femmes, mais au prix de spécialisations dans les préoccupations. Par exemple, une femme raconte consommer davantage de viande parce que son partenaire s'y intéresse davantage qu'elle.

### Une répartition des tâches spécifique aux jeunes adultes ?

Puisqu'en couple, on considère aujourd'hui encore que les tâches domestiques peuvent être prises en charge par l'un ou l'autre au nom des deux, les partenaires cohabitants se répartissent progressivement les tâches. Cette répartition repose sur les préférences, compétences et exigences apprises par chacun au cours de sa vie, auxquelles s'ajoutent les disponibilités. Or, ces éléments varient souvent, au-delà de critères d'appartenance comme la classe sociale ou les origines géographiques, en fonction du sexe social de la personne. À cela s'ajoute enfin une séparation implicite entre tâches « masculines » et « féminines ». Ainsi, l'investissement de l'homme peut parfois être spécifique à certaines activités (comme les courses hebdomadaires) ou occasions valorisées, engendrant une charge mentale moins continue. Ces écarts s'articulent aux différences de préférences alimentaires, quelques femmes justifiant par exemple de prendre en charge au nom de la surveillance nutritionnelle qu'elles exigent. En conséquence, malgré la diffusion d'un idéal égalitaire, les hommes doivent encore s'inventer un rôle nourricier que les femmes se voient offrir voire imposer.

Cependant, les répartitions observées sont souvent moins caricaturales que ne le suggèrent les études antérieures (DeVault, 1994). Ainsi, l'homme participe à la gestion dans tous les couples, et les partenaires sont parfois peu spécialisés, gérant les tâches conjointement ou en alternance. Ceci suggère que l'opposition entre femmes et hommes chez les jeunes adultes est aujourd'hui moins poussée dans la prise en charge des tâches que dans les consommations alimentaires.

### Les facteurs d'implication des hommes

Apparaissent ainsi différents degrés de conversion alimentaire et de prise en charge des tâches alimentaires chez les hommes ; de ceux qui déploient leurs talents en cuisine et sont des gestionnaires du fait d'un grand intérêt pour la cuisine et/ou pour les enjeux nutritionnels, à ceux qui imposent relativement leurs préférences à leur partenaire tout en leur laissant la charge alimentaire. Surtout, cette étude relève des leviers de l'implication des hommes : l'apprentissage, en tant qu'enfant au sein de la famille d'origine, de l'intérêt pour la cuisine et l'alimentation, favorise la prise en charge de l'alimentation par l'homme, de même que le fait qu'il dispose de davantage de temps libre que sa conjointe (comme étudiant, chômeur...), ou encore qu'il se revendique de l'égalitarisme. Surtout, divers éléments d'hypergamie féminine, c'est-à-dire qui placent la femme dans une position sociale supérieure à celle de l'homme (comme être plus âgée, d'origine sociale supérieure, plus diplômée, ou disposer d'un statut professionnel supérieur) apparaissent contribuer à l'implication de l'homme dans la gestion alimentaire quotidienne.

Ces constats signalent-ils que les relations entre femmes et hommes

changent ou ne sont-ils dus qu'au fait que ces couples sont jeunes et n'ont pas encore d'enfant ? En effet, la prise en charge par l'homme se produit davantage aux débuts de la cohabitation, ou bien au nom d'une disponibilité professionnelle temporaire, et sa conversion aux consommations de sa partenaire exigent des conditions spécifiques, comme son hypergamie ou une semi-cohabitation.

### L'effet des positions sociales

Enfin, les pratiques alimentaires conjugales dépendent de l'âge et de la catégorie sociale. Tout d'abord, les partenaires issus des classes populaires, qui ont moins souvent vécu seuls et aux plus faibles ressources, valorisent davantage la mise en commun, donc les concessions alimentaires et la spécialisation dans la prise en charge des tâches. À l'inverse, aux yeux des partenaires issus des classes supérieures, aux parcours plus autonomes (étudiants notamment), le couple doit être moins fusionnel, favorisant l'absence de concessions alimentaires et l'égalitarisme.

Les pratiques dépendent également de l'âge. L'alimentation des familles d'origine représente aux yeux des jeunes adultes une façon de manger « adulte », relativement attentive aux normes nutritionnelles publiques. En devenant adultes, les jeunes mettent souvent à distance ces habitudes, afin d'affirmer leur prise d'autonomie, avant de s'en ré-approprier tout ou partie (Garabau-Moussaoui, 2001). Les pratiques conjugales s'en ressentent : plus les partenaires sont « jeunes » (quittant par exemple le domicile parental, étant de jeunes étudiants, etc.), plus leur alimentation conjugale est marquée par l'autonomisation alimentaire (savoir gérer sans les parents), tandis que les plus « âgés » se rapprochent davantage des normes nutritionnelles parentales et/ou publiques, tout en confrontant des modèles alimentaires plus stabilisés.

Enfin, les pratiques conjugales dépendent des écarts d'âge ou de catégorie sociale entre les partenaires. Les partenaires hypergames, c'est-à-dire possédant un diplôme, une position professionnelle, une origine sociale ou encore un âge inférieur au ou à la partenaire, sont plus susceptibles de s'approprier ses habitudes, et de prendre en charge davantage de tâches. Or, ces situations concernent plus fréquemment les femmes, particulièrement dans les couples des jeunes générations composés d'un homme inséré sur le marché du travail et d'une femme encore étudiante.

### Pour en savoir plus :

**Deutsch J. (2004).** "Eat Me Up": spoken voice and food voice in an urban firehouse. *Food, Culture & Society*, 7(1), 27-36.

**DeVault M.L. (1994).** *Feeding the family: the social organization of caring as gendered work*, Paperback ed, Chicago, Ill., University of Chicago Press (Women in culture and society), 270 p.

**Fouquet A. (2019).** De la rencontre à la vie commune. La construction conjugale par les pratiques alimentaires quotidiennes. *Revue des politiques sociales et familiales*, n°129-130 (4e trimestre 2018-1er trimestre 2019), dossier « Normes sociales et socialisation alimentaires ».

**Garabau-Moussaoui I. (2001).** La cuisine des jeunes : désordre alimentaire, identité générationnelle et ordre social. *Anthropology of food [Online]*.

**de Saint-Pol T. (2008).** La consommation alimentaire des hommes et des femmes vivant seuls. *Insee Première*, 1194.