

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

L'INTERNALISATION DU MODÈLE DE MINCEUR ET L'ESTIME CORPORELLE  
COMME PRÉDICTEURS DES PRÉJUGÉS CORPORELS DES ADOLESCENTES

ESSAI DE 3<sup>e</sup> CYCLE PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE DU

DOCTORAT CONTINUUM D'ÉTUDES EN PSYCHOLOGIE  
(PROFIL INTERVENTION)

PAR  
MARIANNE GENDRON

SEPTEMBRE 2022

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

DOCTORAT CONTINUUM D'ÉTUDES EN PSYCHOLOGIE  
(PROFIL INTERVENTION) (D.Ps.)

**Direction de recherche :**

---

Marie-Pierre Gagnon-Girouard, Ph. D.  
Université du Québec à Trois-Rivières

directrice de recherche

---

Noémie Carbonneau, Ph. D.  
Université du Québec à Trois-Rivières

codirectrice de recherche

**Jury d'évaluation :**

---

Marie-Pierre Gagnon-Girouard, Ph. D.  
Université du Québec à Trois-Rivières

directrice de recherche

---

Frédéric Langlois, Ph. D.  
Université du Québec à Trois-Rivières

évaluateur interne

---

Marie-Ève Blackburn, Ph. D.  
Cégep de Jonquière

évaluatrice externe

Ce document est rédigé sous la forme d'article scientifique, tel qu'il est stipulé dans les règlements des études de cycles supérieurs (Article 360) de l'Université du Québec à Trois-Rivières. L'article a été rédigé selon les normes de publication de revues reconnues et approuvées par le Comité de programmes de cycles supérieurs du département de psychologie. Le nom du directeur de recherche pourrait donc apparaître comme co-auteur de l'article soumis pour publication.

## Sommaire

Chez les femmes, la minceur est encore un idéal de beauté dominant dans notre société. Cet idéal difficilement atteignable fait en sorte que les jeunes filles sont particulièrement susceptibles de développer une faible appréciation de leur apparence et de leur poids. Les idéaux de minceur semblent donc influencer l'estime corporelle des adolescentes, mais contribuent-ils également à créer un environnement hostile envers les personnes ayant un poids élevé? Les études laissent présager que l'image corporelle pourrait être en lien avec les préjugés à l'égard des personnes ayant un poids élevé, mais la littérature demeure très limitée à ce sujet. Il apparaît donc important de s'intéresser davantage à cette association, particulièrement chez les adolescentes. En effet, l'adolescence est une période où l'image corporelle est particulièrement importante dans l'évaluation de soi et des autres, et ce, particulièrement pour les jeunes filles. De plus, une meilleure compréhension des déterminants des préjugés corporels permettra le développement d'interventions efficaces visant la réduction de la discrimination envers les personnes ayant un poids élevé. Cela est très important puisque les personnes présentant un poids élevé doivent faire face à de multiples conséquences négatives associées à cette discrimination tant sur le plan physique que psychologique. La présente étude explore donc l'association entre l'image corporelle, l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels auprès d'adolescentes. Plus précisément, cette étude de médiation transversale explore les liens entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels en tenant compte de l'estime corporelle. Au total, 719 adolescentes âgées entre 14 et 17 ans ont été recrutées dans le cadre d'un projet de recherche plus large s'intéressant aux habitudes alimentaires

et aux attitudes des adolescentes à l'égard de leur corps. Les résultats de l'étude montrent que l'internalisation de l'idéal de minceur est modérément associée aux préjugés corporels ( $r = 0,483, p < 0,01$ ), suggérant que plus les participantes endossent l'importance d'être mince, plus elles ont des attitudes négatives envers les personnes ayant un poids élevé. Les résultats montrent également que l'estime corporelle est associée négativement aux préjugés corporels ( $r = -0,398, p < 0,01$ ), suggérant que moins les participantes ont une bonne estime de leur corps, plus elles présentent des attitudes négatives envers les personnes ayant un poids élevé. De plus, les résultats d'une analyse de médiation suggèrent que l'estime corporelle serait un médiateur partiel de la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels ( $b = 0,092; 95 \% \text{ IC} : 0,051, 0,134$ ), c'est-à-dire que l'estime corporelle expliquerait une partie de l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels. Ce résultat suggère que la perception de soi pourrait jouer un rôle dans le regard que l'on porte sur les personnes présentant un poids élevé. Ce même modèle a également été testé séparément pour chacune des sous-dimensions de la mesure des préjugés corporels utilisée. Le modèle s'est avéré significatif seulement avec la sous-échelle « peur de grossir ». Ce résultat suggère que le modèle serait plutôt pertinent pour expliquer les préjugés corporels orientés vers soi-même. Il est important de poursuivre les recherches dans ce domaine afin de mieux comprendre l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés corporels afin de réfléchir à des pistes d'interventions novatrices pour réduire les préjugés corporels.

## Table des matières

Sommaire .....	iv
Liste des figures .....	ix
Remerciements.....	x
Introduction générale .....	1
Contexte théorique .....	4
Préjugés corporels.....	5
Définition .....	6
Prévalence.....	7
Conséquences.....	7
Efficacité des interventions visant la réduction de la discrimination liée au poids .....	12
Déterminants des préjugés corporels .....	13
Caractéristiques sociodémographiques.....	13
Poids.....	14
Croyances concernant les causes de l'obésité.....	15
Internalisation de l'idéal de minceur.....	17
Définition .....	18
Internalisation de l'idéal de minceur et préjugés corporels .....	20
Estime corporelle .....	22
Estime corporelle et préjugés corporels.....	25
Problématique .....	26
Objectifs et hypothèses .....	28

Chapitre 1. Article scientifique – Exploring body esteem as a mediator between internalization of the thin-ideal and weight bias among adolescent girls .....	31
Abstract .....	33
Introduction .....	34
Predictors of weight bias.....	34
Method .....	39
Participants.....	39
Procedure .....	40
Measures .....	40
Demographics .....	40
Thin-ideal internalisation.....	41
Body esteem.....	41
Weight bias .....	42
Statistical analyses .....	42
Results.....	43
Discussion .....	47
References.....	51
Discussion générale.....	56
Pistes d'interventions .....	61
Forces de l'étude .....	65
Limites de l'étude.....	66
Avenues futures.....	67



Conclusion générale .....	71
Références générales .....	73
Appendice A. Formulaire de consentement .....	83
Appendice B. Questionnaire sur les préjugés corporels.....	87
Appendice C. Questionnaire sur l'internalisation de l'idéal de minceur .....	89
Appendice D. Questionnaire sur l'estime corporelle .....	91

## Liste des figures

### Figure

- 1 Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of thin-ideal and weight bias ..... **Erreur ! Signet non défini.**
- 2 Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and fear of fat ..... 46
- 3 Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and willpower..... 46
- 4 Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and dislike ..... 46

## **Remerciements**

J'aimerais remercier mes deux directrices Dre. Marie-Pierre Gagnon-Girouard et Dre Noémie Carbonneau, toutes deux professeures au département de psychologie à l'Université du Québec à Trois-Rivières pour leur soutien et leur aide précieuse dans la rédaction de cet essai. Leurs encouragements, leur énergie positive et leur bienveillance m'ont permis de rédiger cet essai à mon rythme et dans le plaisir. Je les remercie d'avoir été à l'écoute de mes besoins, tout au long de la rédaction de cet essai. Elles sont devenues des modèles sur le plan professionnel et m'ont transmis un intérêt pour la recherche et plus particulièrement pour les enjeux sociaux liés au poids (p. ex., la discrimination envers les personnes ayant un poids élevé). J'aimerais également remercier Kheana Barbeau de l'Université d'Ottawa pour sa collaboration dans ce projet.

Sur un plan plus personnel, j'aimerais remercier mes parents Jean-François et Josée et mes sœurs Camille et Gabrielle pour leurs encouragements, leur amour et pour leur soutien, tout au long de mon cheminement scolaire. Ils m'ont donné l'énergie et la confiance nécessaire pour accomplir mes projets, dont cet essai doctorat. J'aimerais aussi remercier mon conjoint William et mes amies de longue date pour leur présence à chaque étape de ce parcours. Leur amour, leur écoute et leur énergie positive auront certainement facilité la rédaction de mon essai doctoral et m'auront permis de trouver un bel équilibre dans ce parcours doctoral.

## **Introduction générale**

Bien que la régulation du poids soit multifactorielle, c'est-à-dire influencée à la fois par des facteurs biologiques, psychologiques et environnementaux (Association médicale canadienne, 2015), plusieurs individus ont tendance à croire que le fait d'avoir un poids élevé est une caractéristique physique dont la personne est responsable par ses actions (Puhl & Brownell, 2001). Cette fausse croyance de la population à l'égard des individus ayant un poids élevé crée donc souvent des perceptions très négatives, ce qui expose ces derniers à de la discrimination dans plusieurs domaines de leur vie (Puhl & Brownell, 2001). La discrimination dont ces individus sont victimes contribue d'ailleurs à la détérioration de leur état de santé physique, en plus d'engendrer de nombreuses conséquences négatives sur le plan psychologique (Wu & Berry, 2018). Par exemple, les individus ayant un poids élevé qui sont victimes de discrimination sont moins susceptibles de perdre du poids, plus à risque de développer le diabète de type 2 et ils présentent des niveaux de cortisol plus élevés (Wu & Berry, 2018). Plusieurs facteurs contribuent au développement des préjugés corporels, et l'un d'eux est l'idéal de minceur véhiculé par les médias (Klackzynski & Felmban, 2018). La société occidentale prône la minceur et la présente comme étant un idéal à atteindre. L'idéal de minceur contribue à l'insatisfaction corporelle et plus particulièrement chez les jeunes filles (Rodgers et al., 2015). En effet, à l'adolescence, les jeunes filles apprennent que l'apparence physique est un facteur important à considérer dans l'évaluation de soi (Clay et al., 2005). Les adolescentes apprennent cela via les médias sociaux qui mettent de l'avant un contenu basé sur

l'apparence (Jarman et al., 2021). L'idéal de minceur étant difficile à atteindre, la plupart des jeunes filles rapportent une insatisfaction corporelle (Stice & Whitenton, 2002). L'idéal de minceur contribue également à créer un environnement social particulièrement hostile à l'égard des personnes ayant un poids élevé. En effet, la société occidentale promeut encore très fortement l'idéal de minceur et les moyens pour atteindre cet idéal (p. ex., régimes alimentaires restrictifs). Cela renforce alors l'idée qu'il est important d'être mince pour réussir et que la volonté personnelle est suffisante pour atteindre cet objectif de minceur. Dans ce contexte, les individus en viennent à développer de fausses croyances à l'égard des personnes ayant un poids élevé et à adopter des comportements discriminatoires à l'égard de celles-ci. Il est essentiel de mieux comprendre les déterminants des préjugés corporels afin de développer des interventions efficaces pour réduire la discrimination basée sur le poids et les conséquences physiques et psychologiques que cela engendre pour plusieurs individus ayant un poids élevé. Dans cet essai doctoral, il sera d'abord question des préjugés corporels et des déterminants de ceux-ci. Nous nous attarderons ensuite plus spécifiquement à deux déterminants des préjugés corporels qui sont liés à la perception de soi soit l'estime corporelle et l'internalisation de l'idéal de minceur auprès des adolescentes. L'objectif de cet essai est de mieux comprendre l'association entre ces variables et ultimement de tester un modèle de médiation dans lequel l'estime corporelle agit comme un médiateur dans la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels, et ce, auprès d'adolescentes âgées de 14 à 17 ans.

## **Contexte théorique**

Cette étude vise à mieux comprendre les déterminants des préjugés corporels. À cet effet, ce contexte théorique approfondit les notions d'internalisation de l'idéal de minceur et d'estime corporelle. Les conséquences des préjugés corporels et les limites des études actuelles sur les déterminants des préjugés corporels seront également abordées.

### **Préjugés corporels**

Dans son sens large, un préjugé fait référence à un jugement à priori, un parti pris ou encore une opinion préconçue concernant un groupe de personnes ou une personne appartenant à ce groupe (Schneider, 2004). Les préjugés se définissent communément comme « une attitude négative ou une prédisposition à adopter un comportement négatif envers un groupe ou envers les membres de ce groupe, qui repose sur une généralisation erronée et rigide » et s'expriment souvent sur le plan affectif (Allport et al., 1954; Vallerand, 2006 p. 544). Les préjugés explicites correspondent à une attitude négative dont la personne est consciente et qui peut être modulée en fonction de sa volonté (Brochu & Morrison, 2007). Les préjugés implicites correspondent plutôt à une attitude inconsciente qui échappe au contrôle et à la volonté de la personne (Brochu & Morrison, 2007).



### **Définition des préjugés corporels**

De façon plus précise, les préjugés corporels se définissent, quant à eux, comme une attitude négative à l'égard des personnes ayant un poids élevé ou encore perçues comme ayant un poids élevé (Puhl & Brownell, 2001). Les individus qui présentent des préjugés corporels associent généralement le surpoids au fait d'être paresseux, indiscipliné et à l'échec personnel (Puhl & Heuer, 2009). Il est également démontré que les individus ont tendance à attribuer des adjectifs comme paresseux, lent et ennuyant à des silhouettes ayant un poids élevé et des adjectifs comme motivé, drôle et intelligent à des silhouettes plus minces (Brochu & Morrison, 2007).

Les préjugés corporels se distinguent des autres formes de préjugés parce qu'ils sont souvent rationalisés et très peu reconnus dans la société occidentale, ce qui place les individus ayant un poids élevé à risque d'être victimes d'inégalités sociales, de discrimination et de mauvais traitements (McHugh & Kasardo, 2012; Puhl & Heuer, 2009). La croyance que les individus ayant un poids élevé sont à blâmer pour leur condition et qu'ils ne sont pas motivés à changer leur état contribue à la persistance des préjugés corporels (Puhl et al., 2008). Plusieurs auteurs s'entendent d'ailleurs pour dire que c'est un des seuls types de préjugés qui soit toujours « socialement acceptable » (Brochu & Morrison, 2007; Puhl & Heuer, 2009).

## **Prévalence**

Les préjugés corporels sont largement répandus et contribuent à la discrimination envers les personnes ayant un poids élevé (Puhl & Heuer, 2009). Ils ont une prévalence similaire dans des échantillons de participants provenant du Canada, des États-Unis, de l'Islande et de l'Australie (Puhl et al., 2020). Puhl et ses collaborateurs (2008) rapportent que c'est la troisième forme la plus commune de discrimination rapportée par les femmes soit après la discrimination basé sur le sexe et l'âge. Pour les hommes, il s'agit de la quatrième forme la plus rapportée après la discrimination basée sur le sexe, l'âge et la race. La méta-analyse de Spahlholz et ses collaborateurs (2016) s'est intéressée à la prévalence de la discrimination envers les personnes ayant un poids élevé. Les résultats montrent que 19,2% des personnes souffrant d'obésité de classe I (IMC 30–35 kg / m<sup>2</sup>) et 41,8% des personnes souffrant d'obésité plus sévère (IMC 35 kg / m<sup>2</sup>) sont victimes de discrimination ou perçoivent être victimes de discrimination. Les résultats révèlent que la prévalence de la discrimination est plus élevée à l'égard des femmes.

## **Conséquences des préjugés et de la discrimination**

Les préjugés corporels contribuent à l'apparition de comportements discriminatoires à l'égard des personnes ayant un poids élevé. Il est d'ailleurs largement démontré que les personnes ayant un poids élevé sont victimes de discrimination dans différentes sphères telles que le travail (Giel et al., 2010), les médias et les milieux de soins (Brochu & Morrison, 2007; Puhl & Brownell, 2001; Puhl & Heuer, 2009) et que la discrimination dont ils sont victimes contribue à détériorer leur santé physique et psychologique (Wu &

Berry, 2018). Les personnes ayant un poids élevé sont souvent victimes de discrimination sur le marché du travail. La revue de la littérature réalisée par Giel et ses collaborateurs (2010) démontre que les personnes ayant un poids élevé sont moins sélectionnées pour un emploi, sont perçues comme ayant moins d'aptitudes, de qualités et de forces au travail, se voient offrir de moins bonnes conditions de travail (p. ex., territoire de vente moins désirable et profitable) et font l'objet de traitements inégaux (p. ex., salaire moins élevé). Par exemple, Giel et ses collaborateurs (2012) ont réalisé une étude auprès de 127 agents de dotation. Ceux-ci devaient sélectionner, parmi six photographies, trois personnes pour un poste de superviseur. Parmi les six candidats, deux avaient un poids élevé. Les résultats montrent que les personnes ayant un poids élevé étaient sélectionnées quatre fois moins que les autres candidats pour le poste alors qu'ils avaient objectivement les mêmes qualifications.

D'un point de vue social, les personnes ayant un poids élevé sont souvent discriminées sur les plateformes médiatiques. Les personnes ayant un poids élevé sont rarement présentées à la télévision lors d'émissions populaires et, lorsqu'elles le sont, elles sont présentées de façon péjorative (Mastro & Figueroa-Caballero, 2018). En effet, elles sont présentées comme étant moins articulées, moins intelligentes et plus susceptibles d'être ridiculisées que les personnages minces (Mastro & Figueroa-Caballero, 2018) . Puhl et ses collaborateurs (2013) ont analysé le contenu de bulletins de nouvelles en ligne. Ceux-ci montrent que les personnes ayant un poids élevé sont significativement plus présentes dans des scènes où le personnage consomme des aliments malsains ou adopte

des comportements sédentaires, comparativement aux personnes ayant un poids normal (Puhl et al., 2013). L'étude d'Eisenberg et ses collaborateurs (2015) montre que 50% des épisodes de séries pour adolescents analysés dans le cadre de celle-ci contiennent des comportements discriminatoires à l'égard des personnes ayant un poids élevé.

Les personnes ayant un poids élevé sont également victimes de discrimination dans les milieux de soins par les divers professionnels de la santé. La revue de la littérature de Phelan et ses collaborateurs (2015) soulignent que les donneurs de soins s'engagent moins dans une communication centrée sur le patient lorsqu'ils ont l'impression que celui-ci ne va pas adhérer au plan de traitement, sont moins respectueux à l'égard des personnes ayant un poids élevé comparativement à ceux qui n'ont pas un poids élevé, et que cela contribue ainsi à augmenter le niveau de stress des personnes ayant un poids élevé et à détériorer leurs habiletés à communiquer efficacement (Phelan et al., 2015).

Les préjugés corporels entraînent des conséquences physiologiques importantes sur les personnes ayant un poids élevé (Harriger & Thompson, 2012; Wu & Berry, 2018). En effet, les personnes ayant un poids élevé confrontées aux préjugés corporels ont des taux de cortisol plus élevés et sont plus à risque de maintenir un poids élevé (Harriger & Thompson, 2012; Wu & Berry, 2018). Les préjugés corporels joueraient également un rôle dans les douleurs ressenties par les personnes ayant un poids élevé. En effet, Olson et ses collaborateurs (2019) ont montré que les préjugés corporels médient la relation entre l'indice de masse corporelle et les douleurs physiques.

Daly et ses collaborateurs (2019) se sont intéressés à l'impact de la discrimination perçue chez les personnes en surpoids sur certains marqueurs de santé tel que des mesures cardiovasculaires, métabolique et immunitaire. Ils ont pris plusieurs mesures sur une période de quatre ans. Selon ceux-ci, la discrimination perçue par les personnes ayant un poids élevé expliquerait le quart de l'association entre l'obésité et la détérioration des marqueurs de l'état de santé. Ainsi, les préjugés corporels jouent non seulement un rôle dans la discrimination envers les personnes ayant un poids élevé, mais contribuent également indirectement à la détérioration de la santé de ces individus.

Les multiples formes de discrimination à l'égard des personnes ayant un poids élevé peuvent également compromettre leur bien-être psychologique. En effet, les personnes ayant un poids élevé qui sont victimes de préjugés corporels vivent plus d'anxiété et de stress, en plus de présenter une plus faible estime d'elles-mêmes (Brochu & Morrison, 2007). Les conséquences liées à l'internalisation des préjugés corporels, soit à la tendance à adhérer à ces préjugés et à agir conformément à ceux-ci, sont également très importantes. En effet, les femmes ayant un poids élevé qui internalisent les préjugés corporels ont un niveau de bien-être moins élevé et ont davantage tendance à éviter l'activité physique (Davison et al., 2008; Pearl et al., 2015).

Les préjugés corporels contribuent également à exacerber les difficultés alimentaires déjà présentes chez les individus ayant un poids élevé. En effet, les résultats de l'étude d'Almeida et ses collaborateurs (2011) montrent que les préjugés corporels contribuent

de façon significative aux comportements de compulsions alimentaires chez les patients recevant un traitement médical dans une clinique de perte de poids, et ce, même lorsque d'autres facteurs sont pris en compte (p.ex., stress quotidien). Les chercheurs posent l'hypothèse que la discrimination basée sur le poids est un facteur de stress unique qui pourraient engendrer des répercussions importantes sur les individus (p.ex. honte de manger en public). Selon les chercheurs, il est possible que cela explique pourquoi les préjugés corporels sont associées à une augmentation du risque de compulsions alimentaires (Almeida et al.,2011). Ce résultat est en accord avec ceux obtenus dans l'étude de Wellman et ses collaborateurs (2019) qui montrent que la discrimination basée sur le poids influence les comportements de compulsions alimentaires. Les préjugés corporels ont également un impact sur la consommation de calories (Schvey et al., 2011). Schvey et ses collaborateurs (2011) concluent dans leur étude qu'il existe une association entre l'exposition à des préjugés corporels et la quantité de calories consommées, et ce, même lorsque l'influence du poids est contrôlée dans les analyses. Les femmes ayant un poids élevé qui ont été exposées à une vidéo présentant des préjugés corporels ont consommé significativement plus de calories que les femmes ayant un poids normal exposées à la même vidéo, et elles ont consommé trois fois plus de calories que les femmes ayant un poids élevé qui ont regardé une vidéo neutre. L'étude démontre que l'exposition à des préjugés corporels engendrent des changements dans le comportement des individus ayant un poids élevé.

### **Efficacité des interventions visant la réduction de la discrimination liée au poids**

L'ensemble de ces résultats met en évidence l'hostilité de l'environnement à l'égard des personnes ayant un poids élevé ainsi que l'impact négatif que les mauvais traitements et la discrimination ont sur la santé physique et psychologique des personnes ayant un poids élevé. Dans ce contexte, plusieurs chercheurs ont tenté de déterminer les interventions à privilégier afin de réduire les préjugés corporels et la discrimination basée sur le poids. Lee et ses collaborateurs (2014) ont réalisé une méta-analyse sur les interventions visant la réduction des préjugés corporels. Les chercheurs ont inclus des interventions basées entre autres sur l'empathie, la contrôlabilité du poids et le consensus social. De façon générale, les chercheurs ont conclu que les interventions ont une efficacité faible à modérée à réduire les préjugés corporels. Powers (2019) a conduit une revue systématique des articles s'intéressant aux interventions visant la réduction des préjugés corporels chez les professionnels de la santé. Elle conclut que certaines interventions se sont avérées efficaces à réduire les préjugés corporels explicites, mais qu'il faut poursuivre les recherches afin de trouver des stratégies à long terme qui vont nous permettre de réduire les préjugés implicites (Powers, 2019). Il apparaît donc important de poursuivre les déterminants associés aux préjugés corporels afin d'arriver à développer des interventions qui cibleront la discrimination envers les personnes présentant un poids élevé.

## **Déterminants des préjugés corporels**

Afin de développer des interventions efficaces pour réduire les préjugés corporels, il est important de bien comprendre les déterminants de ceux-ci, en particulier les facteurs personnels et environnementaux qui contribuent à l'apparition des préjugés corporels chez les individus.

### *Caractéristiques sociodémographiques*

Diverses caractéristiques sociodémographiques telles que le sexe et l'ethnie influencent l'apparition des préjugés corporels et la façon dont ceux-ci se manifestent. Le sexe semble influencer la présence des préjugés corporels. Puhl et ses collaborateurs (2015) montrent que les femmes ont moins de préjugés corporels comparativement aux hommes. Ce résultat est également en accord avec ceux obtenus par Brochu et Morrison (2007). L'ethnie semble quant à elle jouer un rôle dans la façon dont les préjugés corporels se manifestent. Klaczynski et ses collaborateurs (2009) concluent que les personnes d'origine hispanique généralisent moins leurs préjugés corporels face aux figures hispaniques, c'est-à-dire qu'ils sont plus tolérants à l'égard des individus de leur culture présentant un poids élevé. Toutefois, cela ne s'applique pas aux Caucasiens qui eux sont davantage critiques à l'égard des figures caucasiennes ayant un poids élevé contrairement aux figures d'autres ethnies.



### ***Poids***

Plusieurs auteurs se sont intéressés à l'influence du poids réel et perçu de l'individu dans l'apparition des préjugés corporels (Himmelstein & Tomiyama, 2015; Holub, 2008; O'Brien et al., 2013; Schwartz et al., 2006). Selon Holub (2008), le poids réel ne contribue pas à expliquer significativement les préjugés corporels qu'entretiennent les enfants, toutefois le poids perçu apparaît comme un prédicteur significatif des préjugés corporels des enfants. Les résultats de l'étude indiquent que plus les enfants se perçoivent comme ayant un poids élevé, plus ils jugent positivement les personnes ayant un poids élevé (Holub, 2008).

Les chercheurs Himmelstein et Tomiyama (2015) ont, quant à eux, testé un modèle explicatif des préjugés corporels auprès d'une population d'étudiants. Dans ce modèle, les chercheurs ont inclus notamment le poids perçu. Les résultats de leur étude montrent qu'il existe une association négative entre le poids perçu et les préjugés corporels. Ainsi, plus les participants se perçoivent comme ayant un poids élevé, moins ils entretiennent de préjugés corporels (Himmelstein & Tomiyama, 2015).

Bien que le poids réel ne se soit pas avéré être un prédicteur significatif des préjugés corporels chez les jeunes, l'étude de Schwartz et ses collaborateurs (2006) montre qu'il joue un rôle dans l'apparition des préjugés corporels chez les adultes. En effet, les résultats de l'étude Schwartz et ses collaborateurs montrent que les préjugés corporels implicites sont plus importants chez les individus minces. En effet, ceux-ci attribuent davantage de

caractéristiques négatives (p. ex., lâche) aux personnes ayant un poids élevé et de caractéristiques positives aux personnes minces (p. ex., motivé), comparativement aux personnes présentant un poids élevé. Les résultats de l'étude de Schwartz et ses collaborateurs sont en accord avec ceux d'O'Brien et ses collaborateurs (2013). Les résultats de leur étude montraient qu'un faible indice de masse corporelle était un prédicteur significatif des préjugés corporels (O'Brien et al., 2013).

### ***Croyances concernant les causes de l'obésité***

Plusieurs chercheurs se sont penchés sur l'influence des croyances concernant les causes de l'obésité sur les préjugés corporels (Carels & Musher-Eizenman, 2010; Klaczynski & Felmban, 2018; Puhl et al., 2015). Ces études s'intéressent principalement aux attributions causales des participants, c'est-à-dire à la façon dont ils s'expliquent des événements et des comportements, que ceux-ci se rapportent à soi ou à autrui (Weiner & Graham, 1990). Les attributions causales peuvent être internes (c'est-à-dire qu'on assume que l'événement ou le comportement est causé par l'individu) ou encore externes (c'est-à-dire qu'on assume que l'événement ou le comportement est causé par quelqu'un d'autre ou par des facteurs environnementaux). Les attributions peuvent donc être contrôlables ou incontrôlables selon qu'on perçoit que la personne a une emprise ou non sur ce qui lui arrive. Plusieurs chercheurs s'intéressent à la façon dont les individus s'expliquent le poids élevé d'un individu et comment leurs perceptions teintent leurs préjugés corporels (Carels & Musher-Eizenman, 2010; Klaczynski & Felmban, 2018; Puhl et al., 2015).

Hansson et Rasmussen (2010) concluent que plus les gens croient que l'obésité est une condition physique modifiable par l'effort personnel, plus ceux-ci entretiennent une mauvaise perception des personnes ayant un poids élevé. Les résultats de l'étude de Carels et Musher-Eizenman (2010) sont en accord avec ceux d'Hansson et Rasmussen montrant que les individus qui croient que le poids est contrôlable ont davantage tendance à déprécier les personnes ayant un poids élevé, notamment en leur attribuant des traits de personnalité négatifs.

Puhl et ses collaborateurs (2015) ont répliqué ces résultats en comparant des participants de différents pays (Canada, États-Unis, Islande, Australie). Les résultats de leur étude montrent que l'association entre les préjugés corporels et la croyance que l'obésité est une condition physique modifiable par la volonté personnelle n'est pas influencée par le pays d'origine des participants. L'association est présente à des niveaux similaires dans les différents pays.

Ainsi, la croyance que l'obésité est une condition physique modifiable par l'effort personnel est très répandue et les études présentées montrent qu'il s'agit d'un déterminant important des préjugés envers les personnes ayant un poids élevé. Cette croyance ne semble toutefois pas être le seul déterminant des préjugés corporels. En effet, les interventions visant la réduction des préjugés corporels en tentant de modifier cette croyance ont montré une efficacité faible (Lee et al., 2014), ce qui laisse présager qu'il y a d'autres déterminants importants à la base des préjugés corporels.

Considérant que la plupart des études jusqu'à maintenant se sont intéressées à des facteurs reliés à la perception d'autrui (p. ex., croyances concernant les causes de l'obésité), il apparaît intéressant de se questionner sur le rôle des facteurs liés à la perception de soi dans le développement des préjugés. D'ailleurs, tel que mentionné, les études s'intéressant au poids perçu ont montré que plus les personnes se perçoivent que leur poids est élevé, moins elles présentent de préjugés corporels (Himmelstein & Tomiyama, 2015). Ce même résultat n'a pas été obtenu lorsque les chercheurs ont utilisé le poids réel, ce qui suggère donc que la perception de soi joue un rôle important dans la façon de percevoir les autres.

La perception subjective de son poids est influencée entre autres par les normes sociales de beauté, ce qui met en lumière l'importance d'étudier le rôle de l'internalisation de ces normes sociales dans le développement des préjugés corporels (Nutter et al., 2020). L'estime corporelle pourrait également être un facteur clé dans le développement des préjugés corporels. On peut penser qu'une personne qui juge sévèrement son apparence fera de même avec celle d'autrui (Himmelstein & Tomiyama, 2015). En somme, l'internalisation de l'idéal de minceur et l'estime corporelle pourraient jouer un rôle important dans le développement des préjugés corporels.

### **Internalisation de l'idéal de minceur**

Les standards de beauté varient selon la culture et l'époque (Fallon, 1990) et sont le résultat d'une construction sociale (Abid et al., 2021). La société occidentale actuelle met

de l'avant des idéaux de beauté privilégiant la minceur pour la femme (Rodgers & Chabrol, 2009). La minceur est présentée comme un signe de réussite professionnelle et sociale (Halliwell & Dittmar, 2003) et comme étant un idéal à atteindre pour les femmes. Plus récemment, il est observé que la société occidentale met également de l'avant des silhouettes féminines musclées, mais qui demeurent minces, laissant place à une transformation de l'idéal pour les femmes (Donovan et al., 2020). La société véhicule ces idéaux par l'entremise de différents médias comme la télévision, les réseaux sociaux et les magazines (Thompson & Stice, 2001). Les parents et les amis peuvent aussi contribuer à véhiculer cet idéal notamment par le biais de commentaires par rapport au poids (p. ex., glorification de la minceur, critique par rapport au poids, encouragement à faire des diètes amaigrissantes, etc.) (Thompson & Stice, 2001). Les mannequins sélectionnés pour incarner cet idéal de beauté sont souvent significativement plus grandes et plus minces que la moyenne des femmes (Tovée et al., 1997). Ainsi, très peu de femmes peuvent espérer ressembler à ce que la société prône comme étant un corps idéal. Les femmes étant constamment exposées à cet idéal de minceur dans leur quotidien peuvent en venir à internaliser ce standard, c'est-à-dire à croire qu'il s'agit d'une norme à atteindre qui établit leur valeur personnelle (Thompson & Stice, 2001).

### **Définition de l'internalisation de l'idéal de minceur**

L'internalisation de l'idéal de minceur correspond à l'adhésion d'un individu à l'idéal de minceur prôné par la société et au fait qu'il adopte des comportements ayant comme but d'atteindre cet idéal (Heinberg et al., 1995). L'internalisation implique également une

intégration des attitudes, des valeurs et des normes qui découlent des idéaux de beauté prônés par la société (Thompson & Stice, 2001). Par exemple, un individu qui endosse l'idéal de minceur pourrait également entretenir la croyance que le poids est le résultat d'un effort personnel et individuel et ainsi adhérer davantage aux valeurs individualistes de la société occidentale. L'internalisation de l'idéal de minceur et des attitudes et valeurs qui s'y associent contribueront à forger l'identité de l'individu.

Plusieurs facteurs culturels, sociaux et personnels favorisent l'internalisation de l'idéal de minceur. Premièrement, il semble que, de façon générale, les filles accordent plus d'importance à l'apparence et ainsi ont davantage tendance à adopter des comportements afin de ressembler aux idéaux de beauté prônés par la société (Dion et al., 1990). Cet effet serait encore plus prononcé chez les adolescentes. En effet, l'adolescence est une période marquée par une grande importance accordée à l'apparence (Jones et al., 2004) ainsi qu'une grande sensibilité à la pression exercée par l'environnement social (p. ex., médias, amis, etc.) pour être mince (Shroff & Thompson, 2006). Les adolescentes sont donc très sensibles à l'idéal de minceur véhiculé par les différents médias et ainsi particulièrement à risque d'être insatisfaites de leur apparence.

L'internalisation de l'idéal de minceur est un phénomène qui semble influencer les filles dès leur plus jeune âge. En effet, dès l'âge de 5 ans, on observe que certaines filles montrent déjà un désir de ressembler aux modèles présentés dans les médias et à la télévision (Damiano et al., 2015). Les résultats de l'étude de Harriger et ses collaborateurs

(2010) montrent que les jeunes filles de 3 ans investissent émotionnellement l'idéal de minceur. En d'autres mots, les jeunes filles attribuent significativement plus de caractéristiques positives aux figures minces comparativement aux figures normales et choisissent plus souvent la figure mince comparativement à la figure normale comme meilleur ami (Harriger et al., 2010). En plus d'apparaître très tôt chez les jeunes filles, l'internalisation de l'idéal de minceur joue un rôle central dans le développement de l'image de soi (Cafri et al., 2005) et des désordres alimentaires (Thompson et al., 1999).

### **Internalisation de l'idéal de minceur et préjugés corporels**

Bien que la littérature demeure limitée à ce jour, certains chercheurs se sont intéressés à l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels, d'abord chez les femmes adultes. Vartanian et ses collaborateurs (2005) ont mené une étude auprès de femmes ayant des conduites alimentaires restrictives et d'autres n'ayant pas ce type de comportements alimentaires. Les résultats montrent de façon générale que l'internalisation de l'idéal de minceur est associée positivement avec les préjugés corporels explicites des participantes. Ainsi, plus les participantes ont internalisé l'idéal de minceur, plus elles présentent des préjugés corporels (Vartanian et al., 2005). L'étude de Gagnon-Girouard et ses collaborateurs (2020) menée auprès de 219 dyades mère-fille a également montré que plus les femmes internalisent l'idéal de minceur, plus elles présentent des scores élevés sur l'ensemble des dimensions des préjugés corporels.

Klaczynski et Felmban (2018) ont, quant à eux, mené une étude auprès de 181 adolescents chinois et 154 adolescents américains. L'objectif de cette étude était d'explorer les différences culturelles et les possibles médiateurs de l'association entre la culture et les préjugés corporels. Les chercheurs posaient l'hypothèse que les adolescents américains auraient plus préjugés corporels et que cette association serait médiée par l'internalisation de l'idéal de minceur et les croyances concernant l'obésité. Les résultats de l'étude démontrent que les adolescents américains ont davantage internalisé l'idéal de minceur et ont davantage tendance à croire que le surpoids est associé à des causes internes comparativement aux adolescents chinois. Les chercheurs ont conclu que l'association entre le pays d'origine et les préjugés corporels est médiée par l'internalisation de l'idéal de minceur et les attributions causales. Ainsi, les différences observées quant aux préjugés corporels entre les adolescents américains et chinois peut donc en partie s'expliquer par le degré d'internalisation de l'idéal de minceur. Les chercheurs montrent dans leur étude que les Américains sont davantage enclins à internaliser l'idéal de minceur.

Nutter et ses collègues (2020) ont, quant à eux, testé un modèle socioculturel qui incluait l'internalisation de l'idéal de minceur comme prédicteur des préjugés corporels. Les résultats montrent que l'internalisation de l'idéal de minceur peut avoir un effet sur les préjugés corporels via les comparaisons sociales ascendantes et descendantes. Leur étude montre que si l'internalisation de l'idéal de minceur est plus importante, les préjugés corporels seront également plus importants (Nutter et al., 2020). Ces résultats suggèrent



que la promotion de la minceur et l'internalisation que la plupart font de cet idéal de minceur contribueraient à la perception négative des personnes ayant un poids élevé.

En somme, il semble qu'il existe une association entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels, et ce, particulièrement chez les adolescentes et les jeunes femmes. On peut donc penser que la promotion de l'idéal de minceur contribue à créer un environnement stigmatisant envers les personnes ayant un poids élevé. D'autres facteurs liés à la perception de soi pourraient également être en lien avec les préjugés corporels tel que l'estime corporelle. En effet, l'internalisation de l'idéal de minceur est l'un des prédicteurs importants de l'insatisfaction corporelle (Shroff & Thompson, 2006).

### **Estime corporelle**

L'estime corporelle fait référence à l'évaluation, qu'elle soit positive ou négative, qu'une personne fait de son corps et de son apparence en particulier (Mendelson et al., 2001). Elle comprend les émotions, les attitudes et les sentiments qu'une personne ressent à l'égard de son propre corps (Mendelson et al., 2001). Ceux-ci sont très subjectifs et donc peuvent correspondre à la réalité objective ou s'en éloigner (Davis, 1997).

L'estime corporelle sous sa forme négative est un concept qui s'apparente à celui de l'insatisfaction corporelle soit l'écart entre la perception qu'une personne se fait de son corps et celui auquel elle aspire. Ces deux concepts sont intimement liés (Dany & Morin, 2010). En effet, plus l'insatisfaction corporelle d'un individu est élevée, moins son

estime corporelle sera élevée et plus l'individu évaluera son corps négativement (Dany & Morin, 2010).

Globalement, les individus qui ont une meilleure estime corporelle liée au poids et à l'apparence ont un meilleur fonctionnement psychologique (Nelson et al., 2018). Une estime corporelle positive contribue également au bien-être physique et psychologique des adolescents (You & Shin, 2019) et des jeunes adultes (Olenik-Shemesh et al., 2018).

Certaines tranches d'âge semblent plus susceptibles de composer avec une diminution de leur estime corporelle. L'adolescence fait partie de celles-ci. Ce constat n'est pas surprenant, considérant que les adolescentes accordent beaucoup d'importance à l'apparence (Jones et al., 2004) et qu'elles sont plus sensibles aux pressions exercées par l'environnement pour être minces (Shroff & Thompson, 2006). Nelson et ses collaborateurs (2018) montrent que le début de l'adolescence est associé à une diminution de l'estime corporelle. L'estime corporelle liée à l'apparence diminue dès l'âge de 13 ans et se stabilise ensuite au début de l'âge adulte. L'estime corporelle lié au poids suit une trajectoire similaire à celle de l'estime corporelle liée à l'apparence. Clay et ses collaborateurs (2005) observent également une diminution marquée de la satisfaction corporelle chez les adolescentes. Selon l'Institut de la statistique du Québec, ce serait plus de la moitié des adolescents qui sont insatisfaits de leur apparence (Street, 2018). Il apparaît donc que l'adolescence est une période associée à une plus grande vulnérabilité sur le plan de l'estime corporelle.

Il semble également qu'il existe des différences de genre sur le plan de l'estime corporelle. Ormsby et ses collaborateurs (2018) montrent que l'estime corporelle des femmes est significativement plus faible que celle des hommes. Jung et ses collaborateurs (2017) arrivent à des résultats similaires et ils concluent que les femmes en général sont plus insatisfaites de leur apparence que les hommes. Weinberger et ses collaborateurs (2016) ont réalisé une méta-analyse et ils ont trouvé une association entre le genre et l'insatisfaction corporelle, montrant que les femmes sont plus susceptibles que les hommes d'être insatisfaites de leur corps.

Finalement, l'internalisation de l'idéal de minceur et la pression ressentie pour correspondre à l'idéal de minceur semblent également contribuer aux fluctuations sur le plan de l'estime corporelle. En effet, plusieurs chercheurs se sont intéressés au lien qui existe entre l'insatisfaction corporelle et l'internalisation de l'idéal de minceur, montrant ainsi qu'il existe une association positive entre les deux variables (Homan, 2010; Moreno-Domínguez et al., 2019; Rodgers et al., 2015; Stice & Whitenton, 2002; Vartanian et al., 2016). Ces études tendent à montrer que l'internalisation de l'idéal de minceur nuit à la satisfaction corporelle, et ce, particulièrement chez les jeunes filles. Il semble également que les médias jouent un rôle dans le développement de l'estime corporelle des adolescentes. En effet, une étude longitudinale démontre que le nombre d'heures passées à écouter la télévision prédit l'insatisfaction corporelle des adolescentes deux ans plus tard (Schooler & Trinh 2011). Il semble donc que l'internalisation de l'idéal de minceur et l'exposition aux médias nuisent à la perception que les filles ont de leur apparence.

En somme, l'estime corporelle est un concept complexe, susceptible de fluctuer dans le temps en fonction des diverses influences sociales et psychologiques auxquelles un individu est exposé (You & Shin, 2019). Les études tendent à montrer que les adolescentes seraient particulièrement susceptibles de présenter une faible estime corporelle. Cette préoccupation pour l'apparence est toutefois inquiétante à la fois pour l'estime corporelle des adolescentes, mais également pour le regard que celles-ci portent à l'égard des personnes ayant un poids élevé. Est-ce que l'estime corporelle des adolescentes teinte la perception qu'elles ont des personnes avec un poids élevé? Si elles jugent leur apparence négativement face à la norme attendue, seront-elles plus critiques à l'égard des personnes ayant un poids élevé?

### **Estime corporelle et préjugés corporels**

Himmelstein et Tomiyama (2015) se sont intéressés au rôle de la perception de soi dans le développement des préjugés corporels auprès de jeunes adultes. Ils ont testé un modèle exploratoire qui inclut le poids perçu et la honte de son poids. Ces chercheurs ont conclu qu'il existe une association positive entre le fait d'avoir honte de son poids et les attitudes négatives à l'égard des personnes ayant un poids élevé.

Tremblay et ses collaborateurs (2016) ont utilisé une nouvelle approche liée à la réalité virtuelle pour mieux comprendre les préjugés corporels explicites et implicites chez les jeunes adultes. De façon générale, les chercheurs ont montré qu'il existe une association entre la satisfaction corporelle et les préjugés corporels, indiquant que moins

la personne est satisfaite de son corps et plus elle présente d'attitudes négatives à l'égard des personnes ayant un poids élevé.

Hansson et Rasmussen (2010) ont conclu que même chez les petites filles, l'estime de soi liée à l'apparence est corrélée négativement avec les préjugés corporels, indiquant que moins les jeunes filles ont une bonne estime de soi liée à l'apparence, plus elles rapportent de préjugés corporels.

Ces résultats appuient l'hypothèse que l'image de soi est liée aux préjugés corporels et indique que moins une personne est satisfaite de son apparence et de son poids, plus elle présente d'attitudes négatives à l'égard des personnes ayant un poids élevé. Toutefois, jusqu'à maintenant, aucune étude n'a testé cette association auprès d'adolescentes. Il serait intéressant d'explorer cette association, surtout sachant que pour les adolescentes, l'apparence est un facteur important dans l'évaluation qu'elles se font d'elle-même.

### **Problématique**

Les personnes ayant un poids élevé sont victimes de discrimination dans plusieurs sphères de leur vie (Puhl & Brownell, 2001). Cette discrimination engendre des conséquences à la fois physiques et psychologiques chez les personnes ayant un poids élevé (Wu & Berry, 2018). Jusqu'à maintenant, les études s'intéressant aux déterminants des préjugés corporels se sont surtout attardées aux croyances concernant le poids élevé (Puhl et al., 2015). Toutefois, les croyances concernant les causes du poids élevé

n'expliquent pas à elle seule le développement des préjugés corporels. D'autres déterminants liés davantage à la perception de soi semblent également jouer un rôle dans le développement des préjugés corporels. Des études sont toutefois nécessaires pour mieux comprendre l'association entre la perception de soi et les préjugés corporels. L'internalisation de l'idéal de minceur et l'estime corporelle apparaissent comme des pistes intéressantes à explorer afin de mieux comprendre le rôle de la perception de soi dans le développement des préjugés. En effet, quelques études tendent à montrer que ces variables sont associées aux préjugés corporels (p. ex., Hansson & Rasmussen, 2010; Klaczynski & Felmban, 2018; Vartanian et al., 2005).

Les adolescentes accordent beaucoup d'importance à l'apparence dans leur évaluation d'elle-même (Clay et al., 2005). Plusieurs adolescentes composent avec une insatisfaction corporelle (Pica et al., 2013). L'exposition quotidienne à l'idéal de minceur difficilement atteignable et l'internalisation de celui-ci peut contribuer à l'insatisfaction corporelle des adolescentes (Homan, 2010). Il apparaît donc intéressant de s'intéresser à cette période de développement et au rôle que joue la perception de soi dans le développement des préjugés corporels des adolescentes. L'environnement social qui met de l'avant la minceur contribue-t-il à rendre les adolescentes plus hostiles envers les personnes ayant un poids élevé? Est-ce que le fait de grandir dans un environnement où la minceur est un idéal à atteindre change la perception que l'on se fait des personnes ayant un poids élevé? Est-ce que le jugement sévère que les adolescentes portent envers leur apparence sera le même que celui qu'elles portent à l'égard des personnes ayant un

poids élevé? Cet essai permettra de faire la lumière sur le lien qui unit l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés corporels chez des adolescentes. À notre connaissance, il s'agit de la première étude qui inclut ces trois variables ensemble dans un modèle exploratoire des déterminants des préjugés corporels. Bien que certaines études montrent qu'il existe une association entre l'estime corporelle et les préjugés corporels, aucune étude ne s'est intéressée à cette association chez des adolescentes. Il semble important de s'attarder à cette association auprès des adolescentes puisque celles-ci semblent plus susceptibles de présenter une faible estime corporelle et d'être sensibles aux modèles présentés dans les médias (Clay et al., 2005; Shroff & Thompson, 2006). De plus, une meilleure compréhension du rôle de l'estime corporelle dans le développement des préjugés corporels permettra également de déterminer si elle peut être une cible d'intervention pour réduire les préjugés et ainsi diversifier les interventions possibles. Les interventions qui visent l'internalisation de l'idéal de minceur sont susceptibles d'avoir une portée limitée puisque les pressions sociales pour être mince demeurent très importantes. Par exemple, les médias sociaux continuent de véhiculer l'idéal de minceur. Or, en explorant le rôle de l'estime corporelle dans le développement des préjugés corporels, il sera possible de déterminer s'il s'agit d'une cible d'intervention efficace sur le plan individuel.

### **Objectifs et hypothèses**

La présente étude vise à mieux comprendre l'association entre l'estime corporelle, l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels auprès d'adolescentes. Plus

spécifiquement, le premier objectif est d'explorer les associations entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés corporels. L'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les différences dimensions des préjugés corporels (peur de grossir, dégoût c'est-à-dire l'aversion ressentie à l'égard des personnes présentant un poids volonté, volonté c'est-à-dire les croyances concernant la contrôlabilité du poids) sera explorée. Il est attendu que plus une adolescente internalise l'idéal de minceur, plus son estime corporelle sera faible et plus elle rapportera de préjugés corporels sur l'ensemble des dimensions. Il est également attendu que plus une adolescente présente une faible estime corporelle, plus elle rapportera de préjugés corporels sur l'ensemble des dimensions.

Le deuxième objectif de l'étude est de tester un modèle de médiation dans lequel l'estime corporelle agit comme un médiateur dans la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels. À notre connaissance, il n'existe aucune étude longitudinale qui explore l'association entre ces trois variables. Il est alors impossible de déterminer le sens de l'association entre les variables. Le modèle tripartite offre toutefois des hypothèses quant au sens possible des variables. En effet, le modèle tripartite, initialement élaboré par Thompson en 1999, est un modèle qui vise à comprendre l'association entre l'image corporelle et les comportements alimentaires (Thompson et al., 1999). Le modèle fut testé auprès de plusieurs populations dont les adolescentes (Shroff & Thompson, 2006) et les femmes âgées entre 60 ans et 75 ans (Carrard et al., 2020). Il demeure à ce jour un modèle pertinent pour comprendre l'association entre l'image



corporelle et les comportements alimentaires. Selon ce modèle, les pressions exercées par l'environnement (p.ex., médias, amis, famille) contribuent à l'internalisation de l'idéal de minceur qui à son tour contribue à l'insatisfaction corporelle. L'insatisfaction corporelle expliquerait, quant à elle, les comportements alimentaires dysfonctionnelles. La direction des variables, dans le cadre de cette étude, s'appuie entre autre sur les résultats issus du modèle tripartite. Il est donc attendu que l'estime corporelle médie la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels, et ce, pour l'ensemble des dimensions des préjugés corporels.

## **Chapitre 1**

Article scientifique – Exploring body esteem as a mediator between internalization of the thin-ideal and weight bias among adolescent girls

**Exploring body esteem as a mediator between internalization of the thin-ideal and  
weight bias among adolescent girls**

Marianne Gendron<sup>a</sup>, Noémie Carbonneau<sup>a</sup>, Kheana Barbeau<sup>b</sup>, and

Marie-Pierre Gagnon-Girouard<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Department of Psychology, Université du Québec à Trois-Rivières

<sup>a</sup> University of Ottawa

**Correspondence address:** Marianne Gendron, Département de psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières, 3351, boul. des Forges, Trois-Rivières, Québec, G8Z 4M3, Canada.

### **Abstract**

Western adolescent girls grow up in an environment that values thinness, whereby being thin is a sign of success, promoting unattainable beauty standards. Due to the valuation of thinness in society, adolescent girls learn that appearance and weight are important in the evaluation of themselves and others. However, it remains unclear how the valuation of thinness is related to weight bias and whether this relationship could be explained by girls' body image. This study aimed to better understand the factors underlying weight bias by testing a model in which body esteem, an aspect of body image most associated with attitudes, evaluations, and feelings toward one's body weight, mediated the relationships between internalization of the thin-ideal and weight bias. A total of 719 adolescent girls aged between 14 and 17 years old completed an online survey assessing their level of internalization of the thin-ideal, body esteem, and weight bias. Results showed that body esteem partially mediated the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias. When testing this mediation model for each subscale of weight bias independently, the mediation model was only significant for one of the subscales, namely, "Fear of fat". Findings suggest that adolescent girls' thin-ideal internalisation and body image are associated with negative perceptions of individuals with a higher weight, but more specifically when it comes to self-directed weight bias.

## **Introduction**

Weight bias is defined as a negative belief or attitude towards a person because of his/her weight (Puhl & Brownell, 2001). Individuals who endorse weight bias generally associate having a higher weight with being lazy, unruly and a personal failure (Puhl & Heuer, 2009). Weight bias is different from other biases because it is often rationalized in Western societies, therefore placing individuals with a higher weight at risk of social inequality, discrimination and abuse (McHugh & Kasardo, 2012; Puhl & Heuer, 2009).

Individuals with weight bias can discriminate against others on the basis of their weight in several contexts (Puhl & Heuer, 2009). For example, people who are overweight experience discrimination in the workplace (Giel et al., 2010), health care system (Phelan et al., 2015), media (Eisenberg et al., 2015) in addition to facing multiple psychological and physical consequences from this discrimination (Harriger & Thompson, 2012; Wu & Berry, 2018). Previous studies demonstrate the consequences of weight-based discrimination, but less research examines the factors associated with weight bias. It is important to understand these factors in order to design effective strategies to reduce weight-based stigmatization.

### **Predictors of weight bias**

Many studies have examined the role of weight controllability beliefs and causal attributions as factors underlying weight bias (Carels & Musher-Eizenman, 2010; Hansson & Rasmussen, 2010; Klaczynski & Felmban, 2018; Puhl et al., 2015). Results

showed that young adults who view obesity as a controllable condition report greater weight bias (Carels & Musher-Eizenman, 2010). Results also demonstrate that parent's beliefs concerning controllability of weight predicted their 10-year-old children's stereotypes regarding people of higher weight (Hansson & Rasmussen, 2010). Puhl and her colleagues (2015) also include causal attributions in their study examining the predictors of weight bias across four countries. Results showed that individuals who attribute behavioral causes to obesity had stronger weight bias. These participants attributed the condition of obesity to a lack of willpower and to personal responsibilities. Belief about controllability of weight seems to be an important predictor of weight bias but does not seem to account for all of the variance in weight bias.

Other studies have demonstrated that self-perception is also associated with weight bias and hence is an important factor in the development of weight bias. Hansson and Rasmussen (2010) conducted a study among children and found that children's own evaluations, attitudes, and feelings toward their bodies, such as body esteem, was negatively related to their obesity stereotypes about boys, suggesting that children who are more satisfied with their bodies held less weight-stigmatizing beliefs. Tremblay and his colleagues (2016) showed that body esteem related to appearance was negatively associated with weight bias among young adults, which means that individuals who are less satisfied with their appearance are more likely to have a negative perception of individuals having a higher weight. Himmelstein and Tomiyama (2015) tested a model among young adults in which they included body shame and perceived body mass index

as predictors of weight bias. They found that body shame was positively related to weight bias and that perceived body mass index was negatively related to weight bias. O'Brien and his colleagues (2007) also found that young adults who were less satisfied with their overall appearance endorsed more weight bias. Overall, these results show that body image and the importance that is placed on appearance could play an important role in the way we perceived individuals having a higher weight among children and young adults. To this day, the literature is still limited such that more studies are needed to better understand the association between body image and weight bias, especially among adolescents. In fact, to our knowledge no study has studied the association between body esteem and weight bias among adolescent girls.

To better understand how body image is related to weight bias in adolescent girls, it is imperative to examine factors that contribute to young girls' body image. It has been demonstrated that body image is strongly influenced by sociocultural factors, such as beauty standards (Clay et al., 2005). In Western societies, thinness is valued and seen as an ideal. Some young women internalize these models and adopt behaviors to conform to it (Rodgers et al., 2015). Girls as young as five years old demonstrate a desire to look like the models presented in the media (Damiano et al., 2015). Internalization of the thin-ideal has therefore been largely studied as a factor influencing self-perception (Cafri et al., 2005). Studies have found a positive association between internalization of the thin-ideal and body dissatisfaction among young women, indicating that the more girls have internalized the thin-ideal, the less satisfied they are with their body (Homan, 2010;

Vartanian et al., 2016). This positive relationship has also been found among adolescents (Stice & Whitenton, 2002). Moreno-Dominguez et al. (2019) found the same association among young women but added that the internalization of the thin-ideal predicted body dissatisfaction at all levels of body mass index, with associations strongest in those with higher body mass index.

These studies demonstrate that thin-ideal internalization plays an important role in body dissatisfaction, especially among young women. These results suggest that the tendency to internalize the thin-ideal change the perception of oneself and often contribute to body dissatisfaction, especially in young women. These findings are not surprising, considering that body esteem is shown to decrease in adolescence (Nelson et al., 2018) and is known to be a period where appearance is particularly important (Clay et al., 2005). Body image is important for adolescent girls since they have learned that appearance is an important basis for self-evaluation and for the evaluation of others (Thompson et al., 1999).

Thin-ideal internalization has also been shown to be associated with weight bias. Vartanian and his collaborators (2005) showed that the internalization of beauty standards was related to weight bias among young women, indicating that the more they reported having internalized the thin-ideal, the more they reported weight bias. More recently, Nutter et al. (2020) showed that internalization of the thin-ideal is associated with weight bias and that this relationship is partially mediated by social comparison. Klaczynski and



Felmban (2018) has shown that internalization of social standards of thinness in adolescents is associated with obesity stereotypes. This result is consistent with previous findings. These studies show that internalization of the thin-ideal also plays an important role in the development of weight bias.

Since body image and the internalization of thin-ideal are related and have both been associated with weight bias, it would be interesting to combine them in an exploratory model explaining weight bias. To our knowledge, no study to date has explored the associations between these three variables simultaneously among adolescent girls.

The first purpose of the present research was to explore the associations between the internalization of the thin-ideal, body esteem, and weight bias among adolescent girls. It was hypothesized that stronger endorsement of the thin-ideal would be related to lower body esteem and higher weight bias. It was also hypothesized that body esteem would be negatively related to weight bias.

The second aim of this study was to test an exploratory model in which body esteem mediates the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias, while controlling for girls' body mass index. To our knowledge, there is no longitudinal study that explores the association between these three variables, therefore it is impossible to determine the direction between these variables. However, the tripartite model offers hypotheses. It remains to this day a relevant model to understand the association between

body image and eating behaviors. The model was tested with several populations including adolescent girls (Shroff & Thompson, 2006) and women aged between 60 and 75 (Carrard et al., 2020). According to this model, environment pressures (e.g., media, friends, family) contribute to the internalization of thin ideal which in turn contributes to body dissatisfaction (Thompson, 1999). Based on the result of the tripartite model, it was expected that body esteem mediates the relationship between the internalization of the ideal of thinness and body prejudice, for all dimensions of body prejudice. It was hypothesized that body esteem would significantly mediate the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias, suggesting that higher endorsement of the thin-ideal is associated with increased weight bias partly through lower body esteem.

## **Method**

### **Participants**

Participants were 719 Canadian adolescent girls who were recruited online for a larger project examining food and body-related attitudes and behavior. They ranged in age between 14 and 17, with a mean age of 15.89 years ( $SD = 1.01$ ). Participants who did not meet the age criteria (between 14 and 17 years old) ( $n = 4$ ) and those who did not complete all the measures ( $n = 26$ ) were excluded from the study. Participants self-identified as White (84.1%), Asian (5.3%), Indigenous (1.7%), Latina or Hispanic (1.4%), Black (1.1%), Middle Eastern (1.0 %) and unidentified ethnicities (5%). Body mass

index (BMI) was calculated from self-reported height and weight and ranged from 12.67 to 56.43 kg/m<sup>2</sup> ( $M = 22.66$ ,  $SD = 4.99$ ).

### **Procedure**

The study was approved by the university research ethics board (CER-18-249-07.15). Participants were recruited through paid advertising on social media, such as Facebook. To take part in the study, participants had to click on an online link that took them to the consent and information form and then to the online survey. All measures were completed online. Participants had the option to complete it either in English or in French, to target a larger sample. Finally, participants could enter a draw to win one of three money prizes of respectively \$50 CAD, \$75 CAD and \$100 CAD.

### **Measures**

For all measures, we used a double blind translation version.

### ***Demographics***

A short *Socio-demographic questionnaire* was used to collect information on participants (age, ethnicity, weight, height, etc.). BMI was calculated based on self-reported weight and height.

### ***Thin-ideal internalisation***

Participants completed the internalization of thin-ideal subscale (5 items) of the *Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire* (SATAQ-4) (Rodgers et al., 2016). This subscale was used to assess the extent to which individuals endorse prevailing cultural beliefs about thinness and attractiveness (e.g., “I think a lot about looking thin”). Participants reported their agreement with the statements on a 5-point Likert scale ranging from 1 (*Definitely disagree*) to 5 (*Definitely agree*). Scores were obtained by calculating the mean score of the five items. Higher scores indicate greater internalization and endorsement of societal thin ideal. In the current sample, Cronbach’s alpha was .85 for this subscale.

### ***Body esteem***

Participants completed the appearance and weight subscales from the *Body Esteem Scale for Adolescents and Adults* (BES) (Mendelson et al., 2001). This questionnaire assesses self-evaluation of one’s body or appearance. The Appearance subscale (10 items) assesses the general feeling about appearance (e.g., “My look upset me”). The Weight Subscale (8 items) assesses weight satisfaction (e.g., “I am satisfied with my weight”). Participants reported their agreement with statements on a 5-point Likert scale ranging from 1 (*Never*) to 5 (*Always*). Scores were obtained by calculating the mean score of the 18 items. Higher scores indicate greater body esteem and a positive perceived appearance. In the current sample, Cronbach’s alphas were adequate (Weight = .93, Appearance = .93) like those in the original version (Weight = .94, Appearance = .92).

### ***Weight bias***

Participants completed the *Anti-Fat Attitudes Questionnaire* (AFA), which is widely used to assess weight bias (Crandall, 1994). This 13-item scale is divided into three subscales: Dislike, Fear of fat and Willpower. The Dislike subscale (7 items) assesses the dislike of individuals having a higher weight (e.g., “I really don’t like fat people much”). The Fear of fat subscale (3 items) assesses concerns about one’s own fear of gaining weight (e.g., “I feel disgusted with myself when I gain weight”). The Willpower/Blame subscale (3 items) assesses the beliefs about the controllability of weight and the blaming of individuals having a higher weight (e.g., “Some people are fat because they have no willpower”). Participants reported their agreement with statements on a 7-point Likert scale ranging from 1 (*Very strongly disagree*) to 7 (*Very strongly agree*). Scores were obtained by calculating the mean score of the 13 items. Higher scores indicate stronger weight bias. In the current sample, Cronbach’s alphas were adequate (Dislike = .82, Fear of fat = .90, Willpower = .74, total score = .85).

### ***Statistical analyses***

To test the mediating effect of body esteem, we verified that all variables were significantly correlated to each other. Bivariate Pearson correlations were conducted to examine the relationships between internalization of the thin-ideal, body esteem, weight bias, and BMI (objective 1). SPSS 27 was used to conduct this analysis. Then, we tested the mediation model to determine if the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias was mediated by body esteem (objective 2). AMOS 26 was used to

conduct this analysis. We conducted the mediation model for the three subscales of weight bias separately (fear of fat, dislike, willpower).

A full mediation is observed when the regression coefficient illustrating the correlation between the independent (internalization of the thin-ideal) and dependent (weight bias) becomes non-significant in the mediation model; however, partial mediation is observed when the correlation between the independent variable (internalization the thin-ideal) and dependent variable (weight bias) become weaker after the addition of the mediator. In our study, the significance of the mediation between internalization of thin-ideal and weight bias through body esteem was estimated with bias-corrected bootstrapped 95% confidence interval estimate of indirect effects (Preacher & Hayes, 2008; Shrout & Bolger, 2002). Bootstrapping is a resampling technique that consists of drawing repeated samples from the original sample. This process is repeated several times allowing to estimate indirect effects as well as their 95 % confidence intervals.

## **Results**

There was a strong negative association between adolescent girls' internalization of the thin-ideal and body esteem, indicating that the more girls reported having internalized the thin-ideal, the lower their body esteem was (see Table 1). Results also showed a moderate negative association between girls' body esteem and weight bias, indicating that the lower their body esteem, the more they endorsed weight bias. All subscales of weight

**Table 1**

*Bivariate correlations between body esteem, weight bias, and internalization of thin-ideal (N=719)*

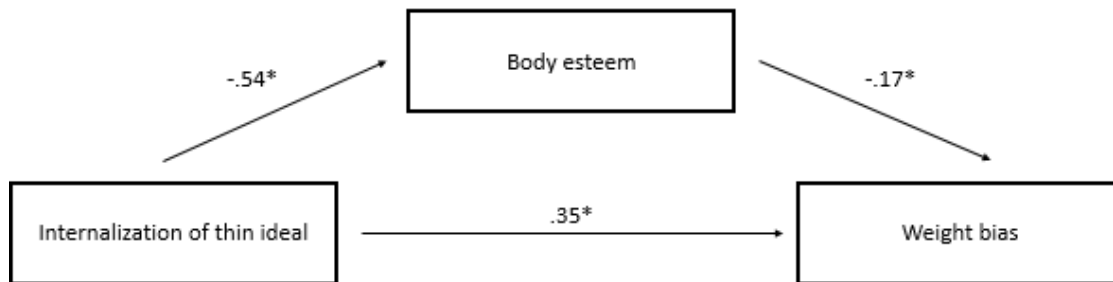
Variable	2	3	4	5	6
1.Body esteem	-.398*	-.148*	-.634*	-.122*	-.601*
2.Weight bias	1	.747*	.728*	.823*	.483*
3.Willpower		1	.362*	.500*	.224*
4.Fear of fat			1	.305*	.670*
5.Dislike				1	.206*
6.Internalization of thin-ideal					

\* $p < .01$

bias were associated with poorer body esteem, but fear of fat was the only one for which this relation was at least moderate. Finally, results showed low to moderate positive associations between internalization of the thin-ideal and the different subscales of weight bias, indicating that the more girls reported having internalized the thin ideal, the more they reported weight bias on each subscale.

Figure 1 presents the proposed mediation model with body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias. Results showed that body esteem partially mediates the relationship between internalization of the thin-

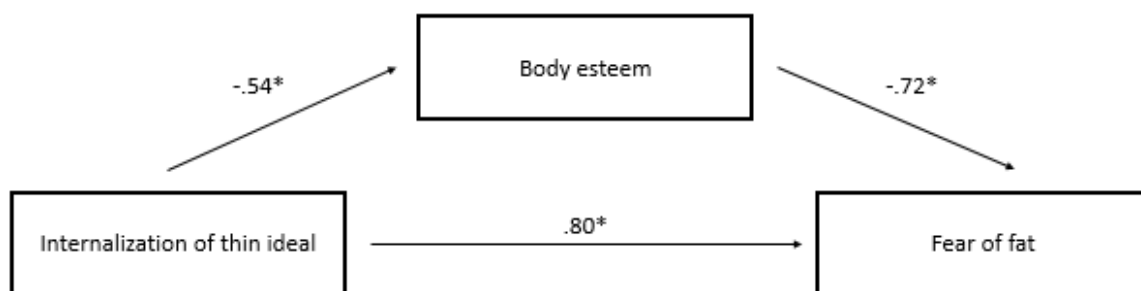
ideal and total weight bias ( $b = .092$ ; 95 % IC: .051, .134). This model explained 70.1% of the variance of total weight bias.



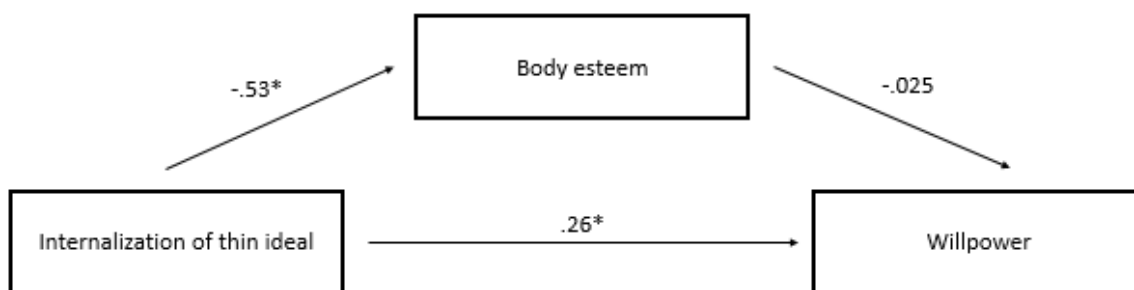
**Figure 1.** Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of thin-ideal and weight bias

The mediation model was then tested separately for the three subscales of weight bias (fear of fat, dislike, willpower). Results showed that body esteem partially mediates the relationship between internalization of the thin-ideal and fear of fat only ( $b = .385$ , 95 % IC: .32, .48) (see Figure 2). This model explained 36.0% (95% IC: .27, .42) of the variance of body esteem and 53.0 % of the variance of fear of fat (95% IC: .48, .59). Body esteem did not mediate the relationship between internalization of the thin-ideal and willpower ( $b = .059$ , 95 % IC: -.154, .310) (see Figure 3) nor between internalization of the thin-ideal and dislike ( $b = -.004$ , 95 % IC: -.056, .039) (see Figure 4)

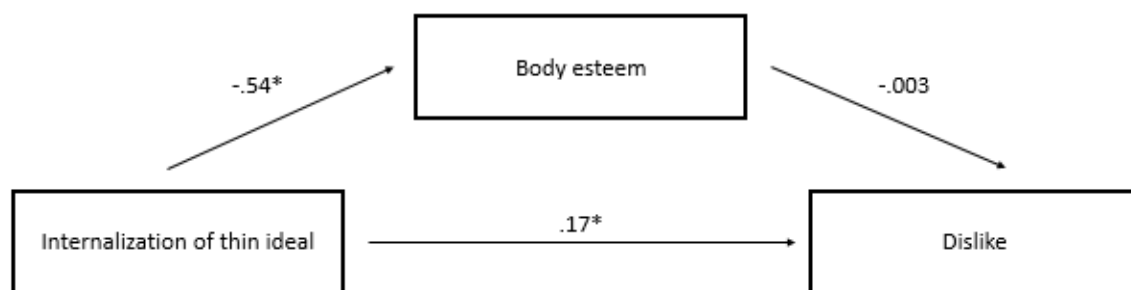




**Figure 2.** Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and fear of fat



**Figure 3.** Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and willpower



**Figure 4.** Body esteem as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and dislike

## Discussion

Individuals having a higher weight experience discrimination in workplace (Giel et al., 2010), in health care system (Phelan et al., 2015) and in media (Eisenberg et al., 2015), which generates important consequences on their psychological and physical well-being (Harriger & Thompson, 2012; Wu & Berry, 2018). The literature clearly demonstrates the consequences of weight-based discrimination, but less research examines the factors underlying weight bias. It is important to understand these factors in order to reduce weight-based stigmatization. Body image in young women seems to be associated with weight bias; however, studies are still needed to better understand how body image can influence weight biases in order to develop efficient interventions to reduce weight-based discrimination and stigmatization. Therefore, the purpose of the present study was to test an exploratory model in which body esteem is proposed as a mediator in the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias among adolescent girls. Internalization of the thin-ideal (Klaczynski & Felmban, 2018; Nutter et al., 2020; Vartanian et al., 2005) and body esteem (Hansson & Rasmussen, 2010; Himmelstein & Tomiyama, 2015) have both been associated with weight bias, but to our knowledge this study was the first to combine them in an exploratory model among in sample of adolescent girls.

As hypothesized, stronger endorsement of the thin-ideal was associated with lower body esteem. Our results are consistent with previous findings which demonstrate a negative association between internalization of the thin-ideal and body image (Homan,

2010; Stice & Whitenton, 2002; Vartanian et al., 2016). This result suggests that adolescents' self-perception become more negative when they internalize the thin-ideal. Lower body esteem may result from perceiving a discrepancy between societal ideals (the thin-ideal) and actual body size (Dany & Morin, 2010). Also, as hypothesized, the more adolescent girls report higher internalization of the thin-ideal, the more they endorsed weight bias. This result is consistent with previous findings showing a positive association between internalization of the thin-ideal and weight bias (Gagnon-Girouard et al., 2020; Klaczynski & Felmban, 2018; Nutter et al., 2020; Vartanian et al., 2005). This result also suggests that the association between thin-ideal and weight bias is already present in adolescence.

Finally, as hypothesized, the more adolescent girls had a lower body esteem, the more they endorsed more weight bias. This result is also consistent with previous findings showing a negative association between body esteem and weight bias (Hansson & Rasmussen, 2010; Himmelstein & Tomiyama, 2015; Tremblay et al., 2016). This result suggests that general feelings about appearance and weight could play a role in the way we perceive individuals having a higher weight. It is possible that weight bias originates partially from a dislike of one's own body shape and from an incapacity to meet the thin-ideal.

Findings only partially confirmed the exploratory mediation model. Our model was significant but demonstrated that body esteem only partially mediates the relationship

between internalization of the thin-ideal and weight bias in adolescent girls. This result indicates that internalization of the thin-ideal is associated with lower body esteem, which might then contribute to weight bias among adolescent girls, but that it is also directly associated with weight bias. This result indicates that internalization of the thin-ideal remains strongly associated with weight bias, even if body esteem is included in the model. Overall, this result suggests that the environment promoting thinness and the perception of oneself can partially contribute to the stigmatization of individuals having a higher weight. Interventions aiming to reduce weight bias cannot fail to focus on the internalization of the thin-ideal.

Moreover, the mediation model was significant only for the subscale “Fear of fat”. This subscale assesses one’s own fear of becoming a person with a higher weight, therefore to be categorized in the less valuable group. According to Crandall (1994), this subscale corresponds to a self-directed form of weight bias since it assesses feelings toward oneself. This result suggests that, among young girls, body esteem might be associated far more strongly with self-directed weight bias and not with negative feelings about other individuals having a higher weight. However, it is important to note that since the three subscales of weight bias are interrelated, it is possible that body esteem would be associated with the perception of individuals having a higher weight through these relations. It is also possible that the fear of fat originates in part from the internalization of the thin-ideal or that individuals who present weight bias value thinness more. The more adolescent girls internalize the thin-ideal, the more they are likely to fear having a

shape that is different from the one they have internalized. Further studies are needed to understand the direction of the observed associations and how body image contributes to the development of weight bias in adolescent girls.

The results of our study should be considered with regard to the following limitations. First, our sample is composed of a majority of white girls. Our study does not capture cultural differences that may exist. For instance, other cultures might not value thinness to the same extent as Western societies. It would be interesting to test this model among a more culturally diverse sample to examine these potential cultural differences. Second, our study was cross-sectional and does not allow us to determine the direction of the association between variables. Therefore, it is highly possible that weight bias and body esteem are associated in a bidirectional way. Experimental studies are needed to determine the direction of the association. Also it would be interesting to conduct this study among boys, since they tend to endorse more weight bias (Puhl et al., 2015).

This was the first study to our knowledge to test an exploratory model in which body esteem partially mediates the relationship between internalization of the thin-ideal and weight bias among adolescent girls. Exposure to the thin-ideal seems to particularly influence girls, often leading them to be dissatisfied with their appearance (Hargreaves & Tiggemann, 2004). Body image and the environment promoting thinness seems to play a role in the development of weight bias. Further studies are needed to understand how body image contributes to negative attitudes toward individuals who are of a higher weight.

## References

- Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., & Thompson, J. K. (2005). The influence of sociocultural factors on body image: A meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice, 12*(4), 421-433. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi053>
- Carels, R. A., & Musher-Eizenman, D. R. (2010). Individual differences and weight bias: Do people with an anti-fat bias have a pro-thin bias? *Body Image, 7*(2), 143-148. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.11.005>
- Carrard, I., Rothen, S., & Rodgers, R. F. (2020). Body image and disordered eating in older women: A Tripartite Sociocultural model. *Eating Behaviors, 38*, <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2020.101412>
- Clay, D., Vignoles, V. L., & Dittmar, H. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: Testing the influence of sociocultural factors. *Journal of Research on Adolescence, 15*(4), 451-477. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2005.00107.x>
- Crandall, C. S. (1994). Prejudice against fat people: Ideology and self-interest. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*(5), 882-894. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.5.882>
- Damiano, S. R., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., McLean, S. A., & Gregg, K. J. (2015). Dietary restraint of 5-year-old girls: Associations with internalization of the thin ideal and maternal, media, and peer influences. *International Journal of Eating Disorders, 48*(8), 1166-1169. <https://doi.org/10.1002/eat.22432>
- Dany, L., & Morin, M. (2010). Image corporelle et estime de soi : étude auprès de lycéens français. *Bulletin de psychologie, 509*(5), 321-334. <https://doi.org/10.3917/bupsy.509.0321>
- Eisenberg, M. E., Carlson-McGuire, A., Gollust, S. E., & Neumark-Sztainer, D. (2015). A content analysis of weight stigmatization in popular television programming for adolescents. *International Journal of Eating Disorders, 48*(6), 759-766. <https://doi.org/10.1002/eat.22348>
- Gagnon-Girouard, M.-P., Carbonneau, N., Gendron, M., Lussier, Y., & Bégin, C. (2020). Like mother, like daughter: Association of maternal negative attitudes towards people of higher weight with adult daughters' weight bias. *Body Image, 34*(1), 277-281. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.07.004>

- Giel, K. E., Thiel, A., Teufel, M., Mayer, J., & Zipfel, S. (2010). Weight bias in work settings—a qualitative review. *Obesity Facts*, 3(1), 33-40. <https://doi.org/10.1159/000276992>
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The Implicit Association Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1464-1480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1464>
- Hansson, L. M., & Rasmussen, F. (2010). Predictors of 10-year-olds' obesity stereotypes: A population-based study. *International Journal of Pediatric Obesity*, 5(1), 25-33. <https://doi.org/10.3109/17477160902957141>
- Hargreaves, D. A., & Tiggemann, M. (2004). Idealized media images and adolescent body image: “comparing” boys and girls. *Body Image*, 1(4), 351-361. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.10.002>
- Harriger, J. A., & Thompson, J. K. (2012). Psychological consequences of obesity: Weight bias and body image in overweight and obese youth. *International Review of Psychiatry*, 24(1), 247-253. <https://doi.org/10.3109/09540261.2012.678817>
- Himmelstein, M., & Tomiyama, A. J. (2015). It’s not you, it’s me: self-perceptions, antifat attitudes, and stereotyping of obese individuals. *Social Psychological and Personality Science*, 6(7), 749-757. <https://doi.org/10.1177/1948550615585831>
- Homan, K. (2010). Athletic-ideal and thin-ideal internalization as prospective predictors of body dissatisfaction, dieting, and compulsive exercise. *Body Image*, 7(3), 240-245. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.02.004>
- Klaczynski, P. A., & Felmban, W. S. (2018). Thin idealization and causal attributions mediate the association between culture and obesity stereotypes: An examination of Chinese and American adolescents. *British Journal of Developmental Psychology*, 37(1), 14-32. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12250>
- McHugh, M. C., & Kasardo, A. E. (2012). Anti-fat prejudice: The role of psychology in explication, education and eradication. *Sex Roles*, 66(9-10), 617-627. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0099-x>
- Mendelson, B. K., Mendelson, M. J., & White, D. R. (2001). Body-esteem scale for adolescents and adults. *Journal of Personality Assessment*, 76(1), 90-106. [https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601\\_6](https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601_6)
- Moreno-Domínguez, S., Rutzstein, G., Geist, T. A., Pomichter, E. E., & Cepeda-Benito, A. (2019). Body Mass Index and Nationality (Argentine vs. Spanish) moderate the

- relationship between internalization of the thin ideal and body dissatisfaction: A conditional mediation model. *Frontiers in Psychology*, *10*, Article 582. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00582>
- Morgado, F. F., Meireles, J. F., Neves, C. M., Amaral, A., & Ferreira, M. E. (2017). Scale development: Ten main limitations and recommendations to improve future research practices. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *30*(3), 1-20. <https://doi.org/10.1186/s41155-016-0057-1>
- Nelson, S. C., Kling, J., Wängqvist, M., Frisén, A., & Syed, M. (2018). Identity and the body: Trajectories of body esteem from adolescence to emerging adulthood. *Developmental Psychology*, *54*(6), 1159-1171. <https://doi.org/10.1037/dev0000435>
- Nutter, S., Russell-Mayhew, S., & Saunders, J. F. (2020). Towards a sociocultural model of weight stigma. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, *26*(10), 999-1005. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00931-6>
- O'Brien, K. S., Hunter, J. A., Halberstadt, J., & Anderson, J. (2007). Body image and explicit and implicit anti-fat attitudes: The mediating role of physical appearance comparisons. *Body Image*, *4*(3), 249-256. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.06.001>
- Phelan, S. M., Burgess, D. J., Yeazel, M. W., Hellerstedt, W. L., Griffin, J. M., & van Ryn, M. (2015). Impact of weight bias and stigma on quality of care and outcomes for patients with obesity. *Obesity Reviews*, *16*(4), 319-326. <https://doi.org/10.1111/obr.12266>
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, *40*(3), 879-891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2009). The stigma of obesity: A review and update. *Obesity*, *17*(5), 941-964. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.636>
- Puhl, R. M., Latner, J. D., O'Brien, K., Luedicke, J., Danielsdottir, S., & Forhan, M. (2015). A multinational examination of weight bias: Predictors of anti-fat attitudes across four countries. *International Journal of Obesity*, *39*(7), 1166-1173. <https://doi.org/10.1038/ijo.2015.32>
- Puhl, R. M., & Brownell, K. D. (2001). Bias, discrimination, and obesity. *Obesity Research*, *9*(12), 788-805. <https://doi.org/10.1038/oby.2001.108>



- Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology, 51*(5), 706-713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Rodgers, R. F., Schaefer, L. M., Thompson, J. K., Girard, M., Bertrand, M., & Chabrol, H. (2016). Psychometric properties of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4) in French women and men. *Body Image, 17*(Supplement C), 143-151. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.002>
- Shroff, H., & Thompson, J. K. (2006). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image, 3*(1), 17-23. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.10.004>
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.422>
- Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: A longitudinal investigation. *Developmental Psychology, 38*(5), 669-678. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.669>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10312-000>
- Tremblay, L., Roy-Vaillancourt, M., Chebbi, B., Bouchard, S., Daoust, M., Dénomée, J., & Thorpe, M. (2016). Body image and anti-fat attitudes: An experimental study using a haptic virtual reality environment to replicate human touch. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 19*(2), 100-106. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0226>
- Vartanian, L. R., Foreich, F. V., & Smyth, J. M. (2016). A serial mediation model testing early adversity, self-concept clarity, and thin-ideal internalization as predictors of body dissatisfaction. *Body Image, 19*(1), 98-103. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.013>
- Vartanian, L. R., Herman, C. P., & Polivy, J. (2005). Implicit and explicit attitudes toward fatness and thinness: The role of the internalization of societal standard. *Body Image, 2*(4), 373-381. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.08.002>
- Wu, Y. K., & Berry, D. C. (2018). Impact of weight stigma on physiological and psychological health outcomes for overweight and obese adults: A systematic

review. *Journal of Advanced Nursing*, 74(5), 1030-1042.  
<https://doi.org/10.1111/jan.13511>

## **Discussion générale**

L'objectif général de cet essai était de mieux comprendre les déterminants des préjugés corporels et d'examiner si l'estime corporelle et l'internalisation de l'idéal de minceur sont associées aux préjugés corporels des adolescentes. En effet, des recherches dans ce domaine sont nécessaires, car plusieurs déterminants des préjugés corporels sont encore méconnus ou mal compris. Une meilleure compréhension des déterminants des préjugés corporels pourra éventuellement permettre le développement d'interventions efficaces visant à réduire la discrimination dont sont victimes, dans notre société, les personnes ayant un poids élevé.

Plus spécifiquement, l'objectif de cet essai était de tester un modèle exploratoire dans lequel l'estime corporelle est un médiateur de la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels. Par conséquent, le but de la présente étude était de tester un modèle exploratoire dans lequel l'estime corporelle est proposée comme médiateur dans la relation entre l'intériorisation de l'idéal mince et le biais de poids chez les adolescentes. L'internalisation de l'idéal mince (Klaczynski & Felmban, 2018 ; Nutter et al., 2020 ; Vartanian et al., 2005) et l'estime corporelle (Hansson & Rasmussen, 2010 ; Himmelstein & Tomiyama, 2015) ont été associées aux préjugés corporels, mais à notre connaissance cette étude est la première à les combiner dans un modèle exploratoire auprès d'un échantillon d'adolescentes.

Dans le cadre de cet essai, les associations entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés ont été observées auprès d'un échantillon de 719 adolescentes. Le premier objectif de l'étude était d'explorer les associations entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés corporels. Le deuxième objectif de l'étude était de tester un modèle exploratoire afin de mieux comprendre l'apport des déterminants liés à la perception de soi comme l'estime corporelle dans le développement des préjugés corporels. Plus spécifiquement, l'objectif était de tester un modèle de médiation dans lequel l'estime corporelle agit comme un médiateur dans l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels.

Globalement, les résultats de la présente étude ont permis de soutenir la plupart des hypothèses quant aux associations entre les variables. Spécifiquement, les résultats de la présente étude ont permis de répliquer l'association négative entre l'internalisation de l'idéal de minceur et l'estime corporelle chez les adolescentes, largement montrée dans les études antérieures (Homan, 2010; Moreno-Domínguez et al., 2019; Rodgers et al., 2015; Stice & Whitenton, 2002; Vartanian et al., 2016). Ce résultat qui s'ajoute à plusieurs évidences transversales laisse penser que l'internalisation de l'idéal de minceur par les adolescentes pourrait possiblement affecter la perception qu'elles ont d'elles-mêmes et, plus précisément, le regard qu'elles portent sur leur corps et leur apparence. Cela pourrait s'expliquer par le fait que pour la plupart des jeunes filles, il existe un écart entre leur propre silhouette et la silhouette véhiculée comme un idéal par les médias (Dany & Morin,

2010). Ce résultat renforce l'idée qu'il serait souhaitable qu'une plus grande diversité de silhouettes apparaisse dans les médias. Dans ce contexte, on pourrait s'attendre à ce qu'il y ait un écart moins important entre les silhouettes véhiculées dans les médias et la silhouette réelle des adolescentes. Cela pourrait potentiellement contribuer à améliorer l'estime corporelle des adolescentes.

Les résultats de la présente étude ont également montré que l'estime corporelle est associée négativement aux préjugés corporels. Cela signifie que moins les adolescentes ont une bonne estime corporelle, plus elles sont susceptibles d'entretenir des préjugés corporels. Ce résultat est en accord avec la littérature (Hansson & Rasmussen, 2010; Himmelstein & Tomiyama, 2015; Tremblay et al., 2016). Ce résultat laisse penser que l'évaluation que font les adolescentes de leur apparence générale et de leur poids pourrait jouer un rôle dans la façon dont elles perçoivent les personnes ayant un poids élevé. Il est donc possible que les préjugés corporels découlent en partie d'une perception négative à l'égard de leur propre corps.

Les résultats de la présente étude montrent également qu'il existe une association positive entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels. Cela signifie que plus les jeunes filles ont internalisé l'idéal de minceur, plus elles présentent des préjugés envers les personnes ayant un poids élevé. Ce résultat est en cohérence avec ceux obtenus dans le cadre d'études antérieures (Gagnon-Girouard et al., 2020; Klaczynski & Felmban, 2018; Nutter et al., 2020; Vartanian et al., 2005). Ce résultat suggère que plus

les adolescentes endossent l'idéal de minceur, plus elles sont critiques envers les personnes ayant un poids élevé. Ce résultat n'est pas surprenant compte tenu du fait les personnes ayant un poids élevé s'éloignent de ce qui est attendu selon les standards véhiculés par la société. Ainsi, si les adolescentes ont intériorisé que le fait d'être mince est synonyme de valeur personnelle, il n'est pas surprenant qu'elles présentent des attitudes négatives à l'égard des personnes ayant un poids élevé. Cela laisse présager que l'internalisation de l'idéal de minceur est un déterminant important dans le développement des préjugés.

Les résultats de la présente étude montrent donc des interrelations parmi les trois variables examinées. Considérant qu'il s'agit de corrélations, nous ne pouvons pas déterminer la direction de ces associations. Il est toutefois possible, considérant l'association entre celles-ci, qu'elles soient toutes des cibles intéressantes d'intervention pour réduire la discrimination envers les personnes ayant un poids élevé. Par exemple, on pourrait s'attendre à ce que des interventions misant sur l'estime corporelle puissent, par le fait même, viser l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels.

Par ailleurs, les résultats de la présente étude confirment partiellement notre hypothèse quant au modèle de médiation. Ceux-ci indiquent que l'estime corporelle médie partiellement la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels, mais que l'internalisation reste directement associée aux préjugés corporels. Par ailleurs, le modèle est significatif seulement pour la sous-échelle « peur de grossir »,

qui évalue dans quelle mesure les individus craignent de prendre du poids. Selon Crandall (1994), cette sous-échelle évalue une forme de préjugés orientés vers soi puisqu'elle cible les craintes personnelles de l'individu plutôt que le jugement qu'il porte envers autrui. Ce résultat suggère donc que l'estime corporelle joue particulièrement un rôle dans la relation entre l'internalisation de l'idéal de minceur et la peur de prendre du poids. On peut aussi penser qu'il est plus facile de mesurer les préjugés orientés vers soi que ceux orientés vers autrui. En effet, les préjugés orientés vers soi sont possiblement moins susceptibles d'être modifiés par le participant dans le but de plaire à l'examineur. Il est donc possible que le phénomène de désirabilité sociale soit moins important lorsqu'il s'agit de préjugés orientés vers soi en comparaison aux préjugés orientés vers autrui.

### **Pistes d'interventions**

Globalement, les résultats de cette étude indiquent que l'internalisation de l'idéal de minceur et l'estime corporelles sont toutes deux associées aux préjugés corporels des adolescentes. Les interventions visant la réduction des préjugés corporels devraient donc miser à la fois sur l'internalisation de l'idéal de minceur et sur l'estime corporelle des adolescentes. D'ailleurs, il a été montré que les campagnes publicitaires qui font la promotion de silhouettes minces augmentent les préjugés envers les personnes présentant un poids élevé (Selensky & Carels, 2021). Une avenue intéressante pour réduire l'internalisation de l'idéal de minceur serait donc de mettre en place des campagnes publicitaires qui misent sur la diversité corporelle. D'ailleurs des initiatives récentes ont été faites par certaines compagnies telles que Aerie pour inclure des mannequins de tailles



plus variées (Convertino et al., 2019). La diversité corporelle est également de plus en plus présente sur les réseaux sociaux tel qu'Instagram. Ces initiatives permettent aux adolescentes et aux jeunes femmes d'être exposées à une plus grande variété de silhouettes et ainsi de normaliser les silhouettes qui divergent de la norme attendue. Les personnes ayant un poids élevé ont également de plus en plus de modèles à qui s'identifier dans les médias. On peut penser que ce genre de changements dans les médias pourront, peu à peu, permettre aux jeunes filles de développer une meilleure estime de leur corps.

Si la société met de l'avant des modèles de beauté diversifiés sur le plan corporel, il y a fort à parier que les jeunes filles internaliseront moins la minceur comme un idéal à atteindre. Si d'autres silhouettes sont valorisées, il est possible que les jeunes filles n'espèrent plus autant ressembler aux silhouettes très minces puisqu'elles auront la possibilité de trouver des modèles qui s'apparentent davantage à leur apparence. Par le fait même, elles pourraient également présenter une vision plus positive des personnes ayant un poids élevé. Il est d'ailleurs montré que l'exposition à des mannequins « taille plus » réduit les préjugés corporels (Smirles & Lin, 2018). Stewart et Ogden (2021) ont réalisé une étude expérimentale afin de mieux comprendre l'impact d'interventions faisant la promotion de la diversité corporelle. Les femmes qui ont été exposées à une vidéo qui présentait des femmes de différentes tailles faisant de l'exercice et dans lequel on véhiculait le fait qu'il n'y a pas qu'une seule bonne façon d'être active ont présenté une réduction de leurs préjugés corporels plus importante que celles dans le groupe contrôle

ou encore que celles exposées à une vidéo faisant la promotion de la minceur (Stewart & Ogden, 2021).

La promotion de la diversité corporelle semble une avenue positive à la fois pour réduire les préjugés corporels, mais également pour contrecarrer l'internalisation d'un idéal de minceur difficilement atteignable pour les jeunes filles. En effet, il semble que la surreprésentation de la minceur dans les médias contribue à l'internalisation de cet idéal, mais également à créer un environnement particulièrement hostile pour ceux et celles qui s'éloignent de cet idéal. On pourrait donc s'attendre à ce que la promotion de la diversité corporelle influence la perception des individus à l'égard des personnes ayant un poids élevé et contribue à minimiser l'internalisation de l'idéal de minceur. De plus, considérant l'association importante entre l'internalisation de l'idéal de minceur et l'estime corporelle, on pourrait également s'attendre à observer des changements positifs sur le plan de l'estime corporelle suite à des interventions misant sur la diversité corporelle. Bref, les résultats de la présente étude suggèrent que pour réduire les préjugés corporels, il faut tenir compte de l'estime corporelle des adolescentes ainsi que de leur degré d'internalisation de l'idéal de minceur. Une avenue serait d'agir en amont en favorisant l'acceptation corporelle et la diversité corporelle dans la société en général et notamment dans les médias.

Il pourrait également être intéressant d'envisager accorder moins d'importance à l'apparence dans les médias afin de minimiser le rôle de l'estime corporelle dans le

développement de l'estime de soi. Il serait intéressant que l'estime corporelle soit moins importante aux yeux des individus et qu'elle ait moins d'impact sur l'estime de soi globale de ceux-ci. Pour ce faire, la société pourrait miser sur des interventions qui mettent de l'avant la connaissance de soi et la découverte afin de favoriser le développement d'une estime de soi qui est le reflet des qualités personnelles et interpersonnelles de chaque individu.

Les interventions visant la promotion de la diversité corporelle devront tenir compte du fait que la plupart des adolescents utilisent les médias sociaux. En effet, des chercheurs estiment que 97 % des adolescents des États-Unis utilisent au moins une plateforme de médias sociaux (p. ex., Facebook, Instagram, etc.) (Anderson & Jiang, 2018). Le contenu sur les médias sociaux met souvent de l'avant des silhouettes très minces ou encore des styles de vie idéalisés. Le contenu (photos et propos) sur ces plateformes est souvent centré sur l'apparence et l'esthétisme. Dans ce contexte, plusieurs utilisateurs des médias sociaux, notamment les adolescents, en viennent à développer une insatisfaction corporelle et un niveau de bien-être moins élevé (Orben et al., 2019; Saiphoo & Vahedi, 2019). Considérant que plusieurs adolescentes utilisent quotidiennement les réseaux sociaux, il pourrait être intéressant d'utiliser ces plateformes pour faire la promotion de la diversité corporelle et de sensibiliser les jeunes filles à différents modes de vie et silhouettes.

En somme, les interventions visant la réduction des préjugés corporels en misant sur la diversité corporelle pourraient être une avenue très intéressante et plus particulièrement via les médias sociaux. Des recherches seront nécessaires pour valider empiriquement l'efficacité de ces interventions auprès d'adolescentes.

### **Forces de l'étude**

À notre connaissance, cette étude est la première à tester un modèle exploratoire dans lequel l'estime corporelle agit comme médiateur de l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels auprès d'adolescentes. Une force de celle-ci réside dans la grande taille d'échantillon. En effet, une grande taille d'échantillon augmente la probabilité que les résultats soient représentatifs de la population adolescente. De plus, le fait de s'intéresser aux adolescentes est une force. En effet, jusqu'à maintenant il semble qu'aucune étude n'ait testé l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés corporels auprès d'adolescentes. D'ailleurs, l'exposition à l'idéal de minceur semble engendrer des conséquences particulièrement importantes chez les jeunes filles, dont l'insatisfaction corporelle (Hargreaves & Tiggemann, 2004). Par conséquent, il était plus probable de trouver une association entre l'image corporelle et les préjugés corporels dans un échantillon d'adolescentes.

### **Limites de l'étude**

Les résultats de l'étude doivent être interprétés en tenant compte des limites de celle-ci. Premièrement, la présente étude est de nature corrélationnelle ; il est ainsi impossible de déterminer la direction des associations entre les variables. Nous avons postulé dans la présente étude qu'une plus grande internalisation de l'idéal de minceur était liée à l'endossement des préjugés corporels via l'estime corporelle. Or, l'inverse est aussi possible. Il est en effet possible que l'endossement des préjugés corporels favorise l'internalisation de l'idéal de minceur. Des études expérimentales devront être effectuées afin de mieux comprendre le rôle de l'estime corporelle et de l'internalisation de l'idéal de minceur dans le développement des préjugés corporels.

Une autre limite de cette étude réside l'homogénéité de l'échantillon, notamment la faible diversité culturelle. En effet, l'échantillon est constitué principalement d'adolescentes s'identifiant comme blanches (84,1 %). Il serait pertinent de mener une étude similaire auprès d'adolescentes provenant de différentes cultures. En effet, il semble par exemple que l'internalisation de l'idéal de minceur soit associée moins fortement à l'insatisfaction corporelle dans la culture mexicaine comparativement à la culture nord-américaine (Warren et al., 2005).

Finalement, une autre limite réside dans le recrutement des participantes. Les participantes ont été recrutées via des médias sociaux comme Facebook. Or, l'utilisation en soi de ces médias sociaux augmente la possibilité que les jeunes filles aient été exposées

de façon répétée à l'idéal de minceur. Il est donc possible qu'une exposition répétée à l'idéal de minceur ait davantage prédisposé les adolescentes à internaliser ce modèle comme étant un idéal à atteindre. Une revue systématique montre aussi qu'il existe une association entre l'utilisation des médias sociaux et l'image corporelle. Plus les jeunes filles utilisent les médias sociaux, moins elles sont susceptibles d'avoir une bonne estime de leur corps (Holland & Tiggemann, 2016). Ainsi, il est possible que le recrutement via des plateformes qui promettent directement ou indirectement la minceur, ait favorisé le recrutement de jeunes filles particulièrement à risque de présenter un haut niveau d'internalisation de l'idéal de minceur et une faible estime corporelle. Il aurait été intéressant de faire du recrutement en présentiel afin de permettre aux jeunes filles qui n'ont pas accès aux réseaux sociaux de participer. Les études futures devraient prendre cet aspect en considération et favoriser le recrutement en présentiel. Les chercheurs auront alors davantage de chances de recruter des participants qui sont possiblement moins exposés aux réseaux sociaux.

### **Avenues futures**

Diverses avenues peuvent être envisagées dans les futures études. Premièrement, les résultats de la présente étude montrent que l'internalisation de l'idéal de minceur et l'estime corporelle sont associées aux préjugés corporels des adolescentes. Il serait intéressant de répliquer cette présente étude auprès de garçons âgés entre 14 et 17 ans afin de vérifier si cette association est également présente auprès de cette population et si l'estime corporelle est également un médiateur partiel de l'association entre

l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels. Dans une étude auprès de garçons, il serait intéressant d'inclure une mesure de l'internalisation du modèle athlétique puisqu'il s'agit de l'idéal prôné par la société pour les garçons. Ainsi, les recherches futures pourraient répliquer notre modèle de médiation en changeant l'internalisation de l'idéal de minceur pour l'internalisation de l'idéal athlétique. Les résultats de ces études nous fourniront une meilleure compréhension des déterminants des préjugés corporels chez les garçons et nous permettront ainsi de développer des interventions visant la réduction des préjugés corporels qui sont efficaces auprès de cette population.

Deuxièmement, les futures études devraient utiliser un modèle longitudinal. En effet, les études qui s'intéressent aux préjugés corporels sont davantage de nature corrélationnelle. Des études longitudinales pourraient permettre de démontrer clairement le sens de l'association entre les variables. Par exemple, les études pourraient s'intéresser à l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur et les préjugés corporels et mesurer l'association à plusieurs reprises à travers le temps afin de déterminer quelle variable est plus susceptible d'influencer l'autre.

Troisièmement, les futures études devraient considérer davantage le rôle des médias sociaux dans le développement des préjugés corporels. En effet, l'idéal de minceur est largement véhiculé dans les médias sociaux. On peut donc penser que les médias sociaux jouent un rôle dans l'internalisation de l'idéal de minceur et dans la perception que les individus ont des personnes ayant un poids élevé. Les futures études pourraient donc

s'intéresser au temps que les adolescents passent sur les médias sociaux ainsi que les plateformes qu'ils préfèrent (p. ex., Instagram, Facebook). Il serait intéressant de déterminer si le temps passé sur les médias sociaux, le type de contenus consultés ou encore si certains réseaux sociaux sont davantage associés à l'internalisation de l'idéal de minceur ou aux préjugés envers les personnes ayant un poids élevé. Il y a fort à parier que les plateformes qui présentent davantage de photos seront davantage associées à l'internalisation de l'idéal de minceur et aux préjugés corporels.

Finalement, les recherches futures doivent continuer de s'intéresser au rôle de la perception de soi dans le développement des préjugés corporels. Les futures études pourraient inclure d'autres mesures de la perception de soi telles que l'estime de soi générale ou le sentiment d'efficacité personnelle dans différentes sphères de vie (p. ex., école, travail, etc.). Il semble également intéressant de s'attarder à ce qui influence la perception de soi (p. ex., l'estime de soi). Les futures études pourraient, par exemple, inclure une mesure de la fusion cognitive c'est-à-dire la tendance à croire que le contenu de ses pensées est le reflet de la réalité (Trindade & Ferreira, 2014). On peut penser que plus une personne croit que ses pensées concernant son apparence sont le reflet de la réalité, plus elle est susceptible de présenter une insatisfaction corporelle. En effet, si une personne a la pensée qu'elle n'est pas belle et qu'elle y adhère, il y a de fortes chances qu'elle soit insatisfaite de son apparence. On peut penser qu'au contraire une personne qui arrive à prendre une distance face à ses pensées est plus susceptible d'être satisfaite de son apparence. Bref, la fusion cognitive serait une variable très intéressante à ajouter pour



mieux comprendre ce qui influence la perception de soi et ultimement qui contribue au développement des préjugés corporels. Elle pourrait être incluse dans un éventuel modèle plus complexe visant à mieux comprendre le rôle de la perception de soi dans le développement des préjugés corporels.

## **Conclusion générale**

La présente étude s'est intéressée à l'association entre l'internalisation de l'idéal de minceur, l'estime corporelle et les préjugés corporels chez les adolescentes. Cette étude montre que la promotion de l'idéal de minceur pourrait être fortement associée aux préjugés corporels des adolescentes. Ces résultats sensibilisent à l'impact de l'idéal de minceur sur l'estime corporelle des adolescentes et sur la perception que celles-ci ont des personnes ayant un poids élevé. Afin de réduire la stigmatisation envers les personnes ayant un poids élevé, il apparaît intéressant de se pencher sur la promotion de la minceur au sein des sociétés occidentales. Les campagnes publicitaires faisant la promotion de la diversité corporelle pourraient en ce sens être une avenue intéressante pour réduire la stigmatisation liée au poids. Elles permettent de normaliser la diversité corporelle, en plus de possiblement favoriser une meilleure estime corporelle chez les adolescentes. Des changements sociaux quant à la promotion de la minceur devront donc s'opérer pour réduire la stigmatisation liée au poids. Des recherches seront également nécessaires pour continuer de mieux comprendre les déterminants des préjugés corporels et évaluer l'efficacité des interventions visant la réduction de ceux-ci.

## **Références générales**

- Abid, S., Liaquat, N., & Malik, A. A. (2021). On being and becoming beautiful: The social construction of feminine beauty. *Pakistan Social Sciences Review*, 5(2), 403-413. [https://doi.org/10.35484/pssr.2021\(5-II\)33](https://doi.org/10.35484/pssr.2021(5-II)33)
- Allport, G. W., Clark, K., & Pettigrew, T. (1954). *The nature of prejudice*. Basic Books.
- Almeida, L., Savoy, S., & Boxer, P. (2011). The role of weight stigmatization in cumulative risk for binge eating. *Journal of Clinical Psychology*, 67(3), 278-292. <https://doi.org/10.1002/jclp.20749>
- Anderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, social media & technology 2018. *Pew Research Center*, 31(2018), 1673-1689. <http://publicservicesalliance.org/wp-content/uploads/2018/06/Teens-Social-Media-Technology-2018-PEW.pdf>
- Association médicale canadienne. (2015). *L'obésité au Canada : les causes, les conséquences et l'avenir*. [https://sencanada.ca/content/sen/committee/412/SOCI/Briefs/2015-06-10CanadianMedicalAssocWrittenObesityBrief\\_f.pdf](https://sencanada.ca/content/sen/committee/412/SOCI/Briefs/2015-06-10CanadianMedicalAssocWrittenObesityBrief_f.pdf)
- Brochu, P. M., & Morrison, M. A. (2007). Implicit and explicit prejudice toward overweight and average-weight men and women: Testing their correspondence and relation to behavioral intentions. *The Journal of Social Psychology*, 147(6), 681-706. <https://doi.org/10.3200/SOCP.147.6.681-706>
- Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., & Thompson, J. K. (2005). The influence of sociocultural factors on body image: A meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(4), 421-433. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi053>
- Carels, R. A., & Musher-Eizenman, D. R. (2010). Individual differences and weight bias: Do people with an anti-fat bias have a pro-thin bias? *Body Image*, 7(2), 143-148. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.11.005>
- Carrard, I., Rothen, S., & Rodgers, R. F. (2020). Body image and disordered eating in older women: A Tripartite Sociocultural model. *Eating Behaviors*, 38, <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2020.101412>
- Clay, D., Vignoles, V. L., & Dittmar, H. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: Testing the influence of sociocultural factors. *Journal of Research on Adolescence*, 15(4), 451-477. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2005.00107.x>

- Convertino, A. D., Rodgers, R. F., Franko, D. L., & Jodoin, A. (2019). An evaluation of the Aerie Real campaign: Potential for promoting positive body image? *Journal of Health Psychology, 24*(6), 726-737. <https://doi.org/10.1177/1359105316680022>
- Crandall, C. S. (1994). Prejudice against fat people: Ideology and self-interest. *Journal of personality and social psychology, 66*(5), 882-894. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.5.882>
- Daly, M., Sutin, A. R., & Robinson, E. (2019). Perceived weight discrimination mediates the prospective association between obesity and physiological dysregulation: evidence from a population-based cohort. *Psychological Science, 30*(7), 1030-1039. <https://doi.org/10.1177/0956797619849440>
- Damiano, S. R., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., McLean, S. A., & Gregg, K. J. (2015). Dietary restraint of 5-year-old girls: Associations with internalization of the thin ideal and maternal, media, and peer influences. *International Journal of Eating Disorders, 48*(8), 1166-1169. <https://doi.org/10.1002/eat.22432>
- Dany, L., & Morin, M. (2010). Image corporelle et estime de soi : étude auprès de lycéens français. *Bulletin de psychologie, 509*(5), 321-334. <https://doi.org/10.3917/bupsy.509.0321>
- Davis, C. (1997). Body image, exercise, and eating behaviors. Dans K. Fox (Éd.), *The physical self: From motivation to well-being* (pp. 143-174). Human Kinetics.
- Davison, K. K., Schmalz, D. L., Young, L. M., & Birch, L. L. (2008). Overweight girls who internalize fat stereotypes report low psychosocial well-being. *Obesity, 16*(suppl2), S30-S38. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.451>
- Dion, K. L., Dion, K. K., & Keelan, J. P. (1990). Appearance anxiety as a dimension of social-evaluative anxiety: Exploring the ugly duckling syndrome. *Contemporary Social Psychology, 14*(4), 220-224.
- Donovan, C. L., Uhlmann, L. R., & Loxton, N. J. (2020). Strong is the new skinny, but is it ideal?: A test of the tripartite influence model using a new measure of fit-ideal internalisation. *Body Image, 35*(1), 171-180. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.09.002>
- Eisenberg, M. E., Carlson-McGuire, A., Gollust, S. E., & Neumark-Sztainer, D. (2015). A content analysis of weight stigmatization in popular television programming for adolescents. *International Journal of Eating Disorders, 48*(6), 759-766. <https://doi.org/10.1002/eat.22348>

- Fallon, A. (1990). Culture in the mirror: Sociocultural determinants of body image. Dans T. F. Cash & T. Pruzinsky (Éds), *Body images: Development, deviance, and change* (pp. 80-109). Guilford Press.
- Gagnon-Girouard, M.-P., Carbonneau, N., Gendron, M., Lussier, Y., & Bégin, C. (2020). Like mother, like daughter: Association of maternal negative attitudes towards people of higher weight with adult daughters' weight bias. *Body Image*, *34*(1), 277-281. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.07.004>
- Giel, K. E., Thiel, A., Teufel, M., Mayer, J., & Zipfel, S. (2010). Weight bias in work settings—a qualitative review. *Obesity Facts*, *3*(1), 33-40. <https://doi.org/10.1159/000276992>
- Giel, K. E., Zipfel, S., Alizadeh, M., Schäffeler, N., Zahn, C., Wessel, D., Hesse Friedrich, W., Thiel, S., & Thiel, A. (2012). Stigmatization of obese individuals by human resource professionals: An experimental study. *BMC Public Health*, *12*(1), 525. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-525>
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. K. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The implicit association test. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*(6), 1464-1480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1464>
- Halliwell, E., & Dittmar, H. (2003). A qualitative investigation of women's and men's body image concerns and their attitudes toward aging. *Sex Roles: A Journal of Research*, *49*(11-12), 675-684. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000003137.71080.97>
- Hansson, L. M., & Rasmussen, F. (2010). Predictors of 10-year-olds' obesity stereotypes: A population-based study. *International Journal of Pediatric Obesity*, *5*(1), 25-33. <https://doi.org/10.3109/17477160902957141>
- Hargreaves, D. A., & Tiggemann, M. (2004). Idealized media images and adolescent body image: “Comparing” boys and girls. *Body Image*, *1*(4), 351-361. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.10.002>
- Harriger, J. A., Calogero, R. M., Witherington, D. C., & Smith, J. E. (2010). Body size stereotyping and internalization of the thin ideal in preschool girls. *Sex Roles*, *63*(9-10), 609-620. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9868-1>
- Harriger, J. A., & Thompson, J. K. (2012). Psychological consequences of obesity: Weight bias and body image in overweight and obese youth. *International Review of Psychiatry*, *24*(1), 247-253. <https://doi.org/10.3109/09540261.2012.678817>

- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Stormer, S. (1995). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 17(1), 81-89. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199501\)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199501)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y)
- Himmelstein, M., & Tomiyama, A. J. (2015). It's not you, it's me: self-perceptions, antifat attitudes, and stereotyping of obese individuals. *Social Psychological and Personality Science*, 6(7), 749-757. <https://doi.org/10.1177/1948550615585831>
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*, 17(1), 100-110. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
- Holub, S. C. (2008). Individual differences in the anti-fat attitudes of preschool-children: The importance of perceived body size. *Body Image*, 5(3), 317-321. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2008.03.003>
- Homan, K. (2010). Athletic-ideal and thin-ideal internalization as prospective predictors of body dissatisfaction, dieting, and compulsive exercise. *Body Image*, 7(3), 240-245. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.02.004>
- Jarman, H. K., Marques, M. D., McLean, S. A., Slater, A., & Paxton, S. J. (2021). Social media, body satisfaction and well-being among adolescents: A mediation model of appearance-ideal internalization and comparison. *Body Image*, 36, 139-148.
- Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H., & Lee, Y. (2004). Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: An examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*, 19(3), 323-339. <https://doi.org/10.1177/0743558403258847>
- Klaczynski, P. A., Daniel, D. B., & Keller, P. S. (2009). Appearance idealization, body esteem, causal attributions, and ethnic variations in the development of obesity stereotypes. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(4), 537-551. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.12.031>
- Klaczynski, P. A., & Felmban, W. S. (2018). Thin idealization and causal attributions mediate the association between culture and obesity stereotypes: An examination of Chinese and American adolescents. *British Journal of Developmental Psychology*, 37(1), 14-32. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12250>
- Lee, M., Ata, R. N., & Brannick, M. T. (2014). Malleability of weight-biased attitudes and beliefs: A meta-analysis of weight bias reduction interventions. *Body Image*, 11(3), 251-259. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.03.003>



- Mastro, D., & Figueroa-Caballero, A. (2018). Measuring extremes: A quantitative content analysis of prime time TV depictions of body type. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 62(2), 320-336.
- McHugh, M. C., & Kasardo, A. E. (2012). Anti-fat prejudice: The role of psychology in explication, education and eradication. *Sex Roles*, 66(9-10), 617-627. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0099-x>
- Mendelson, B. K., Mendelson, M. J., & White, D. R. (2001). Body-esteem scale for adolescents and adults. *Journal of Personality Assessment*, 76(1), 90-106. [https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601\\_6](https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601_6)
- Moreno-Domínguez, S., Rutzstein, G., Geist, T. A., Pomichter, E. E., & Cepeda-Benito, A. (2019). Body Mass Index and Nationality (Argentine vs. Spanish) moderate the relationship between internalization of the thin ideal and body dissatisfaction: A conditional mediation model. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 582. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00582>
- Nelson, S. C., Kling, J., Wängqvist, M., Frisén, A., & Syed, M. (2018). Identity and the body: Trajectories of body esteem from adolescence to emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 54(6), 1159-1171. <https://doi.org/10.1037/dev0000435>
- Nutter, S., Russell-Mayhew, S., & Saunders, J. F. (2020). Towards a sociocultural model of weight stigma. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26(1), 999-1005. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00931-6>
- O'Brien, K. S., Daniëlsdóttir, S., Ólafsson, R. P., Hansdóttir, I., Fridjónsdóttir, T. G., & Jónsdóttir, H. (2013). The relationship between physical appearance concerns, disgust, and anti-fat prejudice. *Body Image*, 10(4), 619-623. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.07.012>
- Olenik-Shemesh, D., Heiman, T., & Keshet, N. S. (2018). The role of career aspiration, self-esteem, body esteem, and gender in predicting sense of well-being among emerging adults. *The Journal of Genetic Psychology*, 179(6), 343-356. <https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1526163>
- Olson, K. L., Landers, J. D., Thaxton, T. T., & Emery, C. F. (2019). The pain of weight-related stigma among women with overweight or obesity. *Stigma and Health*, 4(3), 243-246. <https://doi.org/10.1037/sah0000137>
- Orben, A., Dienlin, T., & Przybylski, A. K. (2019). Social media's enduring effect on adolescent life satisfaction. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(21), 10226-10228. <https://doi.org/10.1073/pnas.1902058116>

- Ormsby, H., Owen, A., & Bhogal, M. (2018). A brief report on the associations amongst social media use, gender, and body esteem in a UK student sample. *Current Psychology, 38*(1), 303-307. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0089-z>
- Pearl, R. L., Puhl, R. M., & Dovidio, J. F. (2015). Differential effects of weight bias experiences and internalization on exercise among women with overweight and obesity. *Journal of Health Psychology, 20*(12), 1626-1632. <https://doi.org/10.1177/1359105313520338>
- Phelan, S. M., Burgess, D. J., Yeazel, M. W., Hellerstedt, W. L., Griffin, J. M., & van Ryn, M. (2015). Impact of weight bias and stigma on quality of care and outcomes for patients with obesity. *Obesity Reviews, 16*(4), 319-326. <https://doi.org/10.1111/obr.12266>
- Powers, N. (2019). *Interventions in reducing weight bias in healthcare providers and preservice students* [Thèse de doctorat inédite]. Augsburg, University, Minnesota, États-Unis.
- Puhl, R. M., Andreyeva, T., & Brownell, K. D. (2008). Perceptions of weight discrimination: Prevalence and comparison to race and gender discrimination in America. *International Journal of Obesity, 32*(6), 992-1000. <https://doi.org/10.1038/ijo.2008.22>
- Puhl, R. M., & Brownell, K. D. (2001). Bias, discrimination, and obesity. *Obesity Research, 9*(12), 788-805. <https://doi.org/10.1038/oby.2001.108>
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2009). The stigma of obesity: a review and update. *Obesity, 17*(5), 941-964. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.636>
- Puhl, R. M., Himmelstein, M. S., & Pearl, R. L. (2020). Weight stigma as a psychosocial contributor to obesity. *American Psychologist, 75*(2), 274-289. <https://doi.org/10.1037/amp0000538>
- Puhl, R. M., Latner, J. D., O'Brien, K., Luedicke, J., Danielsdottir, S., & Forhan, M. (2015). A multinational examination of weight bias: Predictors of anti-fat attitudes across four countries. *International Journal of Obesity, 39*(7), 1166-1173. <https://doi.org/10.1038/ijo.2015.32>
- Puhl, R. M., Peterson, J. L., DePierre, J. A., & Luedicke, J. (2013). Headless, hungry, and unhealthy: A video content analysis of obese persons portrayed in online news. *Journal of Health Communication, 18*(6), 686-702. <https://doi.org/10.1080/10810730.2012.743631>

- Rodgers, R., & Chabrol, H. (2009). L'impact de l'exposition à des images de minceur idéalisée sur l'insatisfaction corporelle chez des jeunes femmes françaises et italiennes. *L'encéphale*, *35*(3), 262-268. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2008.05.003>
- Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology*, *51*(5), 706-713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Saiphoo, A. N., & Vahedi, Z. (2019). A meta-analytic review of the relationship between social media use and body image disturbance. *Computers in Human Behavior*, *101*(1), 259-275. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.028>
- Schooler, D., & Trinh, S. (2011). Longitudinal associations between television viewing patterns and adolescent body satisfaction. *Body Image*, *8*(1), 34-42. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.09.001>
- Schvey, N. A., Puhl, R. M., & Brown, K. D. (2011). The impact of weight stigma on caloric consumption. *Obesity*, *19*(10), 1957-1962. <https://doi.org/10.1038/oby.2011.204>
- Schwartz, M. B., Vartanian, L. R., Nosek, B. A., & Brownell, K. D. (2006). The influence of one's own body weight on implicit and explicit anti-fat bias. *Obesity*, *14*(3), 440-447. <https://doi.org/10.1038/oby.2006.58>
- Selensky, J. C., & Carels, R. A. (2021). Weight stigma and media: An examination of the effect of advertising campaigns on weight bias, internalized weight bias, self-esteem, body image, and affect. *Body Image*, *36*(1), 95-106. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.10.008>
- Shroff, H., & Thompson, J. K. (2006). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image*, *3*(1), 17-23. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.10.004>
- Smirles, K. E., & Lin, L. (2018). Changes in anti-fat weight bias in women after exposure to thin and plus-sized models. *The Social Science Journal*, *55*(2), 193-197. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.02.002>
- Spahlholz, J., Baer, N., König, H. H., Riedel-Heller, S., & Luck-Sikorski, C. (2016). Obesity and discrimination—a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Obesity Reviews*, *17*(1), 43-55. <https://doi.org/10.1111/obr.12343>

- Stewart, S.-J., & Ogden, J. (2021). The impact of body diversity vs thin-idealistic media messaging on health outcomes: An experimental study. *Psychology, Health & Medicine*, 26(5), 631-643. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1859565>
- Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: A longitudinal investigation. *Developmental Psychology*, 38(5), 669-678. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.669>
- Street, Maria-Constanza (2018). *L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2016-2017. Tome2. L'adaptation sociale et la santé mentale des jeunes*, Institut de la statistique du Québec, 190 p. <https://statistique.quebec.ca/fr/fichier/enquete-quebecoise-sur-la-sante-des-jeunes-du-secondaire-2016-2017-resultats-de-la-deuxieme-edition-tome-2-ladaptation-sociale-et-la-sante-mentale-des-jeunes.pdf>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10312-000>
- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181-183. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00144>
- Tovée, M. J., Mason, S. M., Emery, J. L., McCluskey, S. E., & Cohen-Tovée, E. M. (1997). Supermodels: Stick insects or hourglasses? *The Lancet*, 350(9089), 1474-1475. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)64238-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)64238-9)
- Tremblay, L., Roy-Vaillancourt, M., Chebbi, B., Bouchard, S., Daoust, M., Dénomée, J., & Thorpe, M. (2016). Body image and anti-fat attitudes: An experimental study using a haptic virtual reality environment to replicate human touch. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(2), 100-106. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0226>
- Trindade, I. A., & Ferreira, C. (2014). The impact of body image-related cognitive fusion on eating psychopathology. *Eating Behaviors*, 15(1), 72-75. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.10.014>
- Vallerand, R. (2006). *Les fondements de la psychologie sociale* (2<sup>e</sup> éd.). Gaëtan Morin.
- Vartanian, L. R., Foreich, F. V., & Smyth, J. M. (2016). A serial mediation model testing early adversity, self-concept clarity, and thin-ideal internalization as predictors of body dissatisfaction. *Body Image*, 19(1), 98-103. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.013>

- Vartanian, L. R., Herman, C. P., & Polivy, J. (2005). Implicit and explicit attitudes toward fatness and thinness: The role of the internalization of societal standard. *Body Image*, 2(4), 373-381. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.08.002>
- Warren, C. S., Gleaves, D. H., Cepeda-Benito, A., Fernandez, M. D. C., & Rodriguez-Ruiz, S. (2005). Ethnicity as a protective factor against internalization of a thin ideal and body dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 37(3), 241-249. <https://doi.org/10.1002/eat.20102>
- Weinberger, N.-A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2016). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Facts*, 9(6), 424-441. <https://doi.org/10.1159/000454837>
- Weiner, B., & Graham, S. (1990). Attribution in personality psychology. Dans L. A. Pervin (Éd.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 465-485). The Guilford Press.
- Wellman, J. D., Araiza, A. M., Solano, C., & Berru, E. (2019). Sex differences in the relationships among weight stigma, depression, and binge eating. *Appetite*, 133(1), 166-173. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.10.029>
- Wu, Y. K., & Berry, D. C. (2018). Impact of weight stigma on physiological and psychological health outcomes for overweight and obese adults: A systematic review. *Journal of Advanced Nursing*, 74(5), 1030-1042. <https://doi.org/10.1111/jan.13511>
- You, S., & Shin, K. (2019). Body esteem among Korean adolescent boys and girls. *Sustainability*, 11(7), 2051. <https://doi.org/10.3390/su11072051>

**Appendice A**  
Formulaire de consentement

## **Étude sur l'image corporelle, l'alimentation et les relations interpersonnelles**

Noémie Carbonneau, Ph.D., professeure au département de psychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR), mène présentement une étude portant sur l'image corporelle, l'alimentation et les relations interpersonnelles chez les adolescentes (14-17 ans). Pour participer à cette étude, tu dois être une **adolescente** âgée de **14, 15, 16 ou 17 ans**.

Si tu acceptes de participer à cette recherche, un questionnaire suivra cette page dans lequel tu seras invitée à répondre à différentes questions portant sur tes relations avec ta famille et tes amis et tes attitudes et comportements par rapport à l'alimentation et à l'image corporelle. Le questionnaire prend environ 30-45 minutes à compléter. Cette étude n'est ni un test, ni une évaluation : il n'y a **pas de bonnes ou de mauvaises réponses**. Nous te demandons simplement de répondre aux questions de façon spontanée et honnête. Il y aura une suite à cette étude dans 6 mois. Si tu souhaites y participer, tu pourras indiquer ton adresse courriel à la fin du questionnaire. Nous t'inviterons alors, dans 6 mois, à remplir un autre questionnaire similaire à celui-ci.

Les renseignements qui te seront demandés resteront confidentiels et ne serviront que pour les fins de cette recherche. Les données personnelles (adresse courriel) et les données numériques du questionnaire seront conservées dans des banques séparées. Chaque participante sera identifiée par un code. Ainsi, en consultant l'une ou l'autre des banques, il ne sera pas possible de faire le rapprochement entre les données personnelles et numériques d'une participante. Finalement, les données seront détruites après cinq ans. Ta participation doit se faire sur une base entièrement volontaire. Tu peux cesser à tout moment ta participation à l'étude; tu n'as qu'à fermer la fenêtre de ton navigateur.

**Risques associés à la participation à cette recherche** : Il n'y a pas de risque connu à participer à cette étude. Le temps nécessaire pour compléter le questionnaire (30-45 minutes) demeure néanmoins un inconvénient. Il est également possible que certaines questions te rendent inconfortable. Tu peux sauter toutes les questions qui te rendent mal à l'aise.

**Avantages associés à la participation à cette recherche** : Ta participation à cette recherche te permettra de prendre un peu de temps pour réfléchir à certains aspects de ta vie, plus particulièrement à tes relations avec tes proches et à tes attitudes par rapport à l'image corporelle (apparence, minceur, etc.). Participer à cette recherche pourrait donc te permettre de mieux te connaître. Les participantes qui compléteront ce questionnaire pourront participer à un tirage pour gagner l'un de nos trois prix d'une valeur de 100 \$ chacun. Les participantes qui rempliront l'autre questionnaire similaire dans 6 mois pourront participer à un autre concours similaire.

Si tu as des questions, commentaires ou plaintes à formuler en lien avec cette recherche, tu peux contacter :

Noémie Carbonneau, Ph. D.  
Département de psychologie  
UQTR  
3351, boulevard des Forges  
Trois-Rivières (QC) G9A 5H7  
[noemie.carbonneau@uqtr.ca](mailto:noemie.carbonneau@uqtr.ca)  
(819) 376-5011, poste 3532

Pour toute question ou plainte d'ordre éthique, tu peux rejoindre le comité d'éthique de l'UQTR au (819) 376-5011, poste 2129, ou par courrier électronique [CEREH@uqtr.ca](mailto:CEREH@uqtr.ca).



## FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Ayant lu et compris le texte ci-dessus, je consens à participer à l'étude portant sur l'image corporelle, l'alimentation et les relations interpersonnelles chez les adolescentes. Je comprends que les informations seront utilisées uniquement pour cette recherche et gardées strictement confidentielles. Les données individuelles ne seront accessibles à qui que ce soit.

J'accepte librement de participer à cette étude, tout en sachant qu'il m'est possible en tout temps de mettre un terme à ma participation, et ce, sans avoir à fournir de raison ou à subir de préjudice.

En cliquant sur le bouton de participation, tu indiques :

- avoir lu l'information
- être d'accord pour participer

**Oui, j'accepte de participer**

Nous te remercions de ta précieuse collaboration!

**Appendice B**  
Questionnaire sur les préjugés corporels

## Questionnaire sur les préjugés corporels

(Anti-fat Attitude Questionnaire)

1	2	3	4	5	6	7
Très fortement en désaccord	Fortement en désaccord	En désaccord	Ni en accord, ni en désaccord	En accord	Fortement en accord	Très fortement en accord

(1) Je n'aime pas beaucoup les personnes grasses.	1	2	3	4	5	6	7
(2) J'ai peu d'amis qui sont gros.	1	2	3	4	5	6	7
(3) Il m'arrive penser qu'on ne peut pas vraiment faire confiance aux personnes qui sont grasses.	1	2	3	4	5	6	7
(4) Je pense que la plupart des personnes de poids normal sont plus intelligentes que les personnes grasses.	1	2	3	4	5	6	7
(5) J'ai de la difficulté à prendre au sérieux les personnes qui sont grasses.	1	2	3	4	5	6	7
(6) Les personnes grasses me font sentir un peu inconfortable.	1	2	3	4	5	6	7
(7) Si je devais choisir quelqu'un avec qui me mettre en équipe, je ne choisirais pas une personne qui a un surplus de poids.	1	2	3	4	5	6	7
(8) Je me sens dégoûtée par moi-même quand je prends du poids.	1	2	3	4	5	6	7
(9) Une des pires choses qui pourrait m'arriver serait de prendre beaucoup de poids.	1	2	3	4	5	6	7
(10) Je m'inquiète à l'idée de devenir grosse.	1	2	3	4	5	6	7
(11) Les personnes qui ont un surplus de poids pourraient perdre du poids en faisant un peu d'exercice.	1	2	3	4	5	6	7
(12) Certaines personnes sont grasses car elles ne peuvent pas se contrôler.	1	2	3	4	5	6	7
(13) Si une personne a un surplus de poids, c'est de sa faute.	1	2	3	4	5	6	7

## **Appendice C**

Questionnaire sur l'internalisation de l'idéal de minceur

**Questionnaire sur les attitudes socioculturelles envers l'apparence**  
*(Sociocultural Attitudes Toward Appearance-4)*

1	2	3	4	5
Fortement en désaccord	Plutôt en désaccord	Ni en accord, ni en désaccord	Plutôt en accord	Fortement en accord

(1) Je veux que mon corps paraisse très mince.	1	2	3	4	5
(2) Je veux que mon corps paraisse avoir peu de gras.	1	2	3	4	5
(3) Je pense beaucoup au fait de paraître mince.	1	2	3	4	5
(4) Je veux que mon corps paraisse sans aucun gras.	1	2	3	4	5
(5) Je pense beaucoup au fait d'avoir très peu de gras sur mon corps.	1	2	3	4	5

**Appendice D**  
Questionnaire sur l'estime corporelle

## Questionnaire sur l'estime corporelle

*(Body-esteem scale for adolescents and adults)*

**Instruction :** Indique dans quelle mesure tu te sens de cette façon par rapport à ton corps.

1	2	3	4	5
Jamais	Rarement	Quelques fois	Souvent	Toujours

(1) J'aime ce que je représente en photo.	1	2	3	4	5
(2) Les autres me trouvent belle.	1	2	3	4	5
(3) Je suis fière de mon corps.	1	2	3	4	5
(4) Je suis préoccupée par l'envie de modifier ma masse corporelle (poids).	1	2	3	4	5
(5) Je pense que mon apparence pourrait m'aider à obtenir un travail.	1	2	3	4	5
(6) J'aime ce que je vois lorsque je me regarde dans un miroir.	1	2	3	4	5
(7) Il y a beaucoup de choses que je changerais à mon apparence si je le pouvais.	1	2	3	4	5
(8) Je suis contente de mon poids.	1	2	3	4	5
(9) J'aimerais être plus belle.	1	2	3	4	5
(10) J'aime vraiment mon poids.	1	2	3	4	5
(11) J'aimerais ressembler à quelqu'un d'autre.	1	2	3	4	5
(12) Les personnes de mon âge apprécient mon apparence.	1	2	3	4	5
(13) Mon apparence me dérange.	1	2	3	4	5
(14) Je suis aussi belle que la plupart des gens.	1	2	3	4	5
(15) Je suis plutôt contente de mon apparence.	1	2	3	4	5
(16) Je pense que mon poids est proportionnel à ma taille.	1	2	3	4	5
(17) J'ai honte de mon apparence.	1	2	3	4	5
(18) Me peser me déprime.	1	2	3	4	5

---

(19) Mon poids me rend malheureuse.	1	2	3	4	5
(20) Mon apparence m'aide à obtenir des rendez-vous amoureux (« dates »).	1	2	3	4	5
(21) Je suis préoccupée par mon apparence.	1	2	3	4	5
(22) Je pense que mon corps est bien.	1	2	3	4	5
(23) J'ai l'air aussi belle que je le souhaiterais.	1	2	3	4	5

---