



**On s'adapte!**  
**Une étude sur les stratégies utilisées**  
**pour faire face à l'insécurité alimentaire**

**Mémoire**

**Étienne Cantin**

**Maîtrise en sociologie**  
Maître ès arts (M.A.)

Québec, Canada

© Étienne Cantin, 2018

# Résumé

L'insécurité alimentaire est un défi quotidien auquel doivent faire face environ 1,1 million de ménages canadiens (Statistique Canada, 2012). Les individus composant ces ménages doivent avoir recours à une diversité de stratégies visant à diminuer les dépenses ou à accroître les revenus disponibles. Ce mémoire vise à comprendre les éléments qui influencent le recours à ces stratégies en dégageant leur structure symbolique. Pour ce faire, des entrevues semi-dirigées ont été réalisées auprès de seize personnes ayant recours à l'aide alimentaire. Lors de ces entrevues, les participants étaient invités à décrire et à commenter les stratégies qu'ils utilisent. Ce faisant, il a été possible de répertorier les stratégies utilisées ainsi que de dégager les représentations qui y sont associées.

L'analyse du corpus d'entrevues a révélé que les stratégies d'adaptation utilisées pour faire face à l'insécurité alimentaire sont orientées en fonction d'impératifs issus de l'environnement économique et normatif dans lequel les participants évoluent. Par conséquent, les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent se conformer à des règles sur lesquelles elles ont peu de contrôle. Toutefois, la manière dont les participants interprètent ces règles influence la logique du recours aux stratégies d'adaptation. Les différentes logiques d'action sont décrites dans quatre idéaltypes alliant à la fois les motivations poussant les personnes en situation d'insécurité alimentaire à recourir aux stratégies d'adaptation et la manière dont elles se les représentent.

# Table des matières

Résumé .....	iii
Table des matières .....	iv
Liste des tableaux et figure .....	vi
Remerciements .....	vii
Introduction .....	1
Chapitre 1 : Problématique .....	4
1. L'insécurité alimentaire .....	4
2. L'expérience de l'insécurité alimentaire .....	6
2.1 Le manque de nourriture dans le présent ou le futur .....	7
2.2 L'aliénation .....	9
3. Les stratégies d'adaptation .....	16
3.1 Les stratégies d'achats .....	16
3.2 Les demandes d'aide .....	17
3.3 Les stratégies basées sur le capital humain .....	18
3.4 Les techniques monétaires .....	19
3.5 La criminalité .....	19
Chapitre 2 : Cadre théorique .....	21
1. La pratique .....	22
1.1 Les trois dimensions de la pratique .....	23
1.2 Les pratiques dispersées et les pratiques intégratives .....	24
2. L'étude de la normativité par les pratiques .....	25
2.1 Les postulats de l'étude de la normativité .....	26
2.2 L'enquête normative .....	27
3. La validité normative .....	28
4. Les objectifs de la recherche .....	32
Chapitre 3 : Méthodologie .....	34
1. Les difficultés méthodologiques liées à l'étude de l'insécurité alimentaire .....	34
2. L'échantillonnage théorique .....	35
3. Le choix du terrain .....	37

4. Le recrutement.....	37
4.1 Le recrutement des organisations d'aide alimentaire .....	37
4.2 Le recrutement des participants.....	39
5. La collecte des données .....	40
5.1 L'entrevue semi-dirigée.....	42
5.2 Le schéma d'entrevue.....	44
5.3 Le déroulement des entretiens .....	46
6. L'analyse des données .....	47
Chapitre 4 : Analyse des résultats.....	51
1. Les caractéristiques des participants.....	51
2. Les règles des stratégies d'adaptation .....	56
2.1 Se limiter au minimum : un impératif économique.....	56
2.2 La responsabilité économique : un impératif moral .....	58
3. Les logiques d'action orientant les stratégies d'adaptation .....	60
3.1 La responsabilité comme contrat (manque de nourriture et obligation).....	61
3.2 Le droit d'être pauvre (manque de nourriture et droit).....	65
3.3 L'obligation d'être comme tout le monde (pauvreté de pouvoir et obligation) .....	69
3.4 La récompense de la responsabilité (pauvreté de pouvoir et droit).....	73
Chapitre 5 : Discussion.....	78
1. La synthèse des résultats.....	78
2. Les limites méthodologiques .....	82
3. Suggestions pour de futures études .....	83
Conclusion.....	85
Bibliographie .....	87
Annexe 1 : Courriel adressé aux organisations d'aide alimentaire .....	94
Annexe 2 : Lettre de recrutement des participants .....	95
Annexe 3 : Schéma d'entrevue.....	96
Annexe 4 : Feuille d'information pour un consentement verbal.....	98

## Liste des tableaux et figure

Tableau 1. Les émotions associées à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) .....	11
Figure 1. Construction idéaltypique .....	50
Tableau 2. Profil des participants .....	52
Tableau 3. Caractéristiques des participants qui privilégient les cuisines collectives.....	53
Tableau 4. Caractéristiques des participants qui privilégient les banques alimentaires .....	54
Tableau 5. Caractéristiques des participants qui privilégient les soupes populaires .....	55

# Remerciements

En m'inscrivant à la maîtrise en sociologie, je n'avais qu'une vague idée du sujet sur lequel allait porter mon mémoire. J'avais un intérêt pour la sociologie de la consommation et pour les théories foucaldiennes que je pensais combiner afin d'étudier les mécanismes de contrôle poussant les individus à acquérir des biens de consommation sans qu'ils en aient nécessairement besoin. En discutant avec le professeur Gérard Duhaime qui est par la suite devenu mon directeur, je me suis détaché de la perspective foucaldienne et j'ai commencé à m'intéresser aux sociologies donnant la parole aux consommateurs exposés aux effets de ces mécanismes de contrôle. Animé de cette volonté, j'ai commencé à m'intéresser à la pauvreté, à ses conséquences et aux différentes stratégies utilisées pour y faire face. La pauvreté étant un phénomène social complexe, j'ai dû circonscrire mon sujet d'étude. Mon choix s'est arrêté sur l'étude de l'insécurité alimentaire et des stratégies d'adaptation, car il me semblait que les achats alimentaires devaient représenter un élément central de la vie économique des personnes confrontées à des difficultés économiques. Pour avoir suscité en moi ce questionnement sociologique et pour ses conseils lors de toutes les étapes de mon mémoire, je suis grandement reconnaissant à mon directeur de mémoire.

Monsieur Duhaime n'est pas le seul membre du corps professoral du Département de sociologie de l'Université Laval envers qui j'ai une dette intellectuelle. En effet, je suis reconnaissant envers toutes les personnes qui m'ont enseigné pour les connaissances qu'elles m'ont transmises et qui m'ont été utiles d'une manière ou d'une autre dans la réalisation de mon mémoire. Je dois aussi exprimer ma gratitude envers les responsables du Centre communautaire de l'amitié, de la Saint-Vincent-de-Paul de Québec, du Centre communautaire Mgr Marcoux et du Café rencontre du Centre-ville sans qui le recrutement des participants aurait été une tâche bien plus complexe. Toutefois, les personnes qui m'ont le plus aidé dans la réalisation de mon mémoire sont celles qui ont accepté d'être interviewées et de me raconter leur quotidien, sans elles, il m'aurait été impossible d'écrire une seule ligne de ce mémoire.

# Introduction

La pauvreté est un phénomène social complexe qui peut être défini et mesuré de plusieurs manières. Les définitions les plus fréquemment utilisées reposent sur une analyse monétaire qui exclut certains aspects de la pauvreté. Afin d'adopter une approche plus englobante de la pauvreté, il est nécessaire de l'analyser en fonction des conditions de vie. Dans cette optique, la pauvreté est décrite comme une accumulation de privations contraignant les individus à renoncer à certains biens jugés essentiels. Lorsque les privations affectent l'alimentation, la pauvreté engendre de l'insécurité alimentaire. L'insécurité alimentaire est une situation dans laquelle des individus n'ont pas accès à des aliments personnellement gratifiants en quantité suffisante. Les gens devant composer avec cette situation font l'expérience du manque de nourriture et de la pauvreté de pouvoir (powerlessness) qui peut être vécue comme une forme de souffrance psychologique. Pour faire face à ces deux effets de l'insécurité alimentaire, les personnes qui y sont confrontées ont recours à une diversité de pratiques. Les recherches portant sur ces pratiques désignent celles-ci stratégies d'adaptation.

Ce mémoire vise à rendre compte des stratégies d'adaptation de façon à les présenter comme étant orientées par un calcul économique et par des règles normatives. Cette manière d'étudier les stratégies d'adaptation a été négligée par les autres recherches portant sur l'insécurité alimentaire qui envisagent ces pratiques uniquement à partir de leur caractère économique. Pour être en mesure d'étudier les stratégies d'adaptation, seize personnes ayant recours à des organisations d'aide alimentaire ont été interviewées. Lors de ces entrevues, elles étaient invitées à décrire leurs actions. Ce faisant, les données ne permettent pas d'accéder directement aux pratiques des participants, mais uniquement au discours que ces derniers adoptent en parlant des stratégies qu'ils utilisent. L'analyse du discours a permis de dégager des ensembles de règles et de modes de conduite qui sont liées à la fois à la vie économique des participants et à l'environnement normatif dans lequel ils évoluent. En dégageant ces règles, il est possible de comprendre les facteurs qui orientent les stratégies d'adaptation et ainsi de décrire l'expérience que ces personnes ont de l'insécurité alimentaire.

Ce mémoire se divise en cinq chapitres qui permettent chacun à sa manière d'approfondir la connaissance sociologique sur l'insécurité alimentaire et sur les stratégies d'adaptation. Le premier chapitre définit l'insécurité alimentaire et précise les concepts de manque de nourriture et de pauvreté de pouvoir (powerlessness). Ces précisions conceptuelles sont d'une importance capitale, car elles permettent de présenter l'insécurité alimentaire comme une condition de vie plutôt que comme une condition économique. En tant que condition de vie, l'insécurité alimentaire affecte les pratiques quotidiennes de ces personnes. En raison des différentes formes que peuvent prendre ces pratiques, ce chapitre présente une catégorisation des stratégies d'adaptation.

Le deuxième chapitre décrit les stratégies d'adaptation comme des objets sociologiques. Pour ce faire, les stratégies d'adaptation sont présentées comme des pratiques au sens où le conçoit la théorie de la pratique. Ce chapitre expose la manière dont les penseurs de cette théorie comprennent les pratiques et la manière dont ils recommandent de les étudier sociologiquement. Ces considérations théoriques permettent de préciser les objectifs de la recherche.

Le troisième chapitre décrit l'approche méthodologique employée pour réaliser cette recherche qualitative. L'approche retenue est celle développée par les sociologues s'inscrivant dans le courant de la théorie ancrée qui permet d'étudier un phénomène social et de développer une théorie sociologique à partir des informations collectées sur le terrain. Cette approche inductive permet de dégager les représentations que les agents ont de la réalité sociale dans laquelle ils évoluent.

Le quatrième chapitre présente les résultats de l'analyse en explicitant les impératifs économique et moral que les participants doivent respecter lorsqu'ils ont recours aux stratégies d'adaptation. De plus, ce chapitre décrit les différentes logiques d'action sous-jacentes au recours aux stratégies d'adaptation au moyen de quatre idéaltypes : la responsabilité comme contrat, le droit d'être pauvre, l'obligation d'être comme tout le monde et la récompense de la responsabilité. Chacun de ces idéaltypes représente une manière différente de respecter les impératifs économique et moral et par conséquent, une manière différente de vivre l'insécurité alimentaire.



Le cinquième chapitre, le chapitre de discussion, porte un regard critique sur l'ensemble du mémoire en faisant une synthèse des résultats obtenus lors de l'analyse et en les comparant avec les autres recherches portant sur les stratégies d'adaptation. Ce chapitre présente aussi les limites méthodologiques de l'enquête et leur impact sur la portée des résultats. Finalement, ce chapitre présente des pistes de recherche pour d'éventuelles études portant sur les stratégies d'adaptation.

# Chapitre 1 : Problématique

La faim est un enjeu auquel doivent faire face les populations humaines afin d'assurer leur survie. Dans les sociétés occidentales, le développement de l'industrie agroalimentaire et la modernisation de l'agriculture ont permis d'éliminer le spectre de la famine (Fischler, 1979). Toutefois, l'éradication de la famine dans les pays riches ne signifie pas que tous les individus vivant dans ces pays mangent à leur faim. En effet, malgré l'abondance de nourriture, certaines personnes sont confrontées à l'insécurité alimentaire. Ce chapitre aborde l'insécurité alimentaire de trois manières différentes. Dans un premier temps, il présente une analyse du concept d'insécurité alimentaire. Dans un second temps, il décrit l'expérience que les personnes en situation d'insécurité alimentaire font de cette situation. Dans un troisième temps, il présente une catégorisation des stratégies d'adaptation employées pour faire face à l'insécurité alimentaire.

## 1. L'insécurité alimentaire

Pour le sens commun, le concept d'insécurité alimentaire réfère à l'incapacité de manger à sa faim. Cette définition permet de saisir rapidement ce qui est généralement entendu par insécurité alimentaire, mais il serait réducteur de la limiter à la faim, car ce concept décrit une réalité plus complexe. Pour bien comprendre cette notion, il faut se référer à son antonyme, c'est-à-dire au concept de sécurité alimentaire. Le concept de sécurité alimentaire a été développé lors de la *Conférence mondiale sur l'alimentation* organisée par les Nations Unies en 1974. Il était présenté comme : « Availability at all times of adequate world supplies of basic food stuffs... to sustain a steady expansion of food consumption... and to offset fluctuations in production and price » (Nations-Unis, 1975; cité dans, Maxwell, 1996, p. 156). Cette définition décrit la sécurité alimentaire comme un phénomène découlant de l'économie de marché dans laquelle une quantité suffisante de nourriture est disponible à un prix accessible pour subvenir aux besoins des populations. En présentant cette définition, les Nations Unies visaient à atteindre l'autosuffisance alimentaire pour l'ensemble des populations (Maxwell, 1996).

Mais la famine africaine de 1984 et 1985 a transformé la manière d'envisager l'insécurité alimentaire. Jusqu'alors, les spécialistes considéraient qu'il s'agissait d'un problème de disponibilité de nourriture pouvant être compris à partir des relations macro et micro économiques. Dans cette pensée, les actions humaines sont envisagées comme étant des moyens de subvenir aux besoins immédiats. Mais au Soudan et au Darfour, les gens se privaient de nourriture pour préserver leurs conditions de vie futures. Cette crise humanitaire a transformé la manière de concevoir la sécurité alimentaire en mettant l'accent sur les conditions de vie plutôt que sur la nourriture disponible (Maxwell, 1996).

En tenant compte des conditions de vie, le concept de sécurité alimentaire débordait des cadres économiques et nutritionnels, invalidant la définition élaborée en 1974. Lors du Sommet mondial de l'alimentation de 1996, les Nations Unies modifient la définition de la sécurité alimentaire qui devient : « La sécurité alimentaire existe lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, un accès physique et économique à une nourriture suffisante, saine et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins énergétiques et leurs préférences alimentaires pour mener une vie saine et active » (Sommet mondial de l'alimentation (SMA), 1996). Cette définition énumère un ensemble de conditions dont la conjonction de déterminer l'état de sécurité ou d'insécurité alimentaire et permet de constater que tout jugement sur cet état est indissociable d'un contexte normatif (Duhaime, Godmaire et Bernard, 2004).

La définition de la sécurité alimentaire adoptée en 1996 impose aux États d'agir afin de lutter contre l'insécurité alimentaire à l'échelle internationale, mais aussi à l'échelle nationale. Le Canada a adopté cette définition qui est celle utilisée par Statistique Canada. Toutefois, les instruments utilisés afin de surveiller l'insécurité alimentaire tendent à s'éloigner de la définition onusienne. En effet, ils se concentrent davantage sur le vécu des ménages, l'expérience du manque de nourriture et les limitations de l'accès aux aliments en raison de contraintes financières, minimisant ainsi l'importance de l'accès physique et des préférences alimentaires (Tarasuck, Mitchell, Dachner, 2013; Statistique Canada, 2015).

Malgré les différences qui existent entre la définition de la sécurité alimentaire proposée par les Nations Unies et les instruments utilisés par Statistique Canada, ces derniers permettent de fournir un portrait de l'insécurité alimentaire au Canada. Les données

statistiques les plus récentes remontent à 2011-2012. Durant cette période, 8,3% de la population canadienne vivait en situation d'insécurité alimentaire (Statistique Canada, 2015), alors que 8,1% de la population québécoise se trouvait dans cette situation (Maisonnette, Blanchet et Hamel, 2014).

La méthode employée par Statistique Canada pour évaluer la prévalence de l'insécurité alimentaire est critiquée. On lui reproche d'utiliser des critères trop stricts, ce qui a pour effet de sous-estimer l'importance de la population confrontée à l'insécurité alimentaire. En effet, cette approche ne permet pas de rendre compte de l'insécurité alimentaire marginale. Cette forme d'insécurité alimentaire affecte les ménages dont le revenu entraîne des craintes ou des obstacles à l'accès aux aliments. En tenant compte de l'insécurité alimentaire marginale, la prévalence de l'insécurité alimentaire au Québec s'élève à 13%. Dans la région de la Capitale nationale, l'insécurité alimentaire marginale fait plus que doubler la prévalence de l'insécurité alimentaire, la faisant passer de 4,1% à 8,3% (Tarasuck, Mitchell et Dachner, 2013; Maisonnette, Blanchet et Hamel, 2014).

## **2. L'expérience de l'insécurité alimentaire**

Les données statistiques permettent de prendre conscience de l'ampleur du problème et d'identifier les groupes qui sont confrontés à l'insécurité alimentaire, mais elles ne permettent pas de rendre compte de ce que ces personnes vivent quotidiennement. Pour ce faire, il importe d'adopter le point de vue de ceux et celles qui n'ont pas suffisamment de nourriture. Cette approche comporte cependant une part de subjectivité, car elle réfère à l'expérience du manque de nourriture, c'est-à-dire à l'incapacité de se procurer et de consommer une quantité minimale de nourriture. La subjectivité découle de la notion de minimum, laquelle est déterminée par les acteurs vivant l'insécurité alimentaire. En ce sens, la quantité de nourriture considérée comme étant le minimum peut varier d'un ménage à l'autre. Pour certains, il y a suffisamment de nourriture lorsque tous les membres du ménage mangent à satiété, alors que pour d'autres, le minimum correspond à la quantité de nourriture permettant de nourrir les enfants. En plus d'impliquer une incapacité à atteindre le minimum, l'insécurité alimentaire comporte deux dimensions : le manque de nourriture dans le présent ou le futur et l'aliénation (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002).

## **2.1 Le manque de nourriture dans le présent ou le futur**

Le manque de nourriture est constitué de trois caractéristiques : la pénurie de nourriture, la faible désirabilité des aliments et de la diète, ainsi que la préoccupation à l'accès à la nourriture.

### ***2.1.1 La pénurie de nourriture***

La première caractéristique du manque de nourriture est la pénurie de nourriture. Cette situation se manifeste par l'incapacité de se procurer et de consommer une quantité suffisante d'aliments (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002). La pénurie de nourriture est causée par le fait que les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent composer avec des ressources financières limitées, ce qui a pour conséquence qu'elles ne sont pas en mesure d'acheter des aliments en quantité qu'elles jugent suffisante (Dachner, Ricciuto, Kirkpatrick et Tarasuk, 2010). Cela fait en sorte qu'à un certain moment, elles n'ont pas accès à suffisamment de nourriture (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002). La pénurie de nourriture peut être un processus graduel dans lequel les quantités achetées sont réduites, les portions des repas diminuent et finalement, certains aliments disparaissent de l'alimentation. Souvent, cette disparition peut entraîner des carences alimentaires, car les aliments sont éliminés sans qu'ils soient remplacés par d'autres ayant des propriétés nutritives semblables. Dans ces situations, la pénurie de nourriture est vécue comme une privation (Pilon, 2000).

Les membres des familles faisant l'expérience de la pénurie de nourriture sont affectés différemment par cette situation. Les enfants semblent moins touchés, car les parents ont tendance à se priver de nourriture afin que les enfants en aient suffisamment. En plus de se priver pour nourrir leurs enfants, il arrive que les femmes se privent pour que les hommes adultes puissent manger suffisamment (Pilon, 2000; Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002; Côté, 2007; Mammen, Bauer et Richards, 2009; Gurstein, Vilches, 2010).

### ***2.1.2 La faible désirabilité des aliments et de la diète***

Outre la dimension quantitative représentée par la pénurie de nourriture, l'expérience du manque de nourriture a une dimension qualitative représentée par la faible désirabilité des aliments et de la diète. Les personnes en situation d'insécurité alimentaire peuvent éprouver des difficultés à acheter les aliments qu'elles désirent, ce qui les conduit à avoir une diète monotone, composée d'aliments ayant une faible valeur nutritive et dont la fraîcheur peut laisser à désirer (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002).

Des chercheuses canadiennes ont étudié les critères d'achats de certains aliments, notamment la margarine, les céréales, les fruits, les légumes et la viande, par les ménages à faible revenu en situation d'insécurité alimentaire. Pour chacun de ces aliments, le principal critère de sélection était le prix des articles. Bien que d'autres facteurs ayant une importance moindre comme la santé, les préférences personnelles, la qualité et l'usage soient pris en compte, le prix reste l'élément déterminant dans le choix des aliments. D'ailleurs, l'importance du prix s'accroît avec la sévérité de l'insécurité alimentaire. Elles en concluent que le prix constitue le principal critère pour l'achat d'aliments. L'importance que prend ce critère par rapport aux autres fait en sorte que les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent se priver des aliments qu'ils désirent afin de maintenir l'équilibre de leur budget (Dachner, Ricciuto, Kirkpatrick et Tarasuk, 2010).

Le fait que les personnes en situation d'insécurité alimentaire achètent les produits les moins chers entraîne une diminution de la variété dans l'alimentation, laquelle est vécue comme une privation et un manque de choix (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002). L'impression de privation s'installe lorsque les ménages doivent se limiter à deux variétés de fruits ou de légumes par semaine. L'alimentation varie un peu avec le changement de saison, mais la consommation de fruits se limite souvent aux pommes et aux bananes. Le phénomène de la privation touche aussi la consommation de viande. La perte de choix dans la consommation de viande élimine les coupes les plus recherchées pour se limiter à la consommation des produits les moins chers comme le bœuf haché, les poitrines de poulet, le porc haché et les saucisses hot-dog (Pilon, 2000). Devoir se limiter aux aliments les moins chers implique une diminution de la variété des repas. Dans certains cas, la perte de

variété affecte la composition du repas qui doit être limité à un seul aliment (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002).

Les ménages qui ont recours à l'aide alimentaire font aussi l'expérience de la faible désirabilité des aliments et de la diète. En effet, les aliments reçus lors des distributions peuvent manquer de fraîcheur et parfois être périmés (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002). De plus, les aliments reçus à l'aide alimentaire peuvent avoir une faible désirabilité, car leur consommation peut poser problème en raison de problème de santé comme le diabète (Sabourin, Hurtubise et Lacourse, 2000; Côté, 2007).

### ***2.1.3 La préoccupation de l'accès à la nourriture***

La troisième caractéristique du manque de nourriture concerne la préoccupation de l'accès à une quantité suffisante de nourriture à court et à moyen terme, ce qui est une source d'anxiété pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire. Lorsque la nourriture vient à manquer, celles-ci ont l'impression que la situation ne va pas se résorber. Les personnes vivant de l'aide sociale sont généralement préoccupées par l'accès à la nourriture à la fin du mois, lorsque les derniers dollars ont été dépensés (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002). Les dépenses imprévues viennent accroître la préoccupation de l'accès à la nourriture, car sans la marge de manœuvre nécessaire pour y faire face, l'équilibre précaire du budget peut s'effondrer et accroître l'anxiété. Pour les parents, le début de l'année scolaire, les fêtes de fin d'année et les anniversaires peuvent avoir le même effet, car bien que les dépenses qui y sont associées soient prévisibles, elles sont suffisamment importantes pour déséquilibrer le budget. Dans ces situations, les ménages réduisent le budget alloué à la nourriture, car c'est le seul qui est compressible. En effet, il est possible de réduire les dépenses alimentaires, ce qui n'est pas le cas du loyer, du téléphone et de l'électricité (Côté, 2007).

## **2.2 L'aliénation**

En plus de l'expérience du manque de nourriture, l'insécurité alimentaire comporte une deuxième dimension : l'aliénation. En sociologie, les théories de l'aliénation portent souvent sur les rapports de pouvoir et sur l'exercice du pouvoir, mais l'aliénation peut aussi

être considérée comme un sentiment ressenti par ceux qui sont privés de pouvoir et dont la capacité d’agir sur leur condition d’existence est réduite. Pour les personnes en situation d’insécurité alimentaire, l’aliénation est vécue comme un sentiment qui peut être envisagé comme une pauvreté d’action, comme une pauvreté de pouvoir (*powerlessness*)<sup>1</sup>. La pauvreté de pouvoir (*powerlessness*) comporte un aspect subjectif, car elle prend la forme d’une réaction émotionnelle face à une situation problématique et un aspect objectif, car ce sentiment découle des structures sociales inégalitaires engendrant les situations problématiques (Côté, 2007; TenHouten, 2016).

### ***2.2.1 La pauvreté de pouvoir subjective (subjective powerlessness)***

La pauvreté de pouvoir subjective (*subjective powerlessness*) est une réaction qui engendre quatre émotions : la tristesse, la peur, l’acceptation et l’anticipation. La tristesse est liée à la perte de contrôle d’un individu sur son environnement. Une personne se trouvant dans un état de tristesse clinique a tendance à attribuer les obstacles qu’elle rencontre à des forces qui échappent à son contrôle plutôt qu’à ses propres actions. La peur est une réaction à une expérience négative. Pour une personne vivant une situation aliénante, la peur s’exprime comme une crainte d’être victime de représailles de la part de la société. En d’autres mots, elle a peur d’être réprimandée si elle cherche à améliorer sa situation. L’acceptation est généralement considérée comme une émotion positive, mais chez les personnes vivant une situation aliénante, elle devient une émotion négative, car elle conduit à accepter la pauvreté de pouvoir (*powerlessness*) et à considérer la situation problématique comme étant sans issue. Pour ces gens, l’acceptation peut être à l’origine de problèmes de santé mentale. L’anticipation n’est pas une émotion au sens strict, mais pour les personnes vivant une situation aliénante, elle conduit à anticiper les conséquences négatives des événements et

---

<sup>1</sup> Le terme « *powerlessness* » n’a pas vraiment d’équivalent en français. La traduction littérale renvoie au mot « impuissance ». Cette traduction n’a pas été retenue, car l’utilisation du mot impuissance pourrait être perçue comme un manque de respect envers les personnes confrontées à la *powerlessness*. En effet, l’impuissance n’est pas nécessairement envisagée comme le résultat de facteurs externes, mais elle peut aussi être comprise comme une caractéristique propre aux individus. Pour éviter toute confusion, le mot impuissance ne sera pas utilisé pour traduire « *powerlessness* ». L’expression retenue est plutôt celle de « pauvreté de pouvoir » proposée par Côté (2007). Bien que cette traduction soit préférable à « impuissance », elle comporte elle aussi ses limites. Il s’agit d’une traduction peu intuitive qui peut laisser croire que la pauvreté de pouvoir se limite à ses aspects objectifs, même si Côté (2007) insiste sur la distinction entre la dimension objective et subjective. Afin d’éviter toute confusion, lorsque le concept de pauvreté de pouvoir sera abordé dans le texte, il sera toujours suivi par le terme *powerlessness* mis entre parenthèses.



des actions futurs. Dans de telles circonstances, l'anticipation fait naître une multitude d'émotions négatives.

Ces quatre émotions primaires reliées à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) peuvent être combinées pour prendre la forme de six émotions secondaires : le fatalisme, le pessimisme, la résignation, l'anxiété, la soumission et la honte (TenHouten, 2016).

**Tableau 1. Les émotions associées à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) <sup>2</sup>**

<b>Combinaisons d'émotions primaires</b>	<b>Émotions secondaires</b>
Acceptation et anticipation	Fatalisme
Anticipation et tristesse	Pessimisme
Acceptation et tristesse	Résignation
Anticipation et peur	Anxiété
Acceptation et peur	Soumission
Peur et tristesse	Honte

Pour Hamelin (2002), les personnes en situation d'insécurité alimentaire qui sont confrontées à la pauvreté de pouvoir subjective (subjective powerlessness) présentent deux caractéristiques : le sentiment de perte de contrôle sur la situation alimentaire et le besoin de cacher cette perte de contrôle. L'impression de perte de contrôle sur la situation alimentaire vient du fait que les personnes en situation d'insécurité alimentaire vivent souvent de l'assistance sociale et qu'elles sont susceptibles d'avoir recours à l'aide alimentaire. Cette situation fait en sorte qu'elles ont l'impression de dépendre de l'État et des organisations d'aide alimentaire pour subvenir à leurs besoins, ce qui peut engendrer le sentiment d'être pris au piège et que la société ne met pas à leur disposition les moyens nécessaires pour les sortir de cette relation de dépendance. Cette situation est vécue comme un échec impossible à surmonter. L'impression de perte de contrôle affecte négativement l'image que les personnes en situation d'insécurité alimentaire ont d'elles-mêmes. La

---

<sup>2</sup> Adapté de : TENHOUTEN (2016), « The emotions of powerlessness », Journal of Political Power, no. 9, vol. 1, p. 83-121, traduction libre.

pauvreté de pouvoir (powerlessness) fait en sorte que leur estime d'elles-mêmes tend à diminuer (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002).

Le besoin de cacher la perte de contrôle répond à une volonté de dissimuler la situation d'insécurité alimentaire afin d'éviter d'être étiqueté. Ainsi, les situations mettant en évidence que le ménage manque d'argent pour se procurer des aliments sont soigneusement évitées. Cela peut représenter un obstacle lorsqu'il est nécessaire de demander de l'aide ou encore conduire à faire des dépenses ostentatoires afin de renvoyer l'image que les membres du ménage ont le même niveau de vie que les autres, par exemple, en achetant des « pizzas pochettes » pour les repas des enfants à l'école, ce qui leur permet de manger comme les autres élèves et ainsi de protéger leur image (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002).

Hamelin (2002) présente la pauvreté de pouvoir (powerlessness) associée à l'insécurité alimentaire comme une réaction émotionnelle. Ce faisant, elle fait abstraction des causes structurelles de l'aliénation qui peuvent être à l'origine de la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Les structures sociales peuvent faire en sorte que des individus ont un contrôle limité sur des aspects concrets de leur vie quotidienne (Côté, 2007).

### ***2.2.2 La pauvreté de pouvoir objective (objective powerlessness)***

La pauvreté de pouvoir objective (objective powerlessness) est engendrée par les structures sociales. Les individus qui en sont affectés ne sont pas en mesure de combattre les effets néfastes des structures sociales aliénantes, car elles dépassent largement le champ d'action individuelle. Il y a une multitude de causes à la pauvreté de pouvoir objective (objective powerlessness) et en faire l'inventaire exhaustif dépasserait largement le cadre de ce mémoire. Quatre causes ont été retenues pour leur lien avec l'insécurité alimentaire, il s'agit de la détresse économique, de l'imposition d'un pouvoir extérieur (external locus of control), des inégalités sociales et de l'invisibilité sociale (Côté, 2007; TenHouten, 2016).

### *La détresse économique*

La détresse économique doit être envisagée comme l'expérience du manque de ressources organisationnelles que peuvent vivre les personnes pauvres. Cela peut correspondre à la difficulté de trouver un emploi, de trouver un logement, d'accéder à des services de santé, des services pour les enfants, etc. Ces difficultés font en sorte que les personnes en situation de pauvreté économique se retrouvent également en situation de pauvreté de pouvoir (powerlessness), ce qui les amène à se considérer et à se sentir impuissantes. Le manque de ressources économiques représente une contrainte à leur participation socioéconomique, principalement dans les interactions régulées par la monnaie légale. C'est pourquoi les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent utiliser des ressources comme l'aide sociale et l'aide alimentaire pour faire face à la détresse économique (TenHouten, 2016).

Toutefois, les personnes qui ont recours à l'aide alimentaire peuvent développer une relation de dépendance envers l'aide qu'elles reçoivent. Celles qui y ont recours pour la première fois le font après un changement dans leur situation économique et considèrent qu'il s'agit d'une solution temporaire en attendant un rétablissement de leur situation. Lorsque la situation économique ne se rétablit pas, la relation de dépendance s'installe. L'aide alimentaire devient alors un moyen de subvenir aux besoins alimentaires quotidiens (Kicinski, 2012). La relation de dépendance peut conduire à une diminution de l'estime de soi et à une incapacité d'améliorer son sort (TenHouten, 2016).

### *L'imposition d'un pouvoir externe (external locus of control)*

L'imposition d'un pouvoir externe (external locus of control) correspond à une situation dans laquelle un individu attribue un événement à une causalité externe. Cette situation implique la soumission à un pouvoir externe, mais n'est pas nécessairement vécue comme une expérience négative. En effet, le pouvoir externe peut prendre la forme de la chance, du destin, d'un ange gardien, etc. Les théories comportementales présentent l'imposition d'un contrôle externe comme une manière de valoriser des comportements en y associant une récompense. L'anticipation de la récompense constitue la motivation à l'action. Toutefois, pour que l'action atteigne son but, son auteur doit être en mesure de contrôler son

environnement. Ceux qui sont dans l'incapacité de le faire peuvent alors être soumis à un pouvoir externe et être sujets aux abus et à l'exploitation (TenHouten, 2016).

Lorsqu'elles ont recours à l'aide alimentaire, les personnes qui font l'expérience de l'insécurité alimentaire peuvent être soumises à un contrôle externe. En effet, l'aide alimentaire peut prendre la forme de paniers de provisions dans lesquels les aliments ne sont pas choisis par les demandeurs, ce qui fait qu'elles peuvent recevoir des aliments qu'elles ne consommeraient pas normalement. Cette situation peut entraîner une impression de perdre le contrôle de leur alimentation au profit du personnel de l'organisation d'aide alimentaire (Tarasuck et Eakin, 2003; Côté, 2007). Il ne faut pas croire que le personnel travaillant dans les organisations d'aide alimentaire agit de cette manière dans le but de nuire au demandeur d'aide. Dans les faits, ces organisations sont elles aussi soumises à la pauvreté de pouvoir objective (objective powerlessness), car elles sont dépendantes des dons des acteurs de l'industrie agroalimentaire et ce faisant, elles n'exercent qu'un faible contrôle sur les aliments qu'elles peuvent distribuer (Riches, 2002; Tarasuck et Eakin, 2003).

### *Les inégalités sociales*

Les inégalités sociales peuvent s'exprimer de plusieurs manières. Dans le cas de la pauvreté de pouvoir (powerlessness), elles s'inscrivent dans les relations sociales hiérarchiques. Dans ce type de relation, les personnes qui occupent le niveau inférieur de la relation voient leur identité sociale dénigrée (TenHouten, 2016). Les pauvres, dont font partie les personnes en situation d'insécurité alimentaire, voient leur identité sociale dénigrée, car la pauvreté est le symbole de l'incapacité de se conformer aux normes sociales liées au succès économique, ce qui entraîne l'attribution d'un statut social disqualifié. Un statut social disqualifié est une forme de discrédit qui affecte ceux et celles qui ne participent pas pleinement à la vie sociale (Paugam, 1994; Debordeaux, 1994). L'attribution de statuts sociaux disqualifiés témoigne de l'existence de marqueurs de distinctions symboliques qui régissent les relations sociales inégalitaires. Dans ces relations, les personnes qui occupent le bas du palier peuvent être victimes d'un traitement inégal, de discrimination, de dénigrement et de divers mauvais traitements (TenHouten, 2016).

Les marqueurs de distinctions symboliques font en sorte que ceux et celles qui ont accès au pouvoir social sont privilégiés dans l'accès au logement, au confort et aux autres éléments rendant la vie plus agréable (Bourdieu, 1979; TenHouten, 2016). Par conséquent, ne pas avoir accès au pouvoir social entraîne une iniquité conduisant ceux qui en sont dépourvus à expérimenter la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Leurs désirs et leurs aspirations leur apparaissent alors comme irréalistes et sans importance (TenHouten, 2016). Pour les personnes confrontées à la pauvreté et à l'insécurité alimentaire, la pauvreté de pouvoir (powerlessness) causée par les inégalités sociales fait en sorte qu'il leur paraît pratiquement impossible de changer leur situation. Elles ont l'impression qu'elles vivront pauvrement et qu'elles devront composer avec l'insécurité alimentaire pour le reste de leur vie (Paugam, 1994; Sabourin, Hurtubise et Lacourse, 2000; Sabourin et Brochu, 2010).

### *L'invisibilité sociale*

L'invisibilité sociale est un type de relation sociale prenant place dans les sociétés hiérarchiques et influençant la manière de considérer les personnes qui occupent le palier inférieur de la relation. Ces dernières peuvent être complètement ignorées par ceux qui occupent les échelons les plus élevés de la relation et en ce sens devenir invisibles. Il s'agit d'un rapport de domination dans lequel la souffrance des dominés est ignorée par les dominants. L'invisibilité sociale peut aussi être une stratégie employée par ceux qui occupent les échelons inférieurs de la relation pour se protéger. En effet, l'invisibilité sociale peut constituer une forme de quiétude, mais cette quiétude peut aussi être associée à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), car ceux qui vivent cette invisibilité ont l'impression d'être impuissants et victimes de discrimination (TenHouten, 2016).

Pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire, être invisibles socialement représente une manière de se protéger d'un étiquetage pouvant éventuellement les stigmatiser. Toutefois, ce mécanisme de défense constitue un obstacle à la participation sociale et influence le choix des stratégies d'adaptation. En effet, certaines personnes préfèrent des stratégies leur permettant de rester anonymes en évitant d'entrer en contact avec des gens qu'elles connaissent. Par exemple, une personne peut décider de recourir à une organisation d'aide alimentaire loin de chez elle parce qu'une voisine est bénévole dans

une organisation à proximité de son domicile (Côté, 2007; Sabourin, Hurtubise et Lacourse, 2000; Sabourin et Brochu, 2010).

### **3. Les stratégies d'adaptation**

Les personnes confrontées à l'insécurité alimentaire recourent à une multitude de pratiques pour faire face à cette situation. Elles sont regroupées sous le concept de stratégies d'adaptation. Les études portant sur les stratégies d'adaptation s'inscrivent souvent dans le cadre d'enquêtes de santé publique (Corbeau et Poulain, 2008). Elles y sont présentées comme étant des actions orientées en fonction de l'environnement dans lequel évoluent les agents. La notion d'environnement comprend une dimension physique, économique, socioculturelle et politique. La dimension physique réfère à l'accessibilité physique aux aliments, la dimension économique à leur coût, la dimension socioculturelle au cadre normatif et la dimension politique aux politiques publiques visant à lutter contre la pauvreté ou d'aménagement du territoire (Dupéré, 2014). Peu d'études prennent en considération l'ensemble de ces facteurs, elles se contentent de les décrire comme le résultat d'une délibération coût-avantage visant à faire face au manque de nourriture mais en excluant l'aliénation de l'analyse (Corbeau et Poulain, 2008). La primauté accordée aux aspects économiques fait en sorte que les stratégies d'adaptation sont classifiées en cinq catégories principales : les stratégies d'achats, les demandes d'aide, les stratégies basées sur le capital humain, les techniques monétaires et la criminalité (Mammen, Bauer et Richards, 2009; Dupéré, 2014).

#### **3.1 Les stratégies d'achats**

Les stratégies d'achats peuvent prendre la forme de l'utilisation de bons de réductions, d'achat en grande quantité, du choix des marques le moins cher et de l'achat d'aliments en rabais. Elles ne sont pas utilisées exclusivement par les personnes en situation d'insécurité alimentaire, mais elles le sont davantage par ces dernières, pour qui devoir acheter les aliments les moins chers est une nécessité plus qu'un choix (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002; Mammen, Bauer et Richards, 2009). Pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire, le recours aux stratégies d'achats permet de se procurer une plus grande

quantité d'aliments. Ces stratégies permettent d'avoir accès aux aliments désirés lorsque ceux-ci sont en rabais. Toutefois, elles ne permettent pas d'avoir une diète satisfaisante sur une base régulière, car les prix fluctuent en fonction des saisons et des promotions (Pilon, 2000; Dachner, Ricciuto, Kirkpatrick et Tarasuk, 2010). Les stratégies d'achats semblent permettre de réaliser des compromis pour équilibrer le budget, mais elles risquent d'accroître l'aliénation.

### **3.2 Les demandes d'aide**

En plus des stratégies d'achats, les personnes en situation d'insécurité peuvent demander de l'aide pour diminuer la préoccupation de l'accès à la nourriture. Tout comme les stratégies d'achats, les demandes d'aide peuvent être faites autant par les ménages en situation de sécurité alimentaire disposant d'un faible revenu que par les ménages en situation d'insécurité alimentaire. Les ménages en situation de sécurité alimentaire demandent de l'aide uniquement auprès des proches alors que ceux en situation d'insécurité alimentaire sollicitent leurs proches mais aussi les organisations d'aide alimentaire (Mammen, Bauer et Richards, 2009). Les proches auxquels il est possible de demander de l'aide sont les membres de la famille, les amis et les voisins. La famille peut offrir une aide instrumentale sous forme d'articles d'épicerie, de repas pour les enfants ou en payant le loyer, en remboursant des dettes, etc. Elle procure aussi des informations sur les ressources disponibles et sur la manière de tenir un budget. Lorsque l'appui familial n'est pas disponible, les demandes d'aide se font auprès des amis qui peuvent fournir de la nourriture et des informations.

Les ménages en situation d'insécurité alimentaire considèrent plus normal de demander de l'aide aux membres de leurs familles, à leurs amis et aux organisations d'aide alimentaire qu'à leurs voisins (Ahluwalia, Dodds et Baligh, 1998; Mammen, Bauer et Richards, 2009). L'aide des voisins est sollicitée uniquement lorsqu'il n'y a aucun autre choix possible, il s'agit d'une aide de dernier recours. Les personnes en situation d'insécurité alimentaire ne veulent pas dépendre de leurs voisins et préfèrent qu'ils ne soient pas au courant de leur situation. Ce sentiment fait en sorte que les personnes en situation d'insécurité alimentaire se sentent isolées de leurs voisins (Ahluwalia, Dodds et Baligh, 1998).

Les personnes qui ont recours à l'aide alimentaire décrivent souvent leur expérience comme quelque chose d'anormal entraînant un sentiment de honte. Ce sentiment est mobilisé pour expliquer le fait que certaines personnes attendent que la faim soit devenue insupportable avant de demander de l'aide (Sabourin, Hurtubise et Lacourse, 2000; Sabourin et Brochu, 2010; Côté, 2007). Toutefois, il semble que le recours à l'aide alimentaire soit devenu plus accepté par les personnes en situation d'insécurité alimentaire, ce qui témoigne d'une transformation de la représentation des organisations d'aide alimentaire. Celles-ci sont de plus en plus considérées comme un service à la collectivité plutôt que comme une source de discrédit. Ce phénomène s'expliquerait par l'incorporation de l'aide alimentaire au système de protections sociales, rendant cette stratégie acceptable aux yeux de ceux qui y ont recours (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002).

### **3.3 Les stratégies basées sur le capital humain**

Les stratégies d'adaptation misant sur le capital humain reposent sur les connaissances des individus afin d'accroître la quantité d'aliments disponibles par l'autoproduction ou d'en minimiser la consommation (Mammen, Bauer et Richards, 2009). Les stratégies d'autoproduction reposent sur des savoirs traditionnels, comme savoir cuisiner, cultiver un jardin, élever des animaux, chasser, pêcher, savoir apprêter (abattre, vider, dépecer, découper, etc.) et conserver les aliments en les mettant en conserves, en les salant, en les fumant, etc. La maîtrise de ces techniques permet de diminuer la dépendance envers l'économie de marché. En plus d'augmenter la quantité d'aliments disponibles, les stratégies d'autoproduction permettent de rendre l'alimentation plus variée et par conséquent plus agréable. Toutefois, les savoirs traditionnels tendent à disparaître, car leur transmission se fait généralement de mère en fille et de père en fils, et est fortement marquée par la division sexuelle du travail dont l'importance a diminué avec la généralisation du travail salarié, ce qui fait en sorte que ce sont les gens d'âge mûr ou ceux ayant grandi sur une ferme qui sont plus susceptibles de maîtriser les techniques d'autoproduction (Côté, 2007). Les individus appartenant aux générations plus jeunes maîtrisent moins bien les techniques d'autoproduction et dans certains cas ne savent pas cuisiner (Pilon, 2000).



Les stratégies d'adaptation visant à diminuer la consommation prennent la forme d'une diminution des portions ou encore d'une diminution des prises alimentaires (Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002; Côté, 2007). Ces stratégies peuvent avoir pour conséquence que l'ensemble des membres d'une famille ne mange pas la même chose. Plusieurs études témoignent que les mères ont tendance à se priver de nourriture afin de nourrir les autres membres de la famille en priorisant les enfants puis les hommes adultes (Pilon, 2000; Hamelin, Beaudry et Habicht, 2002; Côté, 2007; Mammen, Bauer et Richards, 2009; Gurstein et Vilches, 2010). Contrairement aux stratégies reposant sur les savoirs traditionnels, les stratégies visant la diminution de la consommation n'impliquent pas nécessairement le développement d'habiletés particulières. Elles peuvent reposer sur des techniques destinées à d'autres fins, par exemple, elles peuvent s'appuyer sur les techniques de perte de poids afin de diminuer la faim ou de réfréner l'appétit (Mammen, Bauer et Richards, 2009).

### **3.4 Les techniques monétaires**

Les techniques monétaires, aussi appelées stratégies monétaires, consistent à utiliser le crédit pour accroître le pouvoir d'achat, à reporter les paiements de certaines factures, à faire des chèques sans provision, à vendre des biens personnels, etc. Ces manières d'accroître ses ressources monétaires n'impliquent pas nécessairement la capacité de rembourser les dettes ainsi contractées (Mammen, Bauer et Richards, 2009; Guerstein et Vilches, 2010; Dupéré, 2014). Ce faisant, les individus entrent dans une situation d'endettement incontrôlée qu'ils décrivent comme un processus de perte de contrôle économique et symbolique. Cette perte de contrôle est une expérience aliénante qui vient se superposer à l'aliénation de l'insécurité alimentaire (Duhaime, 2003).

### **3.5 La criminalité**

Le recours à certaines stratégies d'adaptation peut varier en fonction de l'âge des personnes en situation d'insécurité alimentaire. Par exemple, le recours à l'aide alimentaire semble moins utilisé par les jeunes que par les autres groupes d'âge. Cette situation s'explique par le fait que les jeunes ont tendance à trouver d'autres moyens pour faire face à l'insécurité

alimentaire, par exemple, en habitant à plusieurs dans un logement et en partageant le coût du loyer, de la nourriture, ou encore en commettant des actes criminels comme la vente de drogue. Pour certains d'entre eux, la criminalité représente une manière de subvenir à leurs besoins en dégagant un revenu et s'ils se font condamner et incarcérer, ils seront logés et nourris (Sabourin, Hurtubise et Lacourse, 2000). Les actes criminels utilisés pour faire face à l'insécurité alimentaire peuvent prendre d'autres formes, comme celle de vols mineurs dans les épiceries ou les jardins (Dupéré, 2014).

Les stratégies d'achats, les demandes d'aide, les stratégies basées sur le capital humain, les techniques monétaires et la criminalité représentent cinq catégories permettant de différencier les manifestations individuelles que peuvent prendre les stratégies d'adaptation. Cette catégorisation les décrit comme des actions économiques utilisées pour faire face au manque de nourriture. Toutefois, elle ne permet pas de rendre compte intégralement de ce que vivent les personnes qui y ont recours, car elle fait abstraction de la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Ce faisant, l'expérience de l'insécurité alimentaire y est décrite de manière partielle.

Par ailleurs, cette catégorisation ne permet pas de concevoir les stratégies d'adaptation comme des objets sociologiques au sens où le conçoit la sociologie durkheimienne. Pour Durkheim, « *Est fait social toute manière de faire, fixer ou non, susceptible d'exercer sur l'individu une contrainte extérieure; ou bien encore, qui est général dans l'étendue d'une société donnée tout en ayant une existence propre, indépendante de ses manifestations individuelles* » (Durkheim, [1895], 2010, p. 113). Pour que les stratégies d'adaptation puissent être considérées comme des objets sociaux, elles doivent être envisagées non seulement comme une réaction à l'insécurité alimentaire, mais aussi comme un ensemble d'actions régies par des règles découlant de structures sur lesquelles les individus n'ont aucun contrôle. Ainsi, pour considérer les stratégies d'adaptation comme des objets sociologiques, il est nécessaire de les étudier à l'aide d'une théorie sociologique permettant de rendre compte de ces règles. Pour ce faire, les stratégies d'adaptation seront étudiées à l'aide de la théorie de la pratique qui sera présentée dans le second chapitre.

## Chapitre 2 : Cadre théorique

La théorie de la pratique est une théorie sociologique à laquelle les sociologues de langue française se sont peu intéressés. Dans la sociologie anglo-saxonne, cette théorie est considérée comme un outil précieux pour étudier la consommation, car elle permet d'analyser les comportements de consommation en fonction à la fois de leur efficacité économique et de leur caractère normatif (Dubuisson-Quellier et Plessz, 2013). En raison de son large potentiel explicatif, cette théorie semble appropriée pour étudier sociologiquement les stratégies d'adaptation utilisées par les personnes en situation d'insécurité alimentaire.

La pratique est un objet social complexe pouvant référer à plusieurs ordres normatifs simultanément. Cette particularité impose au chercheur d'étudier la normativité à partir des postulats propres à la théorie de la pratique et de s'inscrire dans une démarche comparative appelée l'enquête normative. Toutefois, la théorie de la pratique ne permet pas de rendre compte de la validité normative, c'est-à-dire la manière dont la normativité est en mesure d'orienter les actions humaines par son caractère coercitif et motivationnel. Afin de rendre compte des déterminants sociaux de la validité normative, la théorie de la pratique a été combinée à la théorie wébérienne de la validité des ordres légitimes.

Pour dresser le cadre conceptuel permettant d'étudier les stratégies d'adaptation à l'aide de la théorie de la pratique, il faut tenir compte de plusieurs notions. Ce chapitre décrit d'abord la pratique, qui est un concept complexe comportant trois éléments et pouvant prendre deux formes. Ses éléments constitutifs sont le sens, les règles explicites et la structure téléoaffective. Ses deux formes sont les pratiques dispersées et les pratiques intégratives. Puis, ce chapitre présente la manière d'étudier la normativité à l'aide de cette théorie. Ensuite, la théorie wébérienne y est exposée pour rendre compte des différentes formes de validité normative qui peuvent être associées aux stratégies d'adaptation. Enfin, ces différentes notions permettront de déterminer les objectifs de la recherche.

## 1. La pratique

La théorie de la pratique, fondée par Schatzki et Reckwitz, est une approche sociologique issue des courants culturalistes qui cherchent à expliquer le social à partir des structures symboliques qu'il comporte (Dubuisson-Quellier et Plessz, 2013). La particularité de la théorie de la pratique consiste en son objet d'étude : la pratique. Pour Reckwitz, « Une « pratique » est un type de comportement routinisé qui consiste en plusieurs éléments interconnectés entre eux : des formes d'activités corporelles, des formes d'activités mentales, des « choses » et leur usage, des connaissances de base constituées de compréhension, savoir-faire, états émotionnels et motivations » (Reckwitz, 2002, p. 249, cité dans Dubuisson-Quellier et Plessz, 2013). Cette définition insiste sur les dimensions cognitives, normatives et matérielles de la pratique, ce qui permet de souligner son caractère multidimensionnel. Les pratiques peuvent se présenter comme des activités corporelles, mentales, matérielles, cognitives, discursives, processuelles et agentielles (Dubuisson-Quellier et Plessz, 2013). Schatzki a une conception similaire de la pratique, mais il préfère la décrire comme un nexus organisé d'actions corporelles et discursives constituant une manifestation socialement organisée de l'action humaine (Schatzki, 1996).

Pour Reckwitz, tout comme pour Schatzki, la pratique est régie par des structures symboliques qui influencent le comportement de l'agent sans que celui-ci ne s'en aperçoive. Ainsi, ce n'est pas l'agent qui est au cœur de l'analyse, mais plutôt la pratique elle-même. Dans cette théorie, l'agent est envisagé comme le porteur de la pratique. Cette conception de l'agent est une manière de se dissocier des conceptions classiques en sciences sociales qui décrivent l'agent comme un *homoéconomicus* ou un *homosociologicus*. Penser l'agent comme le porteur de la pratique permet de le décrire à la fois comme un être rationnel et comme un être évoluant dans un contexte normatif. L'agent doit être rationnel pour mettre en œuvre la pratique, mais les pratiques possèdent une dimension normative que l'agent doit respecter s'il veut la réaliser. En ce sens, le porteur de la pratique est un être qui agit à la fois rationnellement et normativement (Reckwitz, 2002).

Considérer les stratégies d'adaptation comme des pratiques implique qu'elles constituent un nexus organisé d'actions orientées autour d'un même objectif, en l'occurrence celui de faire

face à l'insécurité alimentaire. De plus, en abordant les stratégies d'adaptation comme une pratique, il est possible de rendre compte des structures symboliques qui régissent cette pratique. En ce sens, les stratégies d'adaptation peuvent être considérées comme des objets sociologiques, car elles représentent une manifestation empiriquement observable de ces structures symboliques.

### **1.1 Les trois dimensions de la pratique**

Le concept de pratique est une construction théorique multidimensionnelle à partir de laquelle il est possible d'expliquer les actions humaines. Selon Schatzki, ce pouvoir d'interprétation vient du caractère social de la pratique qui lui est conféré par les trois dimensions qui la composent, soit la capacité de tenir compte du contexte social, les règles explicites qui rendent possible la pratique et les structures téléoaffectives (Schatzki, 1996).

La première dimension réfère au sens de l'action qui peut différer en fonction du contexte social. Une même action prise dans un contexte différent peut correspondre à une pratique différente, par exemple, la question « Comment allez-vous? » peut signifier un intérêt réel pour l'interlocuteur ou simplement représenter une formule de politesse. Le sens est ce qui permet de distinguer l'intention du locuteur, c'est-à-dire le contexte dans lequel l'action est posée, et ainsi de formuler une réponse appropriée (Schatzki, 1996; Dubuisson-Quellier et Plessz, 2013). Dans *The site of social*, Schatzki distingue deux formes de sens : le sens pratique et le sens général. Le sens pratique correspond à la capacité de se référer à l'action, c'est-à-dire de savoir comment la performer, d'être en mesure de la reconnaître et de savoir comment répondre à cette pratique. Le sens général permet aux agents d'organiser leur pratique autour de l'idée qu'ils ont d'eux-mêmes. Le sens général sort du cadre de la pratique tout en l'orientant. Il peut influencer plusieurs pratiques et ainsi organiser différents aspects de la vie sociale (Schatzki, 2002).

La deuxième dimension concerne le fait que les pratiques sont soumises à des règles explicites, c'est-à-dire qu'elles font l'objet de prescriptions, d'instructions ou d'exigences sur les façons de faire (Schatzki, 1996; Dubuisson-Quellier et Plessz, 2013). L'ensemble des porteurs de la pratique doivent se soumettre à ces règles, sans quoi la pratique ne peut exister. Ces règles ne doivent pas être confondues avec les normes. Il est possible de

transgresser une norme sans que l'existence de la pratique soit compromise, alors que le respect des règles apparaît comme une condition de possibilité de la pratique (Schatzki, 2002).

La troisième dimension de la pratique est celle que Schatzki nomme les structures téléoaffectives. « A “teleoaffective” structure is a range of normalized and hierarchically ordered ends, projects, and tasks, to varying degrees allied with normativized and emotions and even moods » (Schatzki, 1996, p. 80). Les structures téléoaffectives sont des prescriptions normatives qui déterminent les comportements socialement acceptables dans le déroulement d'une pratique. Elles organisent hiérarchiquement les différentes actions et finalités de la pratique en accordant une importance plus grande à celles ayant une grande acceptabilité sociale (Schatzki, 2002 ; Dubuisson-Quellier, Plessz, 2013). Les structures téléoaffectives ne sont pas des propriétés des individus, mais des propriétés inhérentes à la pratique, car les normes sont valables uniquement dans l'exercice de la pratique. Bien que ces structures influencent le déroulement de la pratique, ce ne sont pas elles qui la gouvernent, l'agent est le seul à pouvoir gouverner la pratique, car il est le détenteur des connaissances nécessaires à sa réalisation dont font partie les prescriptions normatives. Le rôle de la normativité découlant des structures téléoaffectives est plutôt de donner une signification à la manière de réaliser une pratique (Schatzki, 2002).

## **1.2 Les pratiques dispersées et les pratiques intégratives**

Les pratiques couvrent un large spectre de la vie sociale. Afin d'en faciliter l'analyse, Schatzki (1996) les répartit en deux catégories : les pratiques dispersées et les pratiques intégratives. La différence entre ces deux types de pratiques ne repose pas sur leur contenu, car elles sont toutes deux constituées des trois dimensions formant la pratique, mais plutôt sur leur étendue, c'est-à-dire sur leur capacité à influencer différents aspects de la vie sociale. Les pratiques dispersées sont moins étendues que les pratiques intégratives. Elles peuvent prendre la forme d'actions comme décrire, ordonner, suivre des règles, expliquer, questionner, rapporter, examiner et imaginer. La réalisation de ces pratiques implique presque exclusivement des éléments propres à celles-ci sans qu'ils ne soient nécessairement liés à d'autres aspects de la vie sociale. La faible étendue des pratiques dispersées fait en

sorte qu'elles peuvent être orientées principalement par le sens et par les règles explicites. L'impact de la structure téléoaffective sur le déroulement de ces pratiques est minime et dans certains cas, pratiquement inexistant (Schatzki, 1996).

Les pratiques intégratives ont une étendue plus grande que les pratiques dispersées, car elles peuvent englober plusieurs aspects de la vie sociale. Par exemple, ces pratiques peuvent prendre la forme de la pratique de l'agriculture, des affaires, de voter, de l'enseignement, de cuisiner, d'activités récréatives, etc. Les pratiques intégratives ne constituent pas un assemblage de plusieurs pratiques dispersées, mais bien de pratiques à part entière. Toutefois, il est possible que des pratiques dispersées soient incluses dans une pratique intégrative. Cela s'explique par le fait que la structure téléoaffective influence peu le déroulement des pratiques dispersées, mais fortement les pratiques intégratives. Ainsi, il est possible que la structure téléoaffective d'une pratique intégrative modifie une pratique dispersée de manière à la rendre conforme à une prescription normative. Dans la théorie de la pratique, la normativité réfère à l'ensemble des comportements jugés comme bien, mal ou acceptables au sein d'un ordre normatif donné. Ainsi, la structure téléoaffective d'une pratique intégrative peut transformer une pratique dispersée afin de la rendre acceptable dans un contexte donné. En raison de leur caractère normatif, les pratiques intégratives sont en mesure d'influencer le déroulement de différentes pratiques dispersées se trouvant dans des sphères distinctes de la vie sociale (Schatzki, 1996).

## **2. L'étude de la normativité par les pratiques**

Les pratiques intégratives comportent toutes un caractère normatif susceptible d'influencer les pratiques dispersées. La distinction entre pratiques dispersées et intégratives prend toute sa pertinence dans l'étude de la normativité à partir de la pratique, car elle permet de tenir compte d'une multitude de règles normatives. Le fait que différents ordres normatifs soient pris en considération lors de l'analyse peut la complexifier, mais cela permet également de décrire une réalité de manière plus précise.

## **2.1 Les postulats de l'étude de la normativité**

Étudier la normativité à l'aide de la théorie de la pratique repose sur trois postulats. Premièrement, la normativité imprègne toute forme et toute dimension de la vie humaine, car elle est le reflet des standards que les agents sociaux s'imposent à eux-mêmes ou au groupe auquel ils appartiennent. Ainsi, la normativité ne peut pas se résumer uniquement à des conditions sociales déterminées, elle est plutôt une manière pour les agents de rendre compte de leur conduite, c'est-à-dire de donner des raisons pour expliquer leurs actions. Par conséquent, l'action orientée normativement ne peut pas être confinée aux limites de systèmes sociaux fonctionnellement spécialisés (Frega, 2015).

Deuxièmement, une étude de la normativité doit être fondée sur les pratiques normatives plutôt que sur les normes, car en s'investissant dans la pratique, les agents participent à la construction, la révision, la défense et l'articulation d'un ordre normatif donné. Le concept d'ordre normatif réfère aux objets sociaux d'ordre symbolique comme les croyances, les valeurs et les principes, mais aussi aux arrangements institutionnels et aux habitudes étant en mesure d'orienter et d'organiser les actions humaines dans des sphères déterminées de la vie sociale. En ce sens, un ordre normatif n'est pas une structure qui régit la totalité d'une société, mais plutôt un horizon de pertinence qu'il faut reconstruire chaque fois qu'une pratique est mobilisée. Les pratiques constituent ainsi une manière d'interagir avec les ordres normatifs qui régissent la vie sociale dans le but de les justifier, de les ajuster, de les destituer ou d'en instituer de nouveaux. Ce postulat implique que les ordres normatifs sont des structures sociales en perpétuel changement. Cette conception des ordres normatifs fait en sorte que l'étude de la normativité par la pratique doit être en mesure de tenir compte des changements sociaux découlant de la transformation des pratiques (Frega, 2015).

Troisièmement, la pratique normative est dotée d'un contenu cognitif qui rend possible la critique et la justification des ordres normatifs établis et d'en élaborer de nouveaux. Le contenu cognitif confère aux pratiques normatives une visée d'objectivité, car pour qu'une pratique normative soit considérée comme objective, les agents doivent être en mesure d'en rendre compte, c'est-à-dire d'expliquer les motivations de leur action. L'explication rationnelle permet de convaincre les autres acteurs sociaux que la pratique normative est désirable et remplit ainsi les conditions nécessaires pour qu'une pratique soit valide. En



résumé, les trois postulats sur lesquels repose la théorie de la normativité fondée sur les pratiques normatives permettent de tenir compte des conditions empiriques de production de la normativité faisant ainsi de la pratique le fondement de l'agir normatif (Frega, 2015).

## **2.2 L'enquête normative**

L'étude de la normativité à partir de la pratique se nomme « enquête normative ». Il s'agit d'une approche comparative qui vise à rendre compte du caractère normatif d'une pratique et à résoudre un conflit normatif. Un conflit normatif prend forme lorsque des agents s'investissent dans une même pratique dispersée, mais que leurs actions sont orientées en fonction d'une pratique intégrative différente. Les conflits normatifs représentent donc une opposition entre deux formes de normativité ou deux ordres normatifs régissant une même pratique. Ce faisant, ils apparaissent comme une manière de remettre en question les ordres normatifs dominants (Frega, 2015).

Afin de rendre compte des conflits normatifs, l'enquête normative se déroule en deux temps. Dans un premier temps, il est nécessaire de repérer et de décrire les pratiques intégratives qui assurent le maintien des ordres normatifs qui les caractérisent. Dans un second temps, il faut repérer et décrire les pratiques dispersées qui sont comprises dans la pratique intégrative et qui peuvent être orientées en fonction d'une autre pratique intégrative. Ainsi, il est possible d'identifier les pratiques autour desquelles les conflits normatifs peuvent prendre forme (Frega, 2015).

L'identification et la description des pratiques permettent de décrire un conflit normatif, mais ne permettent pas de le résoudre. Les conflits ne doivent pas être envisagés comme des rapports de force, mais plutôt comme des échanges dans lesquels les agents exposent les motifs de leurs actions et expliquent les raisons qui les conduisent à considérer leur pratique comme légitime. Ainsi, l'étude des pratiques normatives consiste en une approche comparative dont l'objectif est de rendre explicites les enjeux de chaque position normative (Frega, 2015).

Dans un conflit normatif, tous les agents considèrent que les raisons qui soutiennent leur position sont légitimes. Par conséquent, les conditions épistémiques de la légitimité des

positions normatives découlent de la subjectivité des agents. Ce caractère subjectif de la légitimité implique que la rationalité des positions normatives ne peut pas être utilisée comme critère pour résoudre un conflit normatif, mais qu'il est nécessaire d'en évaluer la légitimité en fonction de critères objectifs découlant du contexte dans lequel se déroule la pratique. Ainsi, la position normative la plus légitime est celle qui est la plus appropriée en fonction du contexte (Frega, 2015).

Le contexte permet de déterminer quelle est la position normative la plus légitime dans une situation donnée. Toutefois, le fait que l'enquêteur considère qu'une position soit plus légitime qu'une autre ne garantit pas que les agents agiront conformément à cette position. Pour qu'un agent agisse conformément à une position normative, celle-ci doit être valide.

### **3. La validité normative**

La notion de validité n'est pas fréquemment rencontrée dans les recherches en sciences sociales, elle est généralement associée à un questionnement philosophique dans lequel des penseurs cherchent à expliquer les raisons poussant des agents à agir moralement. Dans ces recherches, les règles morales sont considérées comme des règles normatives que les agents sont libres de respecter ou non. En reconnaissant que les agents disposent de liberté, cela implique que les normes ne peuvent constituer à elles seules un principe d'explication pouvant rendre compte des comportements humains.

Habermas (1992) présente quatre arguments en faveur de la liberté des agents vis-à-vis des normes sociales. Premièrement, les normes sociales peuvent être formulées sous la forme de règles ou d'interdits, mais ces formulations constituent des énoncés tautologiques dont la seule explication se résume à réaffirmer l'interdiction. Par exemple, la phrase « Ne joue pas avec ta nourriture. » représente une interdiction assujettie à une convention sociale, mais rien dans cet énoncé ne permet d'expliquer pourquoi ce comportement est proscrit. La seule justification pouvant être donnée à cette interdiction est qu'il s'agit d'un comportement qui contrevient à une norme sociale, ce qui revient à affirmer que c'est interdit parce que c'est interdit. Deuxièmement, la portée d'un jugement normatif peut varier en fonction du contexte dans lequel se déroule l'action. Ainsi, un enfant n'a pas le droit de jouer avec la

nourriture lors des repas, mais ce comportement peut être accepté à la garderie lorsqu'il bricole avec des pâtes alimentaires. Troisièmement, les énoncés normatifs représentent des devoir-être, c'est-à-dire des descriptions d'un comportement idéal qui n'est pas nécessairement atteignable dans la réalité. Quatrièmement, le fait qu'un comportement soit considéré par la majorité des gens comme étant un idéal à atteindre ne signifie pas que tous les agents pensent ainsi. Par conséquent, le respect d'une norme ne peut être justifié par la valeur intrinsèque de cette dernière. Par exemple, pour l'enfant jouant avec sa nourriture, l'interdit ne représente pas un idéal à atteindre, mais une contrainte diminuant son plaisir. Dans ce cas, il ne croira pas que cette règle est bonne (Habermas, 1992 ; Piras, 2004).

Par ailleurs, l'objectif des théories visant à rendre compte de la validité normative n'est pas d'exposer le contenu des normes sociales, mais plutôt de dégager les raisons qui poussent les agents à les respecter. Ainsi, la validité des propositions normatives réfère à la capacité d'orienter les actions humaines, en les envisageant à la fois sous l'angle de l'efficacité, c'est-à-dire la capacité d'agir comme une force contraignante opposée à la volonté de l'agent, et sous l'angle motivationnel, c'est-à-dire la volonté des agents à vouloir se conformer aux comportements idéaux proposés par les positions normatives (Piras, 2004).

Pour étudier de la validité normative, il faut s'éloigner de la théorie de la pratique et se rapprocher d'une théorie qui place l'agent au centre de l'analyse, car la validité normative découle de la subjectivité de l'agent. Dans *Économie et société*, Weber a développé un cadre conceptuel permettant de rendre compte de la validité des ordres sociaux qui peuvent être envisagés comme une forme plus large des ordres normatifs (Piras, 2004). Weber y définit les ordres sociaux comme des relations sociales régulières dans lesquelles les agents orientent leurs actions en fonction d'un contenu significatif commun. Ce contenu significatif permet de guider l'action en exprimant des règles de conduite rationalisables s'exprimant sous forme de maximes. Toutefois, toute action orientée en fonction d'une maxime ne constitue pas nécessairement un ordre social, elle peut aussi prendre la forme d'un usage (Weber, [1921], 1995). L'usage est une forme de régularité sociale qui comprend la conduite par intérêt et la coutume. La conduite par intérêt est orientée par des règles instrumentales dont la violation conduit à l'échec de l'entreprise, alors que la coutume comprend un ensemble de règles acquises de longue date et suivies de manière

inconsciente, mais sans qu'une entité extérieure n'impose de sanction si elles ne sont pas respectées. Ces formes de régularités sociales ne constituent pas des ordres sociaux, car elles ne comportent pas d'élément susceptible d'assurer leur stabilité, c'est-à-dire d'en assurer la validité (Piras, 2004).

Pour Weber, la validité réfère aux chances qu'une action se déroule conformément au comportement attendu. Les actions orientées par des ordres sociaux sont plus prévisibles que celles orientées par des régularités sociales pour deux raisons : premièrement, parce que le contenu significatif des ordres est exprimé sous forme de maximes; deuxièmement, parce que les motivations poussant les agents à respecter une maxime peuvent être communes à un grand nombre d'agents augmentant ainsi les chances qu'une action soit conforme au comportement attendu. Weber ne croit pas que tous les individus respectent une maxime pour les mêmes raisons, mais il affirme qu'au-delà des motivations individuelles, il y a certaines raisons que tous admettent comme étant exemplaires ou obligatoires. L'exemplarité et l'obligation accordent aux maximes un statut particulier poussant les agents à croire qu'elles sont plus légitimes que les autres. Ainsi, la présence ou l'absence de légitimité permet de distinguer les régularités sociales des ordres sociaux (Weber, [1921], 1995).

La légitimité des ordres repose sur la croyance qui peut être de différentes natures. En effet, un même ordre social peut être valide pour une pluralité d'agents sans que ceux-ci le considèrent comme légitime pour les mêmes raisons. Afin de rendre compte de l'ensemble des sources de légitimité, Weber élabore une typologie des fondements de la validité des ordres sociaux qui comprend la tradition, la croyance rationnelle en valeur, la croyance affective et la légalité. La validité en fonction de la tradition est la forme la plus ancienne et la plus primitive de la légitimité. Elle est généralement associée au sacré et les agents croient qu'en transgresser les commandements les expose à des préjudices magiques. La validité traditionnelle permet de légitimer de nouvelles règles en les présentant non pas comme des créations nouvelles, mais plutôt comme des préceptes valides depuis toujours. En ce sens, ces règles sont valides parce qu'elles l'ont toujours été (Weber, [1921], 1995).

La validité en fonction de la croyance rationnelle en valeur représente une adéquation entre l'idéal proposé par l'ordre et l'idéal poursuivi par l'agent. Lorsque les propositions

permettant d'atteindre cet idéal sont formulées rationnellement, l'agent se doit de les considérer comme légitimes (Weber, [1921], 1995). Toutefois, la validité en fonction de la croyance rationnelle en valeur est légitime seulement si les règles sont conformes à la croyance, et ce, indépendamment des conséquences pouvant découler du respect des règles. Ainsi, les règles doivent être conformes à la doctrine pour être considérées comme légitimes (Weber, [1919], 1959).

La validité en fonction de la croyance affective se distingue par son caractère irrationnel. L'irrationalité ne signifie pas que les ordres sociaux ou les maximes qui en découlent sont irrationnels, mais plutôt que l'agent respecte ces maximes pour des raisons qui échappent à la rationalité. Cette forme de validité accorde une légitimité aux règles en faisant appel à l'affect de l'agent. Ainsi, pour qu'un agent considère une maxime comme légitime, son contenu n'a pas à correspondre à l'idéal de l'agent, il peut la considérer légitime parce que sa forme et la manière dont elle est exprimée suscitent une réaction affective. Dans ces cas, la légitimité de la nouvelle règle provient de son aspect prophétique, ce qui lui permet d'apparaître comme une vérité révélée (Weber, [1921], 1995). Le caractère prophétique des règles légitimées par la croyance affective implique que le charisme du prophète influence la validité de la règle. En effet, une règle peut sembler légitime parce que la personne qui l'exprime possède des qualités valorisées, conférant à ses paroles un aspect véridique (Weber, [1919], 1959).

La validité en fonction de la légalité correspond à la soumission à des règles établies de manière formelle et selon les procédures d'usage. En d'autres mots, les règles sont valides parce que les agents croient en la légitimité du processus qui en a permis l'adoption. Cette légitimité provient de l'idée que le processus décisionnel est le résultat d'une délibération rationnelle, par conséquent, la croyance en la légalité est une croyance en la rationalité. L'importance accordée au processus décisionnel fait en sorte qu'un agent s'opposant à une règle adoptée selon les procédures d'usage acceptera de s'y conformer parce qu'il croit en la légitimité du processus. Cette forme de légitimité peut conduire à une entente ou à la domination. L'entente correspond à la soumission à la volonté de la majorité, alors que la domination correspond à l'imposition de la volonté d'une minorité sur la majorité (Weber, [1921], 1995).

Différencier les différentes sources de légitimité des ordres sociaux est nécessaire afin de rendre compte de la validité normative, car dans la théorie wébérienne, les règles issues des ordres sociaux et les règles structurant l'agir normatif sont de même nature. Toutes deux reposent sur un contenu significatif orientant l'action en fonction d'un idéal déterminé par un ordre légitime. En ce sens, la légitimité des règles normatives repose elle aussi sur la validité selon la tradition, selon la croyance rationnelle en valeur, selon la croyance affective et selon la légalité (Piras, 2004).

#### **4. Les objectifs de la recherche**

Dans ce mémoire, les stratégies d'adaptation sont envisagées comme des pratiques auxquelles sont associées des structures symboliques qui influencent les actions des personnes confrontées à l'insécurité alimentaire. En adoptant ce postulat, l'objectif général est de rendre compte des logiques d'action associées au recours aux stratégies d'adaptation en tenant compte du sens, des règles explicites et de la structure téléoaffective. À l'aide de ces trois dimensions de la pratique, il est possible d'analyser les logiques d'action comme étant à la fois régies par la rationalité des agents et par des ordres normatifs.

Les étapes de l'enquête normative ont servi de base pour rendre compte du caractère normatif des stratégies d'adaptation. Dans un premier temps, en analysant les stratégies d'adaptation comme une pratique intégrative afin de dégager l'ordre normatif dominant qui structure cette pratique. Dans un second temps, en analysant les stratégies d'adaptation comme des pratiques dispersées afin de repérer les positions normatives qui peuvent différer de celles véhiculées par l'ordre normatif dominant. Dans un troisième temps, en rendant compte de la validité de chacune des prétentions normatives précédemment dégagées à l'aide de la théorie wébérienne de la validité des ordres légitimes.

Cette démarche intellectuelle s'inspire de la théorie de la pratique, ce qui permet de poser un regard différent sur l'insécurité alimentaire et les stratégies d'adaptation. Bon nombre de recherches sur l'insécurité alimentaire et sur les stratégies d'adaptation se limitent à une analyse économique du manque de nourriture. Par conséquent, étudier l'insécurité alimentaire par l'intermédiaire des pratiques permet d'éclaircir des aspects laissés de côté

par les autres approches en incluant la pauvreté de pouvoir (powerlessness) et la normativité à l'étude des stratégies d'adaptation.

## **Chapitre 3 : Méthodologie**

Pour étudier les stratégies d'adaptation utilisées par les personnes en situation d'insécurité alimentaire, une étude qualitative à visée exploratoire a été réalisée. Ce chapitre présente le cadre méthodologique de l'étude. Il sera question des difficultés méthodologiques liées à l'étude de l'insécurité alimentaire, de l'échantillonnage théorique, du choix du terrain, du recrutement, de la collecte des données et de l'analyse des données.

### **1. Les difficultés méthodologiques liées à l'étude de l'insécurité alimentaire**

Lorsqu'il est question d'étudier l'insécurité alimentaire, le choix du terrain est délicat, car cette situation découle, dans la majorité des cas, d'une situation de pauvreté (Chang, Chatterjee et Kim, 2014) difficilement définissable uniquement par des caractéristiques économiques. En effet, les pauvres ne constituent pas un groupe social homogène, ils font partie de cette catégorie sociale parce qu'ils ont été étiquetés comme pauvres, c'est-à-dire comme des individus qui ne sont pas en mesure de se conformer à un idéal de classe. Par conséquent, cette étiquette peut être accolée à des gens provenant de tous les groupes sociaux (Simmel, [1908] 1998). Ces éléments font en sorte qu'il peut être difficile de recruter des personnes en situation d'insécurité alimentaire tout en ayant un échantillon représentatif.

Dans le cadre de ce mémoire, ces difficultés ont été surmontées en recrutant des participants en fonction des stratégies qu'ils utilisent pour faire face à l'insécurité alimentaire. Parmi ces moyens, le seul qui est institutionnalisé est l'aide alimentaire offerte par les organisations d'aide alimentaire (Riches, 2002). Puisqu'il s'agit de la stratégie la plus fréquemment employée pour faire face à l'insécurité alimentaire (Michalsky, 2003), il est possible de recruter des participants par l'intermédiaire des organisations d'aide alimentaire afin de connaître les stratégies qu'ils utilisent pour y faire face. Cette manière de faire comporte toutefois une limite, car en procédant ainsi, cela exclut les personnes qui n'y ont pas recours. Malgré ces limites, la collaboration avec les organisations d'aide alimentaire a permis de faciliter le recrutement et la réalisation de la recherche.



## **2. L'échantillonnage théorique**

L'échantillonnage théorique est un mode de recrutement utilisé par les sociologues s'inscrivant dans le courant de la théorie ancrée. Ce courant cherche à développer la théorie sociologique à partir des données récoltées sur le terrain de recherche. Il se base sur la méthode de l'analyse comparative continue qui consiste à comparer les données avec des données contraires. La méthode comparative peut produire deux types de théorie : la théorie substantive et la théorie formelle. Leur différence repose sur le choix du domaine d'enquête sociologique. La théorie substantive est développée à partir d'un domaine d'enquête empirique, c'est-à-dire à partir d'un terrain de recherche observable empiriquement. Elle permet d'élaborer des concepts qui serviront à alimenter la théorie formelle qui a une portée plus générale. En effet, la théorie formelle a pour fonction d'expliquer des phénomènes sociaux à partir de données provenant de terrains de recherche qui n'ont en apparence rien en commun. Le terrain de recherche est délimité de manière formelle, c'est-à-dire qu'il est élaboré à partir de concepts sociologiques. Par exemple, une enquête portant sur le travail de nuit visant à produire une théorie formelle peut recueillir des données à la fois auprès d'infirmières et auprès de camionneurs (Glaser et Strauss, 2010).

L'échantillonnage théorique implique à la fois la collecte des données et l'analyse. L'analyse permet de choisir les matériaux qui devront être ajoutés à l'enquête pour que la théorie puisse émerger grâce à la comparaison des différents groupes sélectionnés. Par conséquent, les groupes ne doivent pas être choisis au hasard, mais plutôt en fonction de leur pertinence théorique, c'est-à-dire en fonction de leur potentiel à enrichir les concepts. Ces concepts doivent faire varier une catégorie majeure et être présents à plusieurs reprises dans les groupes étudiés. L'émergence d'un concept ne signifie pas nécessairement la fin de la collecte des données. En effet, un concept peut correspondre à la réalité d'un groupe sans nécessairement correspondre à la situation d'un autre groupe où il devrait logiquement s'appliquer. Face à cette situation, le chercheur doit poursuivre son enquête en cherchant à expliquer les différences ou en remettant en question le concept qu'il a développé. Lorsque le chercheur n'est plus en mesure d'obtenir de nouvelles données permettant d'enrichir la théorisation, il y a saturation théorique, c'est-à-dire que le chercheur n'est plus en mesure de développer davantage ses catégories et d'expliquer davantage les relations entre elles.

Lorsque la saturation est atteinte, il est temps de mettre fin au recrutement, car il est probable qu'aucun nouvel élément ne vienne s'ajouter pour enrichir la compréhension du phénomène étudié (Strauss et Corbin, 2004; Glaser et Strauss, 2010).

Recruter des participants selon la démarche de l'échantillonnage théorique signifie que l'échantillonnage évolue au cours de la recherche, car il se fait en fonction des concepts développés à partir des données recueillies. C'est pourquoi l'échantillonnage théorique n'est pas une démarche linéaire, mais plutôt un processus de va-et-vient entre le terrain et l'analyse. La première étape de la collecte des données est appelée l'échantillonnage ouvert. Durant cette étape, les participants et les sites d'observation peuvent être sélectionnés au moyen d'un échantillonnage accidentel, dans la mesure où le terrain de recherche correspond à la problématique. À cette étape, aucun concept n'est encore identifié, le chercheur doit rester ouvert à toutes les possibilités. Ce n'est qu'une fois cette étape complétée que les concepts qui structureront l'analyse seront identifiés et qu'il sera possible de passer à la seconde étape de l'échantillonnage, soit l'échantillonnage relationnel et de variance. « Lors de l'échantillonnage relationnel et de variance, le chercheur cherche des éléments qui démontrent l'étendue dimensionnelle ou la variation d'un concept et les relations parmi les concepts » (Strauss et Corbin, 2004, p. 250). Le choix des terrains de recherche s'inscrit dans une démarche inductive, car le chercheur ne peut pas être certain que les données qu'il va collecter correspondront aux concepts qu'il essaie de mettre en relation. La troisième et dernière étape de l'échantillonnage théorique est l'échantillonnage discriminant. Durant cette étape, le chercheur doit choisir des personnes, des lieux ou des documents maximisant les possibilités d'analyse comparative. À cette étape, il peut être nécessaire de rencontrer de nouveaux informateurs, mais il est aussi possible de retourner consulter les anciens pour obtenir des informations complémentaires. Cette étape ne vise pas à apporter de nouveaux éléments aux catégories, mais à atteindre la saturation. Il s'agit d'un processus de validation (Strauss et Corbin, 2004).

L'échantillonnage théorique est un mode de recrutement visant à obtenir une diversité de personnes, de sites ou d'événements, ce qui permet de maximiser la possibilité de découvrir des variations parmi les concepts et de densifier les catégories en fonction de leurs propriétés et de leurs dimensions. Les variations ont pour objectif d'apporter un point de

vue différent sur le phénomène étudié et lorsque les variations sont comparées, elles permettent d'enrichir la théorie. Contrairement aux recherches s'inscrivant dans une démarche déductive, l'échantillonnage théorique n'est pas une démarche prédéterminée, mais plutôt une démarche qui évolue au cours de la recherche. Pour qu'un concept soit approfondi à l'aide de l'échantillonnage théorique, il doit se retrouver dans plusieurs cas observés et il doit faire varier une catégorie majeure (Strauss et Corbin, 2004).

### **3. Le choix du terrain**

La collecte des données menée dans le cadre de ce mémoire s'est déroulée dans la ville de Québec qui abrite un grand nombre d'organisations d'aide alimentaire. La plus forte concentration de ces organisations se retrouve sur le territoire sociosanitaire du CLSC Basse-Ville-Limoilou-Vanier (30%) et celles-ci répondent à 57% des demandes d'aide (Guay, Lepage et Morrow, 2013). Ce territoire est aussi celui où la défavorisation matérielle et sociale est la plus élevée de la région (Duplain et Rochette, 2012). Or, il existe une corrélation entre une forte défavorisation matérielle et sociale et la prévalence de l'insécurité alimentaire (Blanchette et Rochette, 2011). Puisque l'insécurité alimentaire est plus présente sur le territoire du CLSC Basse-Ville-Limoilou-Vanier que dans les autres secteurs de la Ville de Québec, il a été choisi comme secteur de recrutement. Les organisations d'aide alimentaire qui ont été contactées devaient se trouver sur ce territoire, afin d'augmenter le bassin de participants potentiels tout en évitant que les résultats soient biaisés par des éléments attribuables au quartier dans lequel sont situées les différentes organisations participantes. Le choix de ce secteur a permis au chercheur de composer un échantillon en respectant les étapes de l'échantillonnage théorique.

### **4. Le recrutement**

#### **4.1 Le recrutement des organisations d'aide alimentaire**

La méthode retenue pour rencontrer des personnes ayant recours à l'aide alimentaire a été de procéder par l'intermédiaire des organisations qu'elles utilisent. La première phase du recrutement correspond à l'échantillonnage ouvert. Dans cette phase, les organisations

d'aide alimentaire ont été sélectionnées par échantillonnage accidentel. Les seuls critères de sélection étaient que les organisations devaient offrir un service d'aide alimentaire de type traditionnel ou de type alternatif et être situées sur le territoire sociosanitaire du CLSC Basse-Ville-Limoilou-Vanier. L'aide alimentaire de type traditionnelle se caractérise par le don ou la vente à prix modique d'aliments. Les dons peuvent aussi prendre la forme de bons alimentaires ou d'une aide monétaire (Guay, Lepage et Morrow, 2013). L'aide alimentaire de type alternatif est un mode d'intervention qui cherche à augmenter le pouvoir d'agir (*empowerment*) des personnes en situation d'insécurité alimentaire. Il s'agit d'une démarche d'intervention qui s'engage dans des actions de réorganisation des communautés afin de les modifier structurellement et de revitaliser le tissu communautaire (Fréchette, 2000; Champagne, Fontan et Klein, 2011). Cette forme d'aide peut prendre diverses formes, par exemple les cuisines collectives, les épiceries communautaires, les groupes d'achats et les jardins communautaires (Guay, Lepage et Morrow, 2013).

Cette première sélection a été rendue possible grâce à la banque de données du Service 211, dans laquelle les organismes communautaires présents dans les régions de la Capitale-Nationale, de Chaudière-Appalaches et de la MRC de la Haute-Yamaska sont répertoriés. Cette base de données permet également de connaître le type de services offerts et les coordonnées des organismes. Un courriel a été envoyé aux organisations retenues les invitant à collaborer au projet de recherche (Annexe 1). Par la suite, un représentant des organisations ayant répondu favorablement au courriel a été rencontré. Durant ces rencontres, la discussion portait sur les détails du projet de recherche ainsi que sur les modalités de recrutement.

Le recrutement des participants s'est fait en deux temps. Dans un premier temps, des responsables des organisations ont présenté le projet de recherche aux personnes fréquentant les organisations. Le nom et les coordonnées des personnes manifestant un intérêt pour le projet étaient pris en note par les responsables et étaient transmis par courriel au chercheur. Puis, ce dernier contactait les participants pour convenir du meilleur moment pour réaliser l'entrevue. Dans un second temps, l'intervieweur s'est présenté dans les organisations lors d'une activité de distribution alimentaire pour rencontrer d'autres

participants potentiels. Les coordonnées des personnes acceptant de participer étaient alors prises en note et parfois, un moment était déjà convenu pour réaliser l'entrevue.

Les entrevues réalisées auprès des participants recrutés lors de l'échantillonnage ouvert ont permis de dresser un portrait préliminaire de la situation d'insécurité alimentaire vécue par les participants fréquentant ces organisations et de mieux comprendre l'expérience qu'ils font de la relation d'aide. Elles ont aussi permis de dégager les éléments permettant de guider l'échantillonnage relationnel ou de variance. Cette deuxième phase de l'échantillonnage visait à découvrir les caractéristiques qui influencent la manière dont la relation d'aide est vécue. La stratégie de recrutement employée consistait à contacter des organisations d'aide alimentaire qui ont été mentionnées lors des entrevues et dont la relation d'aide semblait différer des données déjà récoltées. De cette manière, une deuxième banque alimentaire et une soupe populaire ont été contactées et ces organisations ont toutes deux accepté de participer à la recherche. La troisième phase du recrutement, l'échantillonnage discriminant, a pris la forme d'un retour dans les organisations qui avaient déjà accepté de participer pour y obtenir des informations complémentaires auprès de nouveaux participants afin d'atteindre la saturation.

D'autres organisations d'aide alimentaire ont été mentionnées par les participants lors de l'échantillonnage ouvert et de l'échantillonnage relationnel ou de variance, elles auraient pu constituer des terrains de recherche intéressants, mais elles ne semblaient pas représenter des expériences suffisamment différentes des autres organisations participantes pour y poursuivre la collecte des données. L'étendre à ces organisations aurait probablement permis d'obtenir un portrait plus détaillé de l'expérience que les personnes en situation d'insécurité alimentaire font de cette situation, mais cela aurait exigé une charge de travail qui excède les exigences d'un mémoire de maîtrise. De plus, les différentes entrevues permettent tout de même d'obtenir les données suffisantes pour nourrir l'analyse et faire émerger l'interprétation.

## **4.2 Le recrutement des participants**

Les participants ont été recrutés sur une base volontaire. Le projet de recherche leur a été expliqué lors du déroulement d'une activité d'aide alimentaire organisée par l'une des

organisations participantes (Annexe 2). Les personnes manifestant un intérêt pour le projet recevaient ensuite des explications sur leur rôle et leur implication lors de la collecte des données. Si elles acceptaient de participer, un rendez-vous était pris pour la réalisation de l'entrevue. Les critères de sélection des participants étaient qu'ils devaient avoir recours à l'aide alimentaire et être francophones. Ce dernier critère visait à s'assurer de la compréhension mutuelle entre le chercheur et le participant. L'échantillon a ainsi été constitué sous le mode de l'échantillonnage non-probabiliste.

## **5. La collecte des données**

Les recherches qualitatives peuvent être menées au moyen de plusieurs modes de collecte des données. Dans le cadre de ce mémoire, le mode qui a été retenu est l'entrevue. Une entrevue est un processus d'investigation sociologique visant à recueillir des informations relatives aux objectifs de la recherche au moyen d'une communication verbale. L'entrevue peut être utilisée dans une démarche hypothético-déductive ou inductive. Dans le premier cas, les informations recueillies visent à falsifier ou corroborer l'hypothèse de recherche en posant des questions sur des concepts identifiés à l'avance. Dans le second cas, les réponses sont soumises à une analyse de contenu dans le but de produire une connaissance nouvelle. Qu'ils s'inscrivent dans une démarche hypothético-déductive ou inductive, les objectifs de la recherche font varier la forme que prend l'entrevue en accordant à l'intervieweur et à l'interviewé un degré de liberté plus ou moins grand influençant ainsi la profondeur des réponses. Le degré de liberté réfère directement à la manière dont l'entrevue est structurée, alors que la profondeur des réponses renvoie à leur complexité (Dépelteau, 2000; Grawitz, 2001).

Une entrevue présentant un fort degré de liberté est considérée comme un entretien non-directif et une entrevue présentant un faible degré de liberté est considérée comme un entretien directif. L'entretien non-directif cherche à découvrir le cadre perceptif de l'interviewé. Pour ce faire, la structure de l'entrevue est souvent réduite au minimum. L'intervieweur se contente d'introduire brièvement le sujet et laisse son interlocuteur développer sur le sujet. Les questions posées prennent la forme de questions ouvertes. Dans

l'entretien directif, les questions posées sont des questions fermées pour lesquelles il est tout de même possible d'obtenir des réponses riches et complexes (Grawtitz, 2001).

En plus d'être directif ou non-directif, l'entretien peut aussi être direct ou indirect. Cette distinction permet de qualifier le type de questions posées. Dans un entretien direct, les questions et les réponses n'ont pas d'autres significations que ce qu'elles semblent dire, c'est-à-dire que le sens d'une réponse est le même pour l'intervieweur et l'interviewé, il n'y a pas de sens caché à découvrir. À l'inverse, dans un entretien indirect, le sens de la question ou de la réponse peut être différent de son sens apparent. Lors de ce type d'entretien, l'interviewé répond à des questions donnant accès à un univers d'interprétation qu'il ne suspecte pas (Grawtitz, 2001).

Comme tout mode de collecte des données, l'entrevue présente des avantages et des désavantages. Parmi ses avantages, l'entrevue est peu coûteuse et facile à utiliser. Il s'agit d'une technique polyvalente pouvant être adaptée à plusieurs objectifs de recherche. Elle peut aussi bien être intégrée dans une démarche inductive ayant une visée exploratoire qu'être utilisée pour corroborer ou réfuter une hypothèse de recherche. Dans les recherches inductives, elle est idéale pour étudier le sens et les finalités que des acteurs sociaux associent à leurs actions ou aux situations qu'ils vivent (Dépelteau, 2000).

Les désavantages de l'entrevue sont attribuables aux postulats épistémologiques sur lesquels elle repose. Selon Dépelteau (2000), le premier de ces postulats est que les interviewés sont conscients du phénomène étudié et qu'ils y ont déjà réfléchi, ce qui n'est pas toujours le cas. Le second postulat est que les interviewés vont dire la vérité. Or, certaines questions ou certains éléments de réponses peuvent rendre l'interviewé mal à l'aise et faire en sorte qu'il préfère cacher cette information. L'inverse peut aussi se produire, il peut déformer la réalité, exagérer certains éléments en se présentant à son avantage. Le troisième postulat est que l'intervieweur n'a pas d'idée préconçue concernant les interviewés, car les préjugés d'un intervieweur peuvent influencer le déroulement de l'entrevue et amener l'interviewé à modifier ses réponses (Dépelteau, 2000).

## **5.1 L'entrevue semi-dirigée**

Il existe différents types d'entrevues, celui qui a été retenu pour la réalisation de ce mémoire est l'entrevue semi-dirigée. Il s'agit d'un mode de collecte de données visant à connaître le sens que les acteurs sociaux donnent à un phénomène social. La contribution des participants permet de faire émerger un nouveau discours ou une nouvelle compréhension du phénomène. Cet apport se fait dans le dialogue. L'entrevue semi-dirigée possède un degré de liberté élevé et amène l'interviewé à formuler des réponses profondes. La structure des entrevues se fait sous le mode de l'entretien non-directif et les questions posées peuvent être directes ou indirectes, car l'objectif de ces entrevues est de découvrir le sens que l'interviewé donne à son discours (Savoie-Zajc, 2003).

L'entrevue semi-dirigée repose sur trois postulats de départ. Le premier est qu'elle est une unité de sens, c'est-à-dire que les différents éléments doivent être considérés comme étant en relation les uns avec les autres pour constituer une histoire cohérente. Le deuxième est que la perspective de l'autre a une signification et une valeur sur le plan de la connaissance, car il est possible pour le chercheur de connaître la perspective de la personne interviewée et de la rendre explicite. Le troisième est que la nature de la réalité décrite est sujette à changer et dépend de l'état d'esprit des participants et des questions posées. Par conséquent, il faut considérer l'information recueillie au moyen de l'entrevue semi-dirigée comme hautement situationnelle et contextuelle (Savoie-Zajc, 2003).

L'entrevue semi-dirigée permet d'atteindre quatre objectifs : l'explication, la compréhension, l'apprentissage et l'émancipation. L'explication cherche à rendre explicite l'univers de l'autre en obtenant une description détaillée et nuancée de l'expérience, du savoir et de l'expertise de l'interviewé. La compréhension vise à mieux connaître le monde de l'autre en mettant en lumière les comportements complexes et la trame culturelle sous-jacente aux actions des acteurs d'un groupe social. La compréhension permet aussi de révéler les tensions et les contradictions qui animent l'interviewé à propos du sujet étudié. L'apprentissage réfère au processus de co-construction du savoir. Dans ce processus, l'interviewé expose sa pensée et l'intervieweur cherche activement à mieux la comprendre. Pour ce faire, ce dernier peut soumettre une tentative d'explication à son interlocuteur qui apportera des corrections au besoin. L'émancipation est un résultat positif de l'entrevue, il



s'agit d'une prise de conscience qui transforme aussi bien l'intervieweur que l'interviewé. Du point de vue de l'intervieweur, l'émancipation correspond à l'avancement des connaissances, et du point de vue de l'interviewé, l'émancipation correspond à une prise de conscience de sa situation, ce qui marque le début d'une réflexion à ce sujet (Savoie-Zajc, 2003).

Tout comme les autres types d'entrevues, l'entrevue semi-dirigée comporte des avantages et des désavantages. La principale force de l'entrevue semi-dirigée est qu'elle permet de donner accès à l'expérience de l'individu de manière riche, détaillée et précise. De plus, son grand degré de liberté permet d'adapter le schéma d'entrevue pendant son déroulement pour tenir compte de la perspective de l'interviewé (Savoie-Zajc, 2003).

Les désavantages de l'entrevue semi-dirigée découlent du fait que l'entrevue se déroule dans un espace-temps déterminé. En ce sens, les représentations et les jugements que porte l'interviewé sur le phénomène étudié sont ceux qui l'habitent au moment de l'entrevue et ils ne correspondent pas nécessairement à ceux qu'il avait lorsque les événements décrits ont eu lieu. Cela a pour conséquence de remettre en question la crédibilité des informations recueillies lors des entretiens (Savoie-Zajc, 2003).

Afin de surmonter les désavantages de l'entrevue semi-dirigée, il faut s'assurer que les informations soient recueillies de manière rigoureuse. Pour ce faire, il faut respecter deux principes : la crédibilité et la transférabilité. Un savoir est considéré comme crédible lorsque les éléments de compréhension sont objectivés. Il s'agit d'un processus de longue haleine qui se met en place tout au long de la recherche grâce à la négociation de sens qui s'établit entre l'intervieweur et l'interviewé. La transférabilité est une autre manière de s'assurer de la rigueur des résultats obtenus. Il s'agit d'évaluer la validité de la connaissance produite en l'utilisant pour expliquer une autre situation sociale. Ainsi, une connaissance nouvellement produite est jugée comme rigoureuse si elle permet de rendre compte d'une autre situation (Savoie-Zajc, 2003).

## 5.2 Le schéma d'entrevue

Bien que l'entrevue semi-dirigée soit un mode de collecte des données présentant un fort degré de liberté, cela ne signifie pas que l'intervieweur ait une liberté totale. En effet, ce genre d'entrevue nécessite un travail de planification permettant de déterminer les sujets qui seront abordés et d'élaborer le schéma d'entrevue. La fonction du schéma d'entrevue est de structurer celle-ci autour des thèmes et des sous-thèmes centraux à la recherche (Savoie-Zajc, 2003). Dans une démarche inductive, le schéma d'entrevue peut évoluer au cours de la collecte des données permettant ainsi d'approfondir certains thèmes dont l'importance a été sous-estimée au départ ou de retirer certaines questions s'avérant inutiles à la compréhension du phénomène étudié. Puisque le schéma d'entrevue est un outil permettant de dégager une connaissance sociologique, le chercheur doit s'assurer de sa cohérence en renforçant ce qui est central, en contrôlant ce qui est périphérique et en éliminant ce qui est superflu (Kaufmann, 2007).

Le schéma d'entrevue qui a permis de réaliser la collecte des données (Annexe 3) est divisé en quatre sections : la situation socioéconomique, l'expérience de l'aide alimentaire, le processus décisionnel soutenant les choix alimentaires et les formes d'aide qui ne sont pas fournies par les organisations. La première section comporte des questions d'ordre général visant à connaître la situation socioéconomique des participants. Les questions posées étaient : « Quel est votre âge? Quel est votre niveau de scolarité? Avec qui habitez-vous? Dans quel type de logement? Quelle est votre occupation principale? À combien s'élèvent vos revenus? Quelles sont vos principales dépenses? » Bien que le schéma d'entrevue ne comporte pas de questions portant directement sur le parcours qui a conduit l'individu d'une situation de sécurité alimentaire à une situation d'insécurité alimentaire, les réponses à ces questions ont permis d'avoir accès à des éléments biographiques permettant de comprendre le parcours d'appauvrissement des participants. De plus, les questions d'ordre général ont une autre fonction, celle de mettre en confiance le participant, facilitant ainsi le déroulement de la suite de l'entrevue dans laquelle des questions plus personnelles peuvent être posées.

La deuxième section cherche à avoir accès à l'expérience que les participants ont de l'aide alimentaire. Pour ce faire, il était demandé aux participants de s'exprimer au sujet de leurs

motivations à recourir à l'aide alimentaire. Pour accéder à ces informations, les questions étaient : « Depuis quand fréquentez-vous l'organisation? Pour quelles raisons avez-vous commencé à avoir recours à leurs services? À quelle fréquence y allez-vous? Avez-vous recours à d'autres organisations d'aide alimentaire? » Puis, les participants étaient invités à décrire ce qu'ils font quand ils ont recours aux services des organisations. Ils étaient aussi invités à exprimer ce qu'ils aiment et ce qui leur déplaît lorsqu'ils ont recours à ces services. Dans cette section, les relances étaient faites de manière à mettre l'accent sur les interactions des participants avec les autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire et avec le personnel travaillant pour les organisations d'aide alimentaire.

La troisième section s'intéresse aux stratégies d'adaptation qui n'impliquent pas le recours à l'aide alimentaire, en particulier celles qui sont mobilisées lors des achats alimentaires. Les questions visaient à mieux comprendre les logiques d'achats. Elles portaient sur l'achat d'aliments dans les épiceries et sur la préparation des aliments. La préparation des aliments s'est avérée un élément important du processus décisionnel, car les participants n'achètent pas des produits qu'ils sont incapables de cuisiner. Il a donc été nécessaire d'évaluer les habiletés culinaires des interviewés. Le schéma d'entrevue comporte des questions indirectes prenant la forme suivante : « Comment avez-vous appris à cuisiner? Quels sont les plats que vous cuisinez? Que faites-vous lorsqu'il vous manque un ingrédient? » Les questions portant plus directement sur le processus décisionnel avaient la forme suivante : « Où allez-vous faire l'épicerie? À quelle fréquence y allez-vous? Faites-vous une liste? Comment savez-vous ce dont vous aurez besoin? Comment choisissez-vous ce que vous allez manger? » Ces questions ont permis de comprendre comment le participant se représente en tant que consommateur vivant une situation économique contraignante.

La quatrième section du schéma d'entrevue s'intéresse aux autres formes d'aide que celles fournies par les organisations. Les questions portant sur les demandes d'aide peuvent être embarrassantes pour l'interviewé et ainsi l'amener à formuler des réponses qui ne reflètent pas la réalité. Pour éviter cette situation, cette section comporte un ensemble de questions indirectes référant à des situations concrètes dans lesquelles des gens en situation d'insécurité alimentaire reçoivent l'aide de leurs proches. Les questions étaient : « Vous arrive-t-il d'aller manger chez des parents ou des amis? Est-ce que vous recevez des parents

ou des amis pour des repas? Est-ce que vous allez au restaurant? À quelle occasion? Que faites-vous pour arriver lorsque vous vivez des mois plus difficiles sur le plan financier? » Bien entendu, ces questions ne peuvent pas aborder toutes les formes d'aide que les participants peuvent recevoir, mais elles permettent de comprendre comment le réseau social est mobilisé lorsqu'il est nécessaire de demander de l'aide.

À partir des trois dernières sections du schéma d'entrevue, il est possible de rendre compte de la manière dont l'insécurité alimentaire est vécue par les participants et de découvrir les différentes représentations associées à cette situation.

### **5.3 Le déroulement des entretiens**

La collecte des données s'est déroulée entre le mois de février 2016 et le mois de mai 2016. Durant cette période, seize personnes ont été interviewées. Dix entrevues se sont déroulées chez les participants, cinq dans un local prêté par l'une des organisations participantes afin d'accommoder les informateurs et le chercheur, et une dans un café, car la personne interviewée préférait ne pas recevoir l'intervieweur chez elle et l'organisation ne disposait pas de local pour réaliser l'entrevue. Toutes les entrevues débutaient par un rappel des thèmes abordés lors de l'entretien et par la présentation du formulaire de consentement verbal (Annexe 4). Une fois le consentement donné, l'entrevue pouvait officiellement commencer et l'enregistreuse était mise en marche.

La première partie de l'entrevue concernant les données socioéconomiques était généralement assez brève (environ cinq minutes), mais dans certains cas, cette section a été plus longue en raison de la profondeur de l'information communiquée. En effet, certains participants ont profité de cette opportunité pour expliquer leur parcours d'appauvrissement. Bien que ces éléments de réponses n'étaient pas directement liés aux questions posées, ils ont permis de mieux comprendre la situation des participants. Généralement, les relances utilisées dans cette partie de l'entrevue étaient peu nombreuses et elles avaient comme objectif davantage de gagner la confiance du participant, lorsque celui-ci semblait inconfortable dans le rôle d'interviewé, que d'approfondir l'information communiquée.

La deuxième partie concernant l'expérience de l'aide alimentaire durait en général entre trente minutes et une heure, dépendant de la volubilité de la personne et du nombre d'organisations d'aide alimentaire fréquentées. Certains participants se sont montrés très enthousiastes à exprimer la manière dont ils composent avec l'aide alimentaire provenant de différentes organisations et étaient heureux d'en expliquer le fonctionnement et d'exprimer leur appréciation de ces services. Ces explications ont permis de dégager les actions et les interactions qui se déroulent dans les organisations d'aide alimentaire et ainsi de comprendre comment la relation d'aide y est vécue.

La troisième partie de l'entrevue concernant le processus décisionnel soutenant les choix alimentaires nécessitait entre dix et vingt minutes. Dans cette section, il était difficile, et même pratiquement impossible, de respecter l'ordre des questions prévu dans le schéma d'entrevue. Pour bien comprendre les stratégies d'adaptation liées aux logiques d'achats, il ne fallait pas traiter l'achat des aliments et leur préparation comme des éléments séparés. Cela s'est reflété dans le déroulement de l'entrevue par un va-et-vient constant entre l'épicerie, les organisations d'aide alimentaire et la cuisine.

La quatrième partie de l'entrevue concernant l'aide provenant d'autres sources que les organisations d'aide alimentaire était généralement assez courte et durait environ une dizaine de minutes. Les participants les plus volubiles décrivaient généralement un réseau social impliquant plusieurs membres les ayant déjà aidés lors de périodes plus difficiles financièrement ou encore sur une base régulière. Les participants les moins volubiles affirmaient ne pas disposer d'un tel réseau et devoir se débrouiller seuls.

Les entrevues se terminaient en remerciant le participant pour son temps et pour avoir accepté de participer, et au même moment, l'enregistreuse était éteinte. Lorsqu'un participant se souvenait d'un élément de réponse qu'il avait oublié de mentionner, il était noté dans un cahier destiné à la prise de notes lors des entrevues.

## **6. L'analyse des données**

Les jours suivants la réalisation des entrevues ont été consacrés à la retranscription intégrale des entrevues. À partir de ces transcriptions, il a été possible de dégager les

concepts-clés structurant les stratégies d'adaptation : le manque de nourriture, la pauvreté de pouvoir (powerlessness), l'obligation et le droit, ce qui a permis au chercheur de catégoriser les stratégies d'adaptation à l'aide de notions subjectives. En effet, les locuteurs ne sont pas toujours conscients des motivations inhérentes à leurs actions et de la manière dont ils se les représentent. Certains éléments de discours peuvent laisser place à l'interprétation. Pour pallier ces difficultés, chacune des stratégies a été analysée comme une composante d'un discours rationnel dans lequel le locuteur décrit la logique soutenant ses actions. À l'aide de cette logique, il a été possible de codifier adéquatement les passages dans lesquels les motivations et les représentations des agents ne sont pas exprimées explicitement.

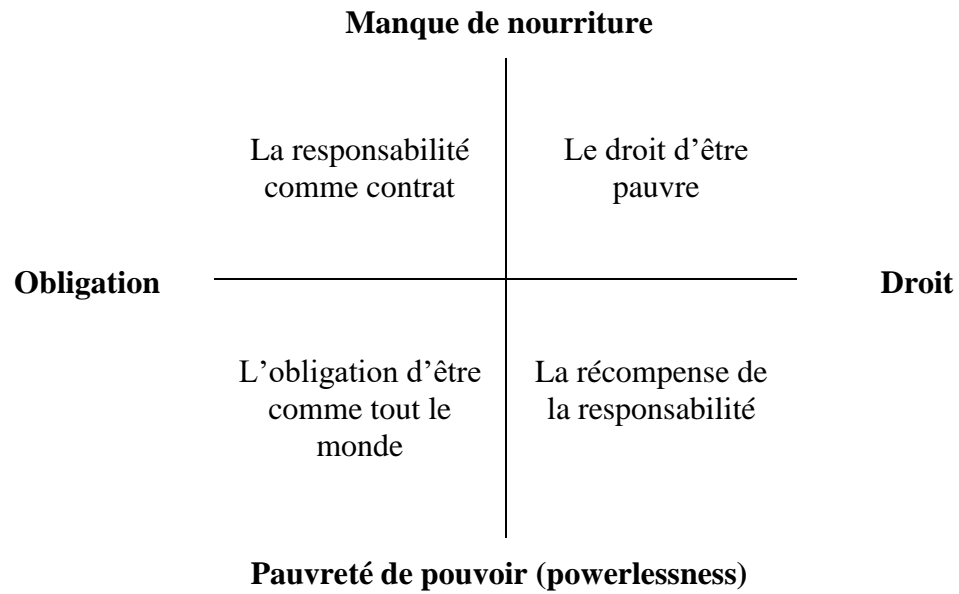
Dans un premier temps, les stratégies d'adaptation ont été codifiées à l'aide des concepts de manque de nourriture et de pauvreté de pouvoir (powerlessness). Ces deux concepts ont été mis en opposition, car ils réfèrent à deux éléments auxquels les agents veulent faire face lorsqu'ils ont recours aux stratégies d'adaptation. Afin de déterminer si une stratégie vise à faire face au manque de nourriture plutôt qu'à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), l'élément qui semblait le plus important pour le participant a été retenu pour la codification. En considérant le désir de faire face au manque de nourriture et à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) séparément, ces éléments ont pu être traités comme un couple d'opposition structurant un premier axe d'analyse. Il s'agit d'un axe théorique inspiré des recherches sur la manière dont l'insécurité alimentaire est vécue. Bien qu'il s'agisse d'un axe théorique, il permet de mieux comprendre les objectifs poursuivis par les participants lorsqu'ils ont recours aux stratégies d'adaptation en exposant leurs motivations.

Une fois les concepts de manque de nourriture et de pauvreté de pouvoir (powerlessness) dégagés, il a été possible de raffiner l'analyse en subdivisant les stratégies d'adaptation en deux autres catégories se distinguant par leur prétention normative, puisqu'un même comportement peut être considéré comme acceptable par un participant et inacceptable par un autre. Afin de rendre compte de ces différences, les stratégies ont été codifiées à l'aide du couple « droit » et « obligation » inspiré de la conception simmélienne de la pauvreté, laquelle considère qu'une personne est pauvre si elle se trouve dans une situation où elle bénéficie d'une assistance monétaire ou du moins qu'elle devrait en bénéficier. Pour

Simmel ([1908] 1998), l'assistance est à la fois un droit et une obligation. Le droit découle de la représentation subjective des pauvres qui considèrent que quelque chose leur est dû en raison des conditions économiques dans lesquelles ils vivent. L'obligation est décrite comme le corollaire du droit et à ce titre, comme le devoir de la société de venir en aide aux pauvres. Toutefois, le droit et l'obligation n'ont pas d'assises juridiques. La relation entre le droit et l'obligation est plutôt décrite comme une relation téléologique dans laquelle l'intérêt du donateur prime sur celui du donataire (Simmel, [1908] 1998). Dans le cadre de l'analyse des données, l'opposition entre droit et obligation a été légèrement modifiée pour refléter la subjectivité des participants. Ainsi, la conception du droit demeure inchangée, mais celle de l'obligation réfère plutôt à ce que les participants considèrent être leur devoir envers la société ou envers eux-mêmes. Les concepts d'obligation et de droit représentent un couple d'opposition représentant le second axe d'analyse. Cet axe permet de rendre compte des représentations des participants.

Afin de comprendre les différentes logiques d'action qui peuvent orienter les stratégies d'adaptation, l'axe des motivations et l'axe des représentations ont été croisés afin de construire quatre idéaltypes. Un idéaltype est une construction théorique qui accentue certains éléments de la réalité. Cette construction repose sur une structure logique permettant de décrire l'ensemble des cas qu'il est possible de rencontrer. Ainsi, les idéaltypes permettent de simplifier des phénomènes sociaux complexes, c'est-à-dire des phénomènes qui comportent plusieurs dimensions afin d'en améliorer la compréhension. Dans le cadre de ce mémoire, la construction idéaltypique s'est faite en croisant l'axe des motivations à recourir aux stratégies d'adaptation avec celui des représentations, comme l'illustre la figure 1. De cette manière, il est possible de rendre compte des différentes logiques d'action sous-jacentes aux stratégies d'adaptation et de les classer en quatre idéaltypes : la responsabilité comme contrat, le droit d'être pauvre, l'obligation d'être comme tout le monde et la récompense de la responsabilité. Il est à noter que les quatre idéaltypes permettent de catégoriser les stratégies d'adaptation et non les participants.

**Figure 1. Construction idéaltypique**





## **Chapitre 4 : Analyse des résultats**

L'analyse du discours des seize participants a permis de dégager les stratégies d'adaptation qu'ils utilisent pour faire face à l'insécurité alimentaire et d'en comprendre les logiques d'action sous-jacentes. Ces stratégies sont à la fois régies par des règles économiques et par des règles normatives auxquelles les participants doivent faire face. Puisque ces règles découlent des contraintes économiques et normatives, les participants sont dans l'obligation de les respecter. En ce sens, les règles économiques et les règles normatives doivent être considérées comme des impératifs, c'est-à-dire comme des maximes que doivent respecter les agents et qui orientent leurs actions. Bien que les participants n'aient d'autres choix que de se conformer à l'impératif économique et moral, la manière dont ils se les représentent peut affecter la compréhension qu'ils ont de ces règles.

Ce chapitre se divise en trois sections principales. La première présente les caractéristiques socioéconomiques des participants. La deuxième décrit les règles auxquelles les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent obéir lorsqu'elles ont recours aux stratégies d'adaptation, en d'autres mots, les impératifs économique et moral. La troisième section vise à rendre compte des différentes manières dont les participants interprètent ces règles en faisant ressortir les différentes logiques d'action sous-jacentes aux stratégies d'adaptation. Ces dernières sont présentées à l'aide de quatre idéaltypes : la responsabilité de la pauvreté, le droit d'être pauvre, l'obligation d'être comme tout le monde et la récompense de la responsabilité. Cette catégorisation permet d'associer chacun des idéaltypes à une forme de validité normative.

### **1. Les caractéristiques des participants**

Seize personnes ayant recours à des organisations d'aide alimentaire ont participé à l'étude. Par souci de confidentialité, un numéro a été attribué à chacune d'elles ce qui permet de dresser un portrait des participants sans qu'il soit possible de les identifier. Les données socioéconomiques retenues sont le sexe, l'âge, le type de ménage, le niveau de scolarité et le revenu mensuel. Afin de présenter un portrait plus complet des participants, deux autres variables ont été considérées : le type d'aide alimentaire privilégié et la maîtrise des

techniques culinaires. Dans le schéma d'entrevue, il n'y avait pas de question portant directement sur la maîtrise des techniques culinaires, mais il a été possible de recueillir suffisamment d'informations sur les plats que les participants cuisinaient ainsi que la manière dont ils ont appris à cuisiner pour avoir une bonne idée des habiletés des participants et être en mesure de leur attribuer un niveau : une bonne maîtrise ou une faible maîtrise des techniques culinaires. Ces données sont présentées au tableau 2.

**Tableau 2. Profil des participants**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Type d'aide alimentaire privilégié	Maîtrise des techniques culinaires
1	M	56	Seul	Secondaire non complété	947\$	Banque alimentaire et cuisines collectives	Bonne
2	M	55	Seul	Non disponible	947\$	Banque alimentaire	Faible
3	F	58	Seul	Collégial	947\$	Soupe populaire et banque alimentaire	Faible
4	M	62	Seul	Maîtrise	947\$	Banque alimentaire	Bonne
5	M	63	Seul	Maîtrise	947\$	Banque alimentaire	Faible
6	F	66	Seul	Collégial	1 500\$	Cuisines collectives	Bonne
7	F	56	Avec un enfant majeur	Collégial	1 800\$	Cuisines collectives	Bonne
8	F	56	Seul	Diplôme professionnel	947\$	Banque alimentaire	Bonne
9	M	68	Seul	Baccalauréat non complété	1 250\$	Soupe populaire	Faible
10	M	63	Seul	Baccalauréat	747\$	Banque alimentaire et soupe populaire	Bonne
11	M	79	Seul	Non disponible	Non disponible	Soupe populaire	Faible
12	M	55	Seul	Collégial	947\$	Banque alimentaire	Bonne
13	M	57	Colocation	Diplôme professionnel	399\$	Banque alimentaire et soupe populaire	Bonne
14	F	38	Colocation	Baccalauréat	623\$	Banque alimentaire	Faible
15	F	54	Seul	Secondaire non complété	803\$	Banque alimentaire	Bonne
16	M	22	Colocation	Secondaire non complété	947\$	Soupe populaire	Faible

La lecture des données socioéconomiques laisse croire que l'échantillon est relativement homogène malgré qu'il soit composé de plus d'hommes que de femmes (10 versus 6). La majorité des participants (13 sur 16) sont âgés entre 54 et 68 ans, deux ont moins de 40 ans et le plus âgé a 79 ans. Douze participants vivent seuls, une personne vit avec un membre de sa famille et trois sont en colocation. La majorité des participants (12 sur 15) ont un revenu inférieur à 1 000\$ par mois. Le niveau de scolarité présente la plus grande variation, allant d'un secondaire non complété à une maîtrise.

Lorsqu'elles sont prises séparément, les caractéristiques des participants ne permettent pas de déterminer quels facteurs influencent le recours aux stratégies d'adaptation. Mais, en les croisant avec le type d'aide alimentaire privilégié, il est possible de dégager certaines tendances. Comme il est impossible pour certains participants de satisfaire leurs besoins avec l'aide d'une seule organisation d'aide alimentaire, ceux-ci ont recours à plus d'une organisation, et ce, sur une base régulière. Les trois tableaux qui suivent présentent les caractéristiques des participants selon le type d'aide alimentaire qu'ils privilégient.

Il ressort que les participants privilégiant les groupes de cuisines collectives sont des femmes (2/3), disposent du revenu moyen le plus élevé et ont tous une bonne maîtrise des techniques culinaires (tableau 3). D'ailleurs, l'ensemble de ces participants a déclaré que pour eux cuisiner était un plaisir.

**Tableau 3. Caractéristiques des participants qui privilégient les cuisines collectives**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Maîtrise des techniques culinaires
1	M	56	Seul	Secondaire non complété	947\$	Bonne
6	F	66	Seul	Collégial	1 500\$	Bonne
7	F	56	Avec un enfant majeur	Collégial	1 800\$	Bonne

Les participants qui ont recours aux banques alimentaires sont principalement des hommes (7/11). La même proportion semble faire preuve d'une bonne maîtrise des techniques culinaires (7/11) (Tableau 4).

**Tableau 4. Caractéristiques des participants qui privilégient les banques alimentaires**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Maîtrise des techniques culinaires
1	M	56	Seul	Secondaire non complété	947\$	Bonne
2	M	55	Seul	Non disponible	947\$	Faible
3	F	58	Seul	Collégial	947\$	Faible
4	M	62	Seul	Maîtrise	947\$	Bonne
5	M	63	Seul	Maîtrise	947\$	Faible
5	M	63	Seul	Maîtrise	947\$	Faible
8	F	56	Seul	Diplôme professionnel	947\$	Bonne
10	M	63	Seul	Baccalauréat	747\$	Bonne
12	M	55	Seul	Collégial	947\$	Bonne
13	M	57	Colocation	Diplôme professionnel	399\$	Bonne
14	F	38	Colocation	Baccalauréat	623\$	Faible
15	F	54	Seul	Secondaire non complété	803\$	Bonne

Le tableau 5 montre que la majorité des participants qui privilégient les soupes populaires sont des hommes (5 versus 1). Il ressort que seulement deux d'entre eux ont une bonne maîtrise des techniques culinaires et que quatre en ont une faible, ce qui semble indiquer que les participants qui ont de moins bonnes habiletés en cuisine privilégient les formes d'aide où ils peuvent recevoir des aliments préparés.

**Tableau 5. Caractéristiques des participants qui privilégient les soupes populaires**

Participant	Sexe	Âge	Type de ménage	Niveau de scolarité	Revenu mensuel	Maîtrise des techniques culinaires
3	F	58	Seul	Collégial	947\$	Faible
9	M	68	Seul	Baccalauréat non complété	1 250\$	Faible
10	M	63	Seul	Baccalauréat	747\$	Bonne
11	M	79	Seul	Non disponible	Non disponible	Faible
13	M	57	Colocation	Diplôme professionnel	399\$	Bonne
16	M	22	Colocation	Secondaire non complété	947\$	Faible

Le type d'aide alimentaire privilégié et la maîtrise des techniques culinaires ne semblent pas influencés par l'âge, le type de ménage ou le niveau de scolarité. Puisque treize des participants sont âgés entre 54 et 68 ans, il est impossible, à partir des données présentées, d'affirmer ou d'infirmer que l'âge a une influence sur le choix du type d'aide alimentaire ou sur la maîtrise des techniques culinaires. Les croisements incluant le type de ménage rencontrent le même problème, car seulement quatre participants vivent dans des ménages de plus d'une personne et ils se répartissent dans chacun des sous-groupes. Le niveau de scolarité ne semble pas faire varier les autres données présentées. Les connaissances acquises par l'obtention d'un diplôme semblent avoir peu d'incidence sur la maîtrise des techniques culinaires qui reposent généralement sur des savoirs traditionnels. Or, ces savoirs ne sont pas nécessairement enseignés dans les établissements d'enseignement minimisant ainsi l'influence du niveau de scolarité. Le sexe semble davantage influencer la maîtrise des techniques culinaires. En effet, 4 des 6 femmes interviewées ont une bonne maîtrise des techniques culinaires comparativement à 5 des 10 hommes rencontrés.

Les caractéristiques des participants permettent de mieux comprendre la situation dans laquelle ils vivent et d'élaborer des pistes d'explications permettant de rendre compte des logiques d'action sous-jacentes aux stratégies d'adaptation. Toutefois, ces explications sont partielles et elles peuvent susciter plus de questions que de réponses. De plus, les caractéristiques présentées ne permettent pas de tenir compte des facteurs qui poussent les

participants à recourir ou non à une stratégie ou de la manière dont ces stratégies sont représentées. Pour intégrer ces éléments, il est nécessaire d'analyser le corpus d'entrevue à l'aide de la technique de l'analyse de contenu empruntée aux méthodes qualitatives.

## **2. Les règles des stratégies d'adaptation**

### **2.1 Se limiter au minimum : un impératif économique**

Le manque de nourriture est un élément caractéristique de l'expérience que les participants ont de l'insécurité alimentaire. Ils la décrivent comme une situation dans laquelle ils ne sont pas en mesure de subvenir à leurs besoins alimentaires uniquement en achetant des produits à prix régulier dans les épiceries. Pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire, il est primordial de limiter leurs dépenses au minimum, sans quoi elles risquent d'être confrontées au manque de nourriture. Afin d'accroître leur pouvoir d'achat, les participants affirment opérer une sélection des aliments en fonction de leur coût. Pour eux, les aliments sont alors séparés en deux catégories : les produits permis et les produits luxueux<sup>3</sup>. Les produits permis regroupent les articles que les participants s'autorisent à acheter, alors que les produits luxueux regroupent ceux que les participants ne peuvent pas se procurer sur une base régulière, par exemple, les sources de protéines.

Participant 12 : Les protéines, souvent c'est dur à trouver, euh, même les protéines dans les marchés sont chères. La viande est chère, euh, le fromage est cher, le lait est cher, les produits laitiers aussi sont chers. Alors les produits laitiers, ça devient un produit de luxe, avoir moi une pinte de lait chez moi, c'est un luxe. J'aime ben ça quand j'en ai. Parce que dans le café, j'mets du blanc à café, ça coûte moins cher, ça s'étire plus loin aussi. Pis le lait, penses-y pas, ça revient trop cher pour moi.

Dans cet extrait, le participant exprime la distinction entre produits permis et produits luxueux. Pour lui, les sources de protéines sont décrites comme des produits luxueux et le blanc de café est considéré comme un produit permis. Les sources de protéines et les produits laitiers sont considérés comme des produits luxueux, car ils sont trop dispendieux pour que le participant puisse en acheter régulièrement alors que le blanc à café est permis

---

<sup>3</sup> Le terme « produit » a été préféré au terme « aliment », car cette catégorisation se retrouve dans les discours portant sur d'autres produits de consommation comme les vêtements.

parce que son prix est abordable et qu'il constitue une alternative économique à un produit luxueux.

Les produits permis sont considérés comme une nécessité par les participants, car ils permettent d'assurer leur survie.

Participant 11 : Non, non j'fais pas d'liste. Euh... parce que la liste risquerait d'être trop longue, j'attends d'être rendu sur place, pis j'prends juste ce que j'ai besoin, le minimum. Le minimum, j'peux pas me permettre de prendre du luxe, c'est le minimum, y en a qui ont leur gros panier ben plein. Moi, tu me verras pas avec un panier ben plein d'même, c'est impossible.

Comme l'exprime ce participant, le fait de devoir se limiter aux produits permis fait en sorte qu'il doit limiter ses achats au minimum requis pour assurer sa survie. En ce sens, le prix ne constitue pas le seul critère qui autorise l'achat d'un article, car en plus d'être économiquement accessible, il doit permettre d'atteindre le minimum. Le minimum, c'est une unité de mesure subjective à partir de laquelle les participants déterminent les articles qui sont inclus dans la catégorie des produits permis, mais le minimum ne désigne que ce qui est absolument nécessaire. Cette particularité fait en sorte que les produits permis doivent inclure les biens de première nécessité comme la nourriture et les produits d'hygiène, et être jugés comme irremplaçables par les participants. En plus d'être accessible économiquement, le produit doit, pour être jugé nécessaire, être indispensable à la réalisation d'une recette, c'est-à-dire qu'il ne peut pas être éliminé ou remplacé par un produit plus abordable.

Les produits luxueux sont décrits comme une source de plaisir à laquelle les participants doivent renoncer en raison de leur prix qu'ils jugent prohibitif. Bien que les produits luxueux soient interdits, ils font tout de même l'envie des participants et apparaissent comme une source de tentation. L'interdiction d'acquérir ces produits peut être difficile à supporter.

Participant 11 : J'aime pas aller à l'hôpital, j'aime pas aller à l'épicerie non plus. Moins on va à l'hôpital, mieux c'est. Moins on va à l'épicerie, moins ça coûte cher. On rigole, on rigole, mais c'est pas toujours drôle de se priver de choses qu'on aime tout le temps, mais on n'a pas le choix, on n'a pas le choix, on n'a pas le choix.

Ce participant cherche à éviter d'aller à l'épicerie, car il s'agit d'un lieu dans lequel il est confronté aux limites de son budget. Les contraintes économiques auxquelles il doit faire face font en sorte qu'il doit se priver de choses qu'il aime, ce qui le conduit à expérimenter la pauvreté de pouvoir (powerlessness). S'il succombe à la tentation, il risque de déséquilibrer son budget et ainsi d'accroître la sévérité du manque de nourriture. Cette limitation des dépenses est plus qu'un impératif économique, c'est aussi un impératif moral, car les contraintes économiques auxquelles sont confrontés les participants modifient les représentations qu'ils ont des stratégies d'adaptation, ce qui les conduit à se représenter certains comportements comme acceptables et d'autres comme inacceptables. En ce sens, adopter un comportement économiquement responsable est un impératif économique, mais aussi un impératif moral qui oblige les participants à recourir à certaines stratégies d'adaptation uniquement lorsque cela est absolument nécessaire.

## **2.2 La responsabilité économique : un impératif moral**

En plus de représenter un impératif économique, la distinction entre produits permis et produits luxueux est au cœur d'un impératif moral qui modifie la manière dont les participants se représentent les stratégies d'adaptation. Ceux-ci considèrent que limiter les achats uniquement aux produits permis est un comportement économiquement responsable alors que se laisser tenter par des produits luxueux est un comportement économiquement irresponsable. Cet impératif se nomme la norme de la responsabilité économique. Il s'agit d'une règle normative qui doit être respectée par les participants afin que les stratégies qu'ils utilisent soient considérées socialement acceptables. En ce sens, la norme de la responsabilité économique est un principe qui permet d'organiser la pratique en priorisant les actions les plus acceptables socialement. Il est ainsi possible d'affirmer que la norme de la responsabilité représente la structure téléoaffective des stratégies d'adaptation.

Les participants peuvent faire la démonstration de leur responsabilité lorsqu'ils achètent des produits, mais aussi lorsqu'ils ont recours à l'aide alimentaire. Le discours que les participants portent sur le recours à l'aide alimentaire permet de confirmer que cette stratégie est une pratique normative, car le recours à l'aide alimentaire implique des interactions sociales entre les participants et d'autres personnes qui y ont recours. La



description que les participants font de ces interactions permet de discerner les comportements qu'ils considèrent comme responsables de ceux qu'ils considèrent comme irresponsables.

Les personnes dont le comportement est jugé comme irresponsable et qui ont recours à l'aide alimentaire sont parfois qualifiées de « faux pauvres », car leurs actions économiques sont perçues comme étant la cause de leur pauvreté. Dans bien des cas, les fumeurs se voient affublés de cette tare, car les produits du tabac sont considérés comme des produits luxueux.

Participant 4 : Quand j'vas dans ces endroits-là par exemple, j'ai remarqué une affaire : c'est que y a de la pauvreté, mais y a une fausse pauvreté. La plupart des gens que j'vois là au Centre de l'amitié là, en tout cas, il y en a plusieurs qui ont l'air à prendre un coup parce qu'y en parlent, la plupart fument. Fait que tsé quand tu fumes, tsé moi je calcule ça, le paquet de cigarettes c'est dix dollars le paquet là. Tsé si t'en fumes un par jour, pis si t'en fumes deux par jour, ça fait... Tu peux calculer ça en termes d'argent quatre cinq cents piasses par mois. Moi j'fume pas, j'ai jamais fumé, ça fait que j'mets pas mon argent sur des choses qui s'envolent en fumée.

Dans cet extrait, la consommation d'alcool et le tabagisme sont décrits comme des comportements économiquement irresponsables. Pour les non-fumeurs, les produits du tabac sont des biens qui ne permettent pas de subvenir aux besoins élémentaires. En ce sens, leur achat est considéré comme un comportement irresponsable qui conduit à une diminution de la qualité de vie.

Par ailleurs, le tabagisme peut conduire à une stigmatisation des fumeurs. Cette stigmatisation fait en sorte que les fumeurs ressentent une forme de culpabilité face à la consommation de produits du tabac, ce qui témoigne que la norme de la responsabilité économique a été intériorisée. Les fumeurs interviewés ont affirmé qu'ils seraient beaucoup plus à l'aise financièrement s'ils ne fumaient pas et considèrent qu'ils n'auraient jamais dû commencer à fumer.

Participant 10 : Mais la plus grosse dépense, évidemment c'est ça, la cigarette. Si faudrait que j'couperais, j'essaie, mais c'est ben difficile, j'fume, alors c'est pas évident. Toi t'as jamais fumé? Touches-y pas non plus. J'aurais dû, jamais. Tsé quand on est jeune, on essaie de faire comme les autres, mais non jamais là, y est trop tard. Alors, c'est ma grosse dépense moi là les cigarettes là... Ah mon dieu, si j'fumerais pas là, ben j'pourrais me passer du Café

rencontre, pis j'pourrais me passer de t'ça, là non. Tsé j'm'en f'rais pis j'm'achèterais à manger plus, mais là, j'essaie de sauver, parce que j'ai pas encore arrêté de fumer.

Comme l'exprime ce participant, le tabagisme est considéré comme une dépense importante minant la qualité de vie et réduisant le pouvoir d'achat. Ce comportement est décrit comme économiquement irresponsable, car il entraîne le manque de nourriture. Cette représentation est une forme d'aliénation, car les fumeurs ont l'impression que le tabagisme exerce un contrôle sur leur vie économique. En ce sens, la transgression de la norme de la responsabilité économique conduit les participants à expérimenter la pauvreté de pouvoir (powerlessness). De plus, la transgression de cette norme les expose à l'attribution d'un statut social disqualifié, comme celui de « faux pauvres ». Ils risquent ainsi d'être stigmatisés et isolés socialement. Dans le discours des participants, les comportements économiquement responsables sont valorisés alors que les comportements jugés économiquement irresponsables sont dénigrés et exposent leur auteur à la stigmatisation de la part des autres personnes en situation d'insécurité alimentaire. La stigmatisation des personnes qui adoptent des comportements économiquement irresponsables indique qu'agir de manière responsable est un impératif économique, mais aussi un impératif moral qui oriente le recours aux stratégies d'adaptation. Ainsi, les stratégies d'adaptation doivent permettre de faire face au manque de nourriture et à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) tout en permettant de faire la démonstration de la responsabilité de leur auteur.

### **3. Les logiques d'action orientant les stratégies d'adaptation**

Les stratégies d'adaptation prennent place dans un cadre économique et normatif. Toutefois, les participants se représentent différemment ces règles, ce qui les conduit à orienter les stratégies qu'ils utilisent selon différentes logiques d'action. Ces logiques sont représentées par les idéaltypes de la responsabilité comme contrat, du droit d'être pauvre, de l'obligation d'être comme tout le monde et de la récompense de la responsabilité. Or, les idéaltypes doivent être envisagés comme des formes idéalisées des pratiques. Dans les faits, aucun participant n'oriente les stratégies qu'il utilise uniquement en fonction d'un idéaltype. D'ailleurs, les propos de certains participants sont si révélateurs des différentes

logiques d'action que des passages de leur entrevue ont été utilisés pour décrire les idéaltypes.

En plus de décrire des logiques d'action, chacun des quatre idéaltypes représente une interprétation de la norme de la responsabilité économique. En effet, bien que tous les participants ont intériorisé la norme de la responsabilité économique, ils ne la respectent pas tous pour les mêmes raisons. Afin de déterminer les raisons qui poussent les participants à respecter la norme de la responsabilité, les différentes croyances véhiculées dans les idéaltypes ont été identifiées et elles ont été comparées aux formes de légitimité présentées par Max Weber, c'est-à-dire la croyance en la légalité, la croyance rationnelle en valeur, la tradition et le charisme (Weber, [1921], 1995). Le type de légitimité associé à chaque idéaltype a été déterminé en se basant sur les croyances véhiculées dans chacun des idéaltypes. Ainsi, il est possible d'affirmer que la responsabilité comme contrat est associée à la légitimité en vertu de la légalité, le droit d'être pauvre à la tradition, l'obligation d'être comme tout le monde au charisme et la récompense de la responsabilité en la croyance rationnelle en valeur.

### **3.1 La responsabilité comme contrat (manque de nourriture et obligation)**

Les stratégies d'adaptation sont des pratiques qui peuvent être utilisées pour faire face au manque de nourriture. En ce sens, les participants orientent leurs pratiques de manière à faire face au manque de nourriture, mais en évitant dans un premier temps de recourir aux organisations d'aide alimentaire. Le désir d'éviter de recourir aux organisations d'aide alimentaire est au cœur de la légitimité que les participants accordent à leur pratique. En effet, ils envisagent la relation d'aide sous une forme contractuelle dans laquelle ils doivent faire des efforts pour avoir droit de recevoir l'aide des organisations.

Participant 4 : Parce que j'veux juste pas ambitionner, parce que faut quand même se forcer dans la vie, parce que je reçois quand même un certain montant d'argent. Puis j'pourrais me dire regarde, fais pas l'épicerie, pis comme ça tu vas pouvoir t'acheter plein d'affaires. Pis non tsé, j'ai quand même une responsabilité, ma responsabilité c'est de bien gérer mon budget.

Comme l'exprime ce participant qui vit de l'aide sociale, recevoir une forme d'aide pour subvenir à ses besoins est considéré comme un privilège dont il ne faut pas abuser. Selon

lui, le meilleur moyen d'éviter d'abuser de l'aide reçue est de se conformer à la norme de la responsabilité économique en exerçant un contrôle strict sur ses dépenses, ce qui l'autorise à recourir à l'aide alimentaire uniquement lorsque la nourriture vient à manquer.

La sévérité du manque de nourriture influence la fréquence à laquelle les participants ont recours à l'aide alimentaire. En effet, moins il y a d'argent disponible pour acheter de la nourriture, plus la fréquence à laquelle ils y ont recours est élevée. Dans certains cas, les ressources peuvent manquer dès les premières semaines du mois alors que dans d'autres, il peut y avoir suffisamment de nourriture pour plus d'un mois avant de devoir recourir à l'aide alimentaire. Le fait que les participants attendent de manquer de nourriture avant de recourir à l'aide alimentaire indique qu'ils la considèrent comme une solution de dernier recours, une forme d'assurance lorsque la nourriture vient à manquer. Toutefois, bien qu'ils cherchent à éviter de demander de l'aide, ils ne considèrent pas nécessairement qu'il s'agit de quelque chose de honteux.

Participant 8 : J'en avais jamais eu de nourriture gratuite moi avant, jamais jamais jamais. La première fois que j'ai eu ça, j'avais l'impression de rentrer dans le village du Père Noël. La semaine passée là quand y reçoivent les choses, y mettent des choses à l'entrée. Quand vous êtes arrivé, y avait des boîtes, toutes sortes d'affaires : des bonbons, des peanuts, des affaires que tu penserais même pas à t'acheter, mais là c'est toute là. Moi j'ai vraiment l'impression que j'entre dans le village du Père Noël, j'arrive les mains vides, pis je repars toujours avec un sac plein de bonnes affaires, du pain, des...

Comme l'exprime cette participante, l'aide offerte par les organisations est considérée comme un privilège. En ce sens, le fait de devoir recourir à l'aide alimentaire ne représente pas une transgression de la norme de la responsabilité. Toutefois, elle juge différemment les personnes qui y ont recours sur une base régulière. Elle décrit ce type de comportement comme un abus, c'est-à-dire comme une transgression de la norme de la responsabilité.

Participant 8 : Ça moi j'me trouve privilégiée d'être capable de le faire, même si j'en vois qui abusent peut-être un p'tit peu là, tsé des fois on est dehors pis on entend parler, pis y en a qui font tout le tour, toutes les places. Ben moi j'trouve que c'est d'l'abus. Parce que une personne peut pas... Tsé t'as beau dire dans une semaine tu fais trois quatre places, tu peux pas arriver à te servir de toute.

Dans cet extrait, le recours à plusieurs organisations d'aide alimentaire est décrit comme une forme d'abus, la locutrice se représente ce comportement comme une manière de

recevoir plus qu'il n'est nécessaire pour faire face au manque de nourriture. Pour elle, abuser des organisations d'aide alimentaire conduit à une forme de gaspillage qui peut priver ceux et celles qui ont réellement besoin des aliments distribués par ces organisations. Dans certains cas, les personnes abusant de l'aide alimentaire sont décrites comme cherchant à revendre les aliments qu'elles reçoivent lors des distributions alimentaires. Les participants décrivant des cas d'abus ont l'impression que ces actions privent les personnes qui ont besoin de l'aide alimentaire d'un service qu'elles méritent. Toutefois, bien que des cas d'abus aient été relevés dans le discours des participants, aucun n'a été témoin de tels actes. En ce sens, il est possible que l'image de l'abuseur découle des représentations des participants et non de faits réels.

Si l'aide alimentaire n'est pas représentée comme quelque chose de honteux, c'est que les participants l'envisagent comme une manière d'avoir accès à de la nourriture gratuitement ou à un coût modique. En effet, certaines organisations d'aide alimentaire demandent une somme d'argent en échange de l'aide. La transaction monétaire peut poser problème pour certains participants, mais le fait de devoir payer n'est pas un problème pour ceux qui se représentent cette pratique comme une obligation.

Participant 12 : Moi j'trouve ça correct, on n'a pas mal pour trois piasses, tsé on en a, c'est quasiment un marché de cent piasses. On a quasiment un marché de cent piasses pour trois dollars.

Pour eux, la relation d'assistance prend la forme d'un rapport marchand dans lequel la somme déboursée est comparée au coût équivalent des aliments achetés dans des commerces. Ainsi, ils n'ont pas l'impression de demander la charité, mais de procéder à une transaction marchande.

Le recours à l'aide alimentaire est envisagé comme une solution de dernier recours, ce qui indique que les personnes en situation d'insécurité alimentaire utilisent d'autres stratégies d'adaptation afin de faire face au manque de nourriture. Les participants ont déclaré avoir recours à des stratégies d'achats, décrites comme le résultat d'une délibération rationnelle dans laquelle les coûts et les bénéfices potentiels sont comparés.

Le calcul sur lequel reposent les stratégies d'achats vise à diminuer les coûts en évitant soigneusement d'acheter des produits luxueux. La distinction entre produits permis et

produits luxueux apparaît comme un processus d'identification des aliments qui seront achetés et consommés. Pour ce faire, les participants affirment consulter les circulaires des épiceries afin d'identifier les aliments en rabais. Cette stratégie permet d'accroître la diversité d'aliments pouvant être intégrés dans la catégorie des produits permis. Une fois les aliments les moins chers identifiés, les participants peuvent rédiger une liste d'épicerie. Cette liste peut être manuscrite ou mentale.

Participant 3 : Je note sur une liste ce qui est en spécial, t'as telle épicerie, t'as telle épicerie, comme y en a deux c'est le Métro et l'Intermarché, et puis j'achète en fonction. C'est ça qui fait mon menu de la semaine, c'est ce qui est en spécial.

La liste d'épicerie a de multiples fonctions. Premièrement, elle permet d'identifier les aliments en rabais, d'élaborer le menu de la semaine et de déterminer quels sont les commerces où les aliments seront achetés. Deuxièmement, elle sert d'aide-mémoire pour se souvenir des aliments dont l'achat est jugé nécessaire. Troisièmement, elle permet de résister à la tentation exercée par les aliments ne se trouvant pas sur la liste. En effet, plusieurs participants ont insisté sur le fait qu'ils ne dévient jamais de leur liste, sans quoi ils risquent de se laisser tenter par des aliments luxueux vendus à prix réduit, ce qui pourrait déséquilibrer leur budget.

La liste ne comprend pas uniquement les aliments les moins chers sur le marché, car certains aliments en solde sont vendus dans des épiceries trop éloignées du lieu de résidence des participants. En effet, plusieurs d'entre eux affirment économiser de l'argent en faisant leur déplacement à pied et en évitant d'utiliser les transports en commun. Cette situation fait en sorte que les participants doivent prendre en compte le prix du déplacement en autobus lorsqu'ils rédigent leur liste d'épicerie. Certains participants sont en mesure de se rendre dans les épiceries situées loin de leur domicile en sollicitant l'aide de membres de leur entourage possédant une voiture. Il devient ainsi possible de réduire le coût de l'épicerie en achetant les aliments les moins chers.

Le désir de faire face au manque de nourriture sans avoir à recourir aux organisations d'aide alimentaire peut conduire à enfreindre la loi et à considérer cela comme une pratique légitime. L'un des participants a affirmé qu'il avait déjà commis de petits larcins afin de faire face au manque de nourriture. De telles actions s'inscrivent dans le respect de la

norme de la responsabilité économique, car elles sont organisées en fonction du même calcul coût-avantage qui oriente les autres stratégies d'adaptation. En effet, la criminalité est considérée comme une stratégie légitime lorsqu'elle est employée comme solution de dernier recours pour faire face au manque de nourriture. En ce sens, les délits apparaissent comme une stratégie d'adaptation aussi légitime que le recours à l'aide alimentaire et le recours aux stratégies d'achats, et ne représentent pas une transgression de la norme de la responsabilité. Si enfreindre la loi est aussi légitime que toutes les autres stratégies d'adaptation, c'est que la légitimité des stratégies d'adaptation dépend du contexte dans lequel elles prennent place. Pour être conforme au contexte, il faut que la stratégie utilisée représente la seule option possible. En ce sens, le contexte dans lequel se déroule la pratique en autorise l'usage.

Dans cet idéaltype, la validité normative est garantie par la croyance en la légalité, car la légitimité des stratégies d'adaptation est envisagée sous la forme d'un contrat imaginaire et tacite dans lequel les participants déterminent les conditions les autorisant à avoir recours à une stratégie d'adaptation. Ainsi, le respect de ce contrat détermine les conditions d'utilisation des stratégies d'adaptation et permet d'en garantir la validité. Pour les participants cherchant à faire face au manque de nourriture, le respect de la norme de la responsabilité économique est une obligation, car s'ils succombent à la tentation exercée par les produits luxueux, l'intensité du manque de nourriture sera accrue. Les stratégies d'adaptation prennent un caractère obligatoire et ce, pour deux raisons : premièrement, il est impossible de faire face au manque de nourriture sans avoir recours à des stratégies d'adaptation; deuxièmement, celles-ci deviennent une forme d'obligation envers les autres acteurs sociaux.

### **3.2 Le droit d'être pauvre (manque de nourriture et droit)**

La représentation des stratégies d'adaptation comme un droit influence le recours à l'aide alimentaire ainsi que l'achat des aliments dans les commerces. Considérer l'aide alimentaire comme un droit implique que les organisations d'aide alimentaire ont des devoirs envers les personnes en situation d'insécurité alimentaire. Les participants considèrent qu'une organisation d'aide alimentaire respecte leur droit lorsqu'elle est en

mesure de répondre à leurs besoins alimentaires en termes de quantité et de qualité tout en respectant leur budget. En ce sens, le fait de demander un montant d'argent en échange de l'aide alimentaire peut être considéré comme une atteinte au droit des personnes en situation d'insécurité alimentaire.

Participant 10 : Non, avant ça j'y allais, j'y allais icitte à l'Église Jacques-Cartier, là c'est la Saint-Vincent-de-Paul, mais là j'ai tout arrêté ça, j'ai dit là ça va faire, parce que je trouve, je considère qu'y ambitionnent sur les pauvres. Pis moi j'suis pas le genre à avoir la langue dans ma poche comme on dit. Non, non là c'est rendu trois dollars d'la fois-là, pis le panier de Noël, y est rendu à huit dollars. Pour avoir un panier de Noël, j'ai dit ça va faire, ça suffit. Pis un panier de Noël, on peut pas choisir, y nous donnent ce qu'y veulent. J'trouve qu'y ambitionnent, j'trouve qu'y exagèrent eux-autres icitte j'allais là avant. Mais c'est terminé. Terminé, j'vas pus là.

Comme l'exprime ce participant, le fait de devoir payer pour recevoir l'aide alimentaire est considéré comme une forme d'abus envers les personnes qui y ont recours, car cette manière de faire entre en contradiction avec la représentation subjective que les participants ont de leur droit.

L'impression que les organisations d'aide alimentaire portent atteinte au droit des participants affecte la relation qu'ils entretiennent avec le personnel de ces organisations. Cette violation de leur droit donne l'impression aux participants qu'ils sont victimes de stigmatisation.

Participante 3 : Y traite les gens, quand il a quelque chose à leur dire, il les traite comme si, vu qu'on est des pauvres, des défavorisés, etc., comme si on était d'la... un rejet de la société, des parias qu'on appelle en Inde.

Comme en témoigne cette participante, cette relation lui donne l'impression d'être pauvre, défavorisée et mise à l'écart de la société, elle a l'impression qu'un statut social disqualifié lui est attribué, ce qui lui donne le sentiment d'être stigmatisée et lui fait vivre la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Lorsque les participants considèrent qu'une organisation d'aide alimentaire porte atteinte à leur droit, ils cessent d'y avoir recours et se mettent à la recherche d'une autre où leur droit sera respecté. Toutefois, pour que le changement soit possible, ils doivent prendre connaissance de l'existence de cette organisation. Pour ce faire, ils sont souvent guidés par



des amis, des voisins ou des professionnels de l'intervention sociale. En ce sens, l'identification des organisations d'aide alimentaire qui peuvent être utilisées par les participants est un processus nécessitant le soutien d'un réseau social.

Le respect du droit à l'aide alimentaire est important pour certains participants, car pour eux, l'aide alimentaire n'est pas une solution de dernier recours, mais plutôt une manière de se nourrir quotidiennement. Comme il est impossible de satisfaire leurs besoins avec l'aide d'une seule organisation d'aide alimentaire, ils ont généralement recours à plus d'une organisation, et ce, sur une base régulière.

Participant 3 : Fait que moi, je dépense au niveau nourriture, je dépense pas énormément. Je dépense pas tout mon budget, parce que je vais tous les midis manger dans une soupe populaire, pas toujours la même. Donc le midi ça me coûte, y a un endroit où je vais, ça me coûte environ dix dollars par mois, parce que c'est cinquante cents du repas, y a un autre endroit où je vais où c'est gratuit. Puis tous mes repas du midi sont... ça vient dans ce budget-là, ça me coûte environ dix dollars par mois. Et moi je finance mes repas du matin et le soir, c'est pas vraiment un repas complet, je cuisine pratiquement plus.

Cette participante va manger dans les soupes populaires tous les jours. Ce type d'aide constitue sa principale source d'approvisionnement alimentaire. Pour elle, l'achat de nourriture dans les épiceries est une manière d'acquérir ce qu'il est impossible d'obtenir auprès des organisations d'aide alimentaire. Toutefois, le fait qu'elle considère l'aide alimentaire comme un droit fait en sorte qu'elle considère cette pratique comme légitime. En ce sens, le recours à l'aide alimentaire sur une base régulière est envisagé comme un comportement économiquement responsable, parce qu'il est conforme au droit.

Tout comme pour les organisations d'aide alimentaire, les participants ont l'impression que les commerçants portent atteinte à leur droit lorsque ceux-ci vendent des articles à un prix prohibitif.

Participant 10 : J'irais pas donner mon argent pour rien à huit et quarante-neuf un pot de café, c'est pas vrai. Bon... j'boirais de l'eau à place... Y en a, c'est épouvantable, y exagèrent. Comment ça se fait qui peuvent à deux et quatre-vingt-dix-huit pis eux autres sont pas capables, j'comprends pas.

En comparant le prix du café entre les différents commerces, ce participant exprime l'opposition entre produits luxueux et produits permis. En effet, il désire faire l'acquisition

de café, mais celui-ci représente un produit luxueux dans l'un des commerces. En ce sens, il constitue à la fois une source de tentation et de ressentiment. Bien que l'acquisition de produits luxueux soit interdite, les participants les désirent tout de même et ils considèrent qu'ils devraient avoir le droit de les acquérir. L'impression que les commerçants portent atteinte à leur droit est d'autant plus manifeste lorsqu'un produit est mis en vente dans une épicerie se trouvant dans un secteur difficilement accessible pour les participants et que le même article soit affiché à plein prix dans leur secteur. Dans ces cas, la différence de prix est considérée comme une atteinte au droit des pauvres qui ont l'impression de vivre une injustice, ce qui conduit les participants à décrire les commerçants comme des gens cherchant à réaliser une plus-value dont la proportion excède le niveau moralement acceptable.

Dans cet idéaltype, les stratégies d'adaptation utilisées pour faire face au manque de nourriture sont considérées comme un droit. Tout comme celles représentées comme une obligation, elles sont le résultat d'une délibération rationnelle par laquelle il est possible de déterminer les meilleurs moyens pour faire face à cette situation. Lorsque les stratégies d'adaptation sont utilisées sur une base régulière, les stratégies les plus efficaces sont déjà déterminées et la délibération est laissée de côté. Dans ce cas, la validité normative est garantie par la tradition, c'est-à-dire que l'agent considère que cette pratique est légitime parce qu'il croit qu'elle a toujours existé. Légitimer les stratégies d'adaptation par la tradition fait en sorte que l'agent considère qu'il ne peut pas transgresser la norme de la responsabilité économique. Cette manière d'assurer la validité des stratégies d'adaptation entraîne une modification des représentations qui y sont associées. En effet, lorsque les stratégies d'adaptation sont devenues une habitude, elles ne sont plus considérées comme une manière de minimiser les conséquences du manque de nourriture, mais comme un droit, c'est-à-dire comme quelque chose qui est dû aux personnes en situation d'insécurité alimentaire en raison des conditions dans lesquelles elles vivent, elles sont alors envisagées comme le prolongement du système de protection sociale. Ainsi, le fait d'être confronté à la pauvreté économique est considérée comme un critère qui permet de recourir aux stratégies d'adaptation sans transgresser la norme de la responsabilité.

### **3.3 L'obligation d'être comme tout le monde (pauvreté de pouvoir et obligation)**

En plus de l'expérience du manque de nourriture, les personnes en situation d'insécurité alimentaire font l'expérience de la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Les participants la décrivent comme une perte de contrôle sur leur vie quotidienne, mais aussi comme une forme d'invisibilité sociale. En effet, les personnes en situation d'insécurité alimentaire peuvent vivre un déclassement et ressentir le besoin de le dissimuler en évitant de tisser des liens avec les autres personnes dans la même situation.

Participant 4 : C'est vrai que sur le moment, c'était comme un choc parce que tu passes d'un certain standing de vie à un autre, pis là t'apprends un peu à devenir invisible dans la foule, dans le sens que tout le monde, on a notre fierté. C'est sûr que quand on se retrouve dans ces centres-là, Centre de l'amitié, Saint-Vincent de Paul, pis ces endroits-là, on fait pas exprès pour essayer de se reconnaître sur la rue, on garde un certain anonymat.

Dans ce passage, le participant exprime que rester dans l'anonymat lui permet de protéger l'image qu'il a de lui-même en évitant de s'associer aux autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire. En agissant ainsi, il utilise l'invisibilité sociale comme une manière de protéger son identité sociale, c'est-à-dire d'éviter de se voir attribuer le statut de « faux pauvre ». En ce sens, ce participant utilise l'invisibilité sociale comme une forme de protection contre la stigmatisation, mais cela peut conduire à l'isolement social.

L'isolement social peut donner l'impression aux participants qu'ils sont seuls pour faire face à leurs problèmes. Cette situation affecte notamment les personnes sans emploi, car le travail joue un rôle important dans le développement et le maintien de la vie sociale. Afin de faire face à l'isolement, les participants sont dans l'obligation de s'intégrer dans de nouveaux cercles sociaux.

Participante 6 : Parce que je viens de déménager, comme j'veus disais je suis retraitée, pis je connais pas le quartier, je connais personne dans le quartier, c'est pour faire des nouvelles rencontres, des nouvelles connaissances.

Cette participante récemment retraitée a dû déménager dans un appartement moins dispendieux pour compenser la diminution de son revenu. Toutefois, cela a fait en sorte qu'elle a perdu accès à son réseau social. Pour faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), elle a commencé à participer à des groupes de cuisines collectives. Pour

les participants dans une situation similaire à la sienne, il devient nécessaire d'avoir accès à un réseau permettant de les supporter moralement. Pour eux, les stratégies d'adaptation ne constituent pas nécessairement une manière de faire face au manque de nourriture, mais davantage une manière de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) en s'intégrant dans un groupe social.

L'intégration à un groupe peut être difficile pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire, car pour éviter d'être stigmatisées par les membres du groupe et ainsi d'être étiquetées comme « faux pauvres », elles doivent faire la démonstration que leur pratique est conforme à la norme de la responsabilité économique en se conformant aux règles établies par le groupe. Ces règles ont pour fonction d'assurer le bon déroulement de la pratique à laquelle participent les membres du groupe.

Participant 7 : Quelqu'un qui, comme j'veus dis qui est difficile pis qui est pas social, y est pas là. Y faut, à moment donné on va faire une recette pis c'est vraiment la recette, ça ressemble pas, mais là on le jettera pas, on s'adapte avec.

Comme l'exprime cette participante à des groupes de cuisines collectives, une personne ayant une attitude négative représente une entrave au bon déroulement de l'activité. En effet, quelqu'un d'asocial qui participerait aux cuisines collectives sans chercher à socialiser risquerait de modifier la dynamique du groupe. D'un autre côté, quelqu'un de difficile qui chercherait à imposer ses préférences alimentaires aux autres risquerait de générer des conflits au sein du groupe. Ces deux aspects permettent de mettre en évidence que pour bien s'intégrer dans un groupe de cuisines collectives, il faut que la pratique ait le même sens pour tous les membres du groupe, c'est-à-dire de briser l'isolement social. Puisque le sens de cette pratique est d'établir des liens sociaux, les participants acceptent de sacrifier leurs préférences alimentaires et de se plier à la volonté du groupe qui peut se résumer aux idées d'une poignée de personnes faisant preuve d'initiative. Ce sacrifice n'accroît pas la pauvreté de pouvoir (powerlessness), car dans les cuisines collectives, les préférences culinaires importent moins que l'établissement de liens sociaux permettant ainsi l'intégration à un groupe de soutien.

Une stratégie d'adaptation dont le sens est partagé par les membres d'un groupe permet à ces derniers d'être reconnus comme étant semblables, c'est-à-dire comme des personnes

dont la situation d'insécurité alimentaire a été engendrée par des événements hors de leur contrôle. En d'autres mots, il s'agit de reconnaître les autres comme des individus qui ne transgressent pas la norme de la responsabilité économique.

Participant 13 : Tous dans le même bateau, fait qu'on essaie de ramer sur le même bord.

Comme l'exprime ce participant, il y a une forme de solidarité entre les personnes qui ont recours à l'aide alimentaire, car elles sont toutes confrontées à des difficultés similaires et par conséquent, elles doivent toutes y faire face. La solidarité est rendue possible en reconnaissant les autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire comme semblables à soi.

Reconnaître qu'une personne mérite de recevoir de l'aide peut conduire les participants à vouloir lui venir en aide. En effet, la reconnaissance permet l'entraide et l'établissement d'un réseau de soutien entre les personnes en situation d'insécurité alimentaire.

Participant 15 : Ça fait que moi souvent mes denrées, y a une p'tite partie qui sert à un de mes protégés. Lui y est malade pis y a du mal à aller aux services, puis donc quand que j'cuisine, lui y a souvent sa p'tite part.

Cette participante donne une part de la nourriture qu'elle reçoit à une personne qui n'est pas en mesure d'avoir un accès physique à l'aide alimentaire. Pour elle, venir en aide aux autres lui permet de se sentir utile, ce qui rehausse l'image qu'elle a d'elle-même et lui permet d'éviter d'occuper le palier inférieur d'une relation sociale hiérarchique. En effet, en utilisant une partie de la nourriture qu'elle reçoit pour aider les autres, elle offre une aide matérielle et symbolique qui la place au même niveau que les organisations d'aide alimentaire. Ainsi, en aidant les autres, elle est en mesure de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Les participants voulant faire face à l'isolement social cherchent à s'intégrer dans un groupe de soutien. Pour ce faire, ils doivent s'assurer que le sens de leur pratique soit conforme à celui des autres membres du groupe, car cela leur permet d'être reconnus comme semblables aux autres personnes qui ont recours à l'aide alimentaire, c'est-à-dire comme des personnes qui ne se définissent pas uniquement à partir de leurs conditions économiques, mais aussi à partir du sens de leur pratique. Pour les participants, être

reconnu en fonction du sens de leur pratique permet d'être reconnu pour leurs qualités individuelles. Celles-ci ne se démarquent pas par leur caractère exceptionnel, mais plutôt parce qu'elles sont partagées et valorisées par les autres membres du groupe.

La pauvreté de pouvoir (powerlessness), tout comme le manque de nourriture, peut engendrer de la souffrance. C'est pourquoi les participants ressentent le besoin de faire face à la souffrance engendrée par la pauvreté de pouvoir (powerlessness) par une volonté de protéger leur statut social tout en s'intégrant dans un cercle social. La protection de l'identité sociale réfère à la volonté des participants d'échapper à l'impression de stigmatisation, alors que l'intégration à un groupe social permet de faire face à l'isolement social. Toutefois, la poursuite de ces deux objectifs débouche sur un paradoxe, parce qu'ils sont poursuivis simultanément et que l'atteinte de l'un peut empêcher d'atteindre l'autre. En effet, pour protéger leur statut social, les participants peuvent être obligés de s'isoler socialement, alors que l'intégration à un groupe social oblige les participants à courir le risque de s'exposer à la stigmatisation.

Les stratégies d'adaptation s'inscrivant dans cet idéaltype visent à faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) en permettant à l'agent de s'intégrer dans un groupe social. Cela n'est possible qu'en étant reconnu par les membres du groupe comme étant semblable à eux, c'est-à-dire que l'agent doit agir conformément à l'interprétation que le groupe fait de la norme de la responsabilité économique. Puisque dans cet idéaltype, les autres deviennent le point de référence permettant de juger de l'acceptabilité d'un comportement, la validité normative est garantie par le charisme qui prend alors une forme radicalement différente de celle décrite par Weber ([1921], 1995). En effet, pour le sociologue allemand, le charisme réfère aux qualités extraordinaires d'une personne alors qu'ici, le charisme réfère à une glorification du conformisme qui est incarné dans ce qu'Hoggart (1970) nomme l'homme moyen. L'homme moyen est une représentation abstraite qui invite les agents à adopter les mêmes comportements, les mêmes croyances, les mêmes idées et les mêmes goûts que la majorité. Être conforme à l'image de l'homme moyen engendre un sentiment de dignité, car tous deviennent semblables et égaux, de cette manière, il ne peut plus y avoir de rapports hiérarchiques. En raison de ce rapport d'égalité, il devient

impossible de désigner un égal comme « faux pauvre » sans s'affubler soi-même de cette étiquette.

### **3.4 La récompense de la responsabilité (pauvreté de pouvoir et droit)**

Faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) implique l'acquisition d'un pouvoir permettant de transformer ses conditions d'existence. Les participants utilisent d'autres stratégies que de se limiter aux produits permis, car devoir limiter leurs achats à ceux-ci diminue leur estime d'eux-mêmes et engendre la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Participant 5 : Le pain, quand on va toujours au minimum, vous comprenez ce que je veux dire, le pain à rabais, la saucisse à rabais, toute à rabais, le lait à rabais, ben tout est rabaissé.

Comme l'exprime ce participant, le fait de devoir acheter uniquement des produits à rabais mine l'estime qu'il a de lui-même. En effet, il a l'impression que, parce qu'il doit acheter des produits à prix réduit, il a moins de valeur que les personnes qui ne sont pas confrontées à l'insécurité alimentaire.

Afin de rehausser l'image qu'ils ont d'eux-mêmes les participants doivent accroître leur pouvoir d'achat et utiliser des stratégies qui leur permettent d'acquérir des produits luxueux. Ils exercent des choix qui ne sont pas limités aux produits permis. Cette manière de faire représente une transgression de la norme de la responsabilité économique, mais les participants considèrent que cela est nécessaire.

Participante 8 : Moralement, même si on n'a pas les moyens nécessairement d'y aller [au restaurant], mais j'trouve que ça coûte moins cher que de payer un psy parce que tu restes chez vous pis que tu manges les murs pis que... Fait que dépenser cinq piasses, six piasses, sept piasses, une fois par mois, deux fois par mois, ça le vaut, parce que psychologiquement ça l'aide. C'est beau de couper, mais à moment donné y faut se récompenser.

Comme l'exprime cette participante, il est nécessaire de se récompenser pour les efforts réalisés tout en essayant de limiter les impacts du manque de nourriture. Le caractère nécessaire de cette transgression indique qu'elle considère qu'elle a occasionnellement le droit de transgresser la norme de la responsabilité économique si celle-ci est respectée les

autres jours du mois. Ainsi, pour avoir le droit de transgresser la norme de la responsabilité, faut faire des efforts pour avoir les ressources financières permettant de se récompenser.

Pour les participants cherchant à faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), avoir le droit de se récompenser pour les sacrifices effectués représente un objectif qui permet de motiver l'utilisation des stratégies d'adaptation. Cette force motivationnelle modifie la manière dont les participants se représentent les stratégies d'adaptation. En effet, lorsque celles-ci sont employées pour faire face au manque de nourriture, elles sont considérées comme une nécessité, mais lorsqu'elles sont employées pour faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), elles sont considérées comme un moyen d'atteindre l'objectif poursuivi.

Participant 3 : Mon fromage j'veais m'en acheter si y est en spécial. Moi j'parle pas du cheddar, j'parle plus d'un camembert, d'un brie ou d'un oka, par exemple le oka, maintenant au métro, de temps en temps, une fois par mois, une fois aux deux mois, ils le mettent à un prix raisonnable, fait que là j'en achète, j'me gâte. Mais le reste de temps, j'veais pas aller m'en acheter parce que ça va trop me bouffer mon budget et moi j'aime mettre un petit peu de côté, même si j'ai pas le droit, ils le savent pas. J'mets un p'tit peu de côté pour avoir un voyage à moi une fois par année.

Comme l'exprime cette participante, l'utilisation de stratégies monétaires lui permet d'intégrer des produits luxueux comme des fromages fins dans la catégorie des produits permis et de se faire plaisir. Cette transformation dans la manière dont sont envisagées les stratégies d'adaptation fait en sorte qu'elles ne sont plus considérées comme une conséquence d'une situation économique précaire, mais comme un choix rationnel. En effet, cette participante décrit l'interdiction d'acquérir des produits luxueux comme une contrainte nécessaire à la réalisation de son projet : voyager. En se représentant les stratégies d'adaptation comme un moyen, les participants ont l'impression d'exercer leur pouvoir de choisir et ainsi de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Par ailleurs, les entrevues ont fait ressortir deux modèles alimentaires dont l'adoption permet aux participants de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Le premier est le modèle alimentaire végétarien qui permet de réduire le coût des dépenses en épicerie et dont l'adoption donne aux participants l'impression d'exercer un contrôle sur leur



alimentation en s'inscrivant dans un modèle alimentaire différent du modèle dominant, comme l'exprime ce participant en décrivant les habitudes alimentaires de son entourage.

Participant 9 : Ben l'steak c'était pas... c'est bon. Ah, c'est bon des steaks! Tsé deux steaks par semaine, trois steaks. Ah oui, tu peux te l'payer pis tout ça. Mais y avait des végétariens, c'est quoi cette affaire-là? Tsé y avait des alternatives de nutrition. Fait que j'essaye ça. Tsé c'est, c't'un travail en progression, la vie c'est ça.

Pour ce participant, la consommation de viande est envisagée comme faisant partie intégrante du modèle alimentaire dominant. Toutefois, le prix élevé des protéines animales l'empêche de s'en procurer régulièrement et par conséquent de s'intégrer dans ce modèle alimentaire.

En éliminant de l'alimentation la viande qui est souvent considérée comme un produit luxueux par les participants en raison de son prix prohibitif et de la difficulté de s'en procurer auprès des organisations d'aide alimentaire, le modèle alimentaire végétarien apparaît comme une alternative légitime au modèle dominant et permet d'échapper à la pauvreté de pouvoir (powerlessness). En effet, les recettes végétariennes permettent de se passer de viande sans avoir l'impression qu'il s'agit d'une privation, car malgré l'absence de viande, les mets végétariens sont en mesure de procurer aux participants un plaisir gustatif. De plus, le végétarisme permet aux participants d'avoir l'impression d'exercer un contrôle sur leur santé. Dans bien des cas, les participants ayant adopté ce modèle alimentaire affirment avoir perdu du poids, ce qui leur donne l'impression de manger plus sainement et d'exercer un contrôle sur leur corps.

Le second modèle alimentaire adopté pour faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) est le modèle « traditionnel » dont les pratiques ont pour objectif d'économiser en évitant d'acheter des aliments transformés et en cuisinant essentiellement à partir d'aliments bruts. Ce modèle est qualifié de traditionnel, car les participants ayant adopté ce modèle alimentaire se réfèrent souvent à leur mère ou à leur grand-mère comme modèle de maîtrise de ces pratiques culinaires.

Participante 15 : Faut apprendre à cuisiner parce que du tout prêt à manger, ça coûte une fortune. Pis c'est plus contrôlé, on contrôle plus le goût, on contrôle plus nos affaires quand qu'on cuisine.

Cette participante a adopté le modèle alimentaire traditionnel parce qu'elle apprécie les économies qu'il permet de réaliser, mais surtout parce qu'il permet d'exercer un contrôle sur son alimentation en s'assurant que les plats cuisinés correspondent à ses préférences. De plus, le fait de cuisiner à partir d'aliments bruts peut représenter un défi mettant à l'épreuve les habiletés des participants. La réalisation de recettes complexes permet aux participants de ressentir un sentiment d'accomplissement personnel et ainsi de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

Lorsque les participants adoptent un nouveau modèle alimentaire, ils n'adhèrent pas nécessairement aux valeurs véhiculées par ce modèle. Le choix du nouveau modèle alimentaire est un moyen pour réaliser un projet et se fait en fonction de l'objectif poursuivi par les participants. Il peut s'agir d'opérer une transformation de leur corps comme perdre du poids en mangeant plus sainement ou de réduire le coût des dépenses alimentaires tout en accroissant la quantité d'aliments avec lesquels il est possible de réaliser des recettes. Ainsi, l'adhésion à un nouveau modèle alimentaire permet aux participants de combattre les effets de la pauvreté de pouvoir (powerlessness) en exerçant un plus grand contrôle sur leur alimentation.

Dans cet idéaltype, les stratégies d'adaptation visent la réalisation d'un projet qui est lui-même orienté en fonction des valeurs. Toutefois, pour que le projet puisse permettre de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), il doit être conforme aux valeurs des participants, autrement ils ne le considéreront pas comme désirable. La désirabilité est ce qui motive les participants à entreprendre le projet. Ainsi, le désir de réaliser le projet permet de justifier les moyens utilisés pour y arriver. Lorsque les moyens entrent en contradiction avec la norme de la responsabilité, les participants ne se représentent pas ce choix comme une transgression de la norme de la responsabilité économique, mais comme un moyen légitime de réaliser leur projet. En ce sens, la validité normative est assurée par la croyance rationnelle en valeur.

En considérant les stratégies d'adaptation comme des pratiques, il a été possible de mettre en évidence qu'elles sont régies à la fois par un impératif économique et par un impératif moral. L'impératif économique oblige les participants à limiter leurs achats aux produits permis afin d'éviter d'accroître les effets du manque de nourriture alors que l'impératif

moral oblige les participants à se conformer à la norme de la responsabilité économique sans quoi ils risquent d'être étiquetés comme « faux pauvres » et de s'exposer à la stigmatisation. Toutefois, la manière dont les participants interprètent la norme de la responsabilité les conduit à inscrire les stratégies d'adaptation qu'ils utilisent dans des logiques d'action conformes à leurs croyances. Ces croyances influencent la source de validité que les participants accordent à la norme de la responsabilité économique et ainsi légitiment le recours aux stratégies d'adaptation. En effet, les stratégies d'adaptation comprises dans l'idéaltype de *La responsabilité comme contrat* sont légitimées par la croyance en la légalité, celles s'inscrivant dans *Le droit d'être pauvre* par la tradition, celles décrites par *L'obligation d'être comme tout le monde* par le charisme et celles représentant *La récompense de la responsabilité* par la croyance rationnelle en valeur.

## **Chapitre 5 : Discussion**

Ce chapitre vise à faire un retour sur les divers éléments de cette recherche. Il présente une synthèse des résultats, les limites méthodologiques de l'enquête et des suggestions pour mener de futures études portant sur les stratégies d'adaptation utilisées pour faire face à l'insécurité alimentaire.

### **1. La synthèse des résultats**

L'analyse des résultats a permis de mettre en évidence que les stratégies d'adaptation utilisées par les personnes en situation d'insécurité alimentaire sont semblables parce qu'elles obéissent toutes à des impératifs à la fois économique et normatif, mais qu'elles diffèrent les unes des autres du fait qu'elles obéissent à des logiques d'action différentes. À partir de ces ressemblances et de ces différences, il a été possible de déconstruire les stratégies d'adaptation pour en dégager les éléments à partir desquels elles se constituent comme pratique, c'est-à-dire leur sens, leurs règles explicites et leur structure téléoaffective.

Afin de faire face aux effets de l'insécurité alimentaire, les participants doivent organiser leur pratique conformément à l'impératif économique qui les oblige à limiter leurs achats aux produits permis. Cet impératif représente un ensemble de préceptes qui leur permet d'évoluer dans l'environnement économique. Toutefois, être en mesure d'évoluer dans cet environnement ne signifie pas que les participants sont en mesure d'exercer un contrôle sur celui-ci. Les stratégies d'adaptation utilisées constituent davantage une réaction aux contraintes économiques imposées par ce système qu'un réel contrôle sur l'environnement. En ce sens, l'impératif économique doit être envisagé comme une contrainte extérieure qui est imposée aux personnes en situation d'insécurité alimentaire.

L'impératif économique découle d'une combinaison du sens et des règles explicites des stratégies d'adaptation qui sont tous deux issus de l'environnement économique. Le sens des stratégies d'adaptation permet d'orienter les différentes actions économiques dans le but de faire face à l'insécurité alimentaire. Pour ce faire, les participants doivent acquérir

des connaissances relatives au fonctionnement des organisations d'aide alimentaire et aux prix des aliments vendus dans les commerces. Ces connaissances leur permettent de faire face au manque de nourriture et à la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Lors de l'analyse, le manque de nourriture et la pauvreté de pouvoir (powerlessness) ont été présentés comme étant les motivations du recours aux stratégies d'adaptation. Cette distinction est strictement théorique, car dans les faits, une même stratégie peut être utilisée pour faire face à ces deux aspects de l'insécurité alimentaire. Ainsi, il est impossible de déterminer empiriquement si le désir de faire face au manque de nourriture et à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) représente deux sens différents des stratégies d'adaptation ou s'il s'agit de deux aspects d'un même sens. Malgré cette limite, la distinction entre manque de nourriture et pauvreté de pouvoir (powerlessness) s'est avérée utile et nécessaire afin de mieux comprendre le recours aux stratégies d'adaptation et les logiques qui les sous-tendent.

Tout comme le sens, les règles explicites permettent aux participants de faire face aux contraintes économiques. Elles prennent la forme de calculs permettant aux participants de subvenir à leurs besoins malgré les ressources financières limitées dont ils disposent. Ainsi, les règles explicites permettent de déterminer les meilleurs moyens à utiliser pour faire face à l'insécurité alimentaire. À ce titre, elles peuvent être représentées par l'obligation d'acheter les produits permis et surtout par l'interdiction d'acheter les produits luxueux. En ce sens, le non-respect des règles explicites expose les participants à expérimenter plus sévèrement les effets de l'insécurité alimentaire, ce qui est contradictoire à l'objectif des stratégies d'adaptation.

En plus de devoir composer avec des contraintes économiques, les personnes en situation d'insécurité alimentaire doivent également composer avec des contraintes normatives. Ces contraintes sont issues de la structure téléoaffective des stratégies d'adaptation. Cette structure prescrit dans quel contexte le recours aux stratégies d'adaptation est acceptable et dans lequel il ne l'est pas. Pour que le recours aux stratégies d'adaptation soit acceptable, il doit se faire conformément à la norme de la responsabilité économique, c'est-à-dire que les participants doivent faire la démonstration que l'insécurité alimentaire est causée par des circonstances échappant à leur volonté, en d'autres mots qu'elle n'est pas attribuable à une

mauvaise gestion de leurs finances personnelles. Une personne qui n'est pas en mesure de faire cette démonstration risque d'hériter d'un statut social disqualifié et d'être étiquetée comme « faux pauvre ». L'existence de cette sanction sociale témoigne que la norme de la responsabilité économique est un mécanisme de contrôle externe qui impose aux personnes d'orienter leur pratique conformément à la croyance que la pauvreté a des causes individuelles et que par conséquent les solutions sont elles aussi individuelles. En considérant que les causes et les solutions à la pauvreté relèvent de la responsabilité des personnes confrontées à cette situation, ces dernières sont contraintes de subvenir à leurs besoins par elles-mêmes malgré les difficultés économiques qu'elles rencontrent.

Les stratégies d'adaptation sont semblables parce qu'elles sont toutes régies par le même impératif économique et par le même impératif moral. Toutefois, elles sont aussi différentes, car elles peuvent être guidées par des logiques d'action différentes. Ces logiques d'action sont influencées par les croyances des participants, ce qui les conduit à interpréter de manière différente la norme de la responsabilité économique. Les croyances jouent un rôle capital dans le respect de la norme, car elles en assurent la validité. En effet, les participants peuvent la considérer comme valide en raison de leurs croyances en la légalité, en la tradition, en des qualités individuelles ou en certaines valeurs. Ces sources de validité conduisent les participants à interpréter la norme de la responsabilité économique afin de la rendre conforme à leurs croyances. Ce faisant, la norme de la responsabilité économique devient un reflet des représentations qu'ils ont de leurs actions. L'interprétation de la norme de la responsabilité économique fait en sorte que les participants envisagent les règles normatives comme le produit de leur rationalité, ce qui leur donne l'impression d'exercer un contrôle symbolique sur leur vie économique. Toutefois, l'impératif moral n'est pas le produit de la rationalité des agents, mais bien une construction sociale.

La présente recherche tire son originalité du fait qu'elle étudie l'insécurité alimentaire et les stratégies d'adaptation en tenant compte des contraintes économiques, de l'aliénation et de la normativité. En effet, la plupart des recherches portant sur ce sujet envisagent ce phénomène uniquement sous l'angle économique en présentant les stratégies d'adaptation comme des actions économiques utilisées pour faire face au manque de nourriture. La

nécessité de recourir aux stratégies d'adaptation est expliquée par l'intensité du manque de nourriture. Bien que cette explication ne prenne pas en compte l'aliénation et la normativité, il s'agit d'une réalité qui a également été observée lors de l'analyse des données.

En dehors des recherches menées par Hamelin, peu d'études ont pris en compte l'aliénation vécue par les personnes en situation d'insécurité alimentaire. Toutefois, puisque la présente recherche prenait comme objet d'étude les stratégies d'adaptation, les observations qui en découlent ne peuvent être comparées à celles d'Hamelin (2002). En effet, en plus de considérer le manque de nourriture et la pauvreté de pouvoir (powerlessness) comme des aspects de l'insécurité alimentaire, ils ont été envisagés comme les motivations au recours aux stratégies d'adaptation. L'analyse des stratégies d'adaptation en fonction des motivations incite à abandonner la catégorisation des stratégies d'adaptation présentée dans le premier chapitre, soit les stratégies d'achats, les demandes d'aide, les stratégies basées sur le capital humain, les techniques monétaires et la criminalité. Cette catégorisation constitue une classification partielle, car elle aborde les stratégies d'adaptation uniquement comme un moyen pour faire face aux difficultés économiques et laisse de côté les aspects liés à la pauvreté de pouvoir (powerlessness). Bien que ces catégories permettent d'illustrer les stratégies d'adaptation, elles ne permettent pas de comprendre les logiques sur lesquelles elles reposent.

La présente recherche a révélé que les logiques d'action à la base des stratégies d'adaptation sont influencées par les environnements économique et normatif, ce que confirment les autres études portant sur l'insécurité alimentaire. Toutefois, les recherches tenant compte de l'environnement normatif se limitent à la normativité des modèles alimentaires, c'est-à-dire aux normes qui régissent la consommation alimentaire (Dupréré, 2014). L'originalité de cette recherche est qu'elle décrit une forme de normativité qui est propre aux stratégies d'adaptation : la norme de la responsabilité économique. Le respect de cette norme permet aux personnes en situation d'insécurité alimentaire d'éviter de se voir attribuer le statut de « faux pauvres » et d'avoir l'impression d'exercer un contrôle symbolique sur leur vie économique.

Les stratégies d'adaptation doivent être considérées comme des objets sociologiques multidimensionnels comprenant des aspects à la fois économiques, normatifs et symboliques. Afin de rendre compte de ces trois aspects, il a été nécessaire de considérer les stratégies d'adaptation comme une pratique, c'est-à-dire comme un nexus organisé d'actions constituant une manifestation socialement organisée des actions humaines. Ce faisant, il a été possible de déconstruire cette pratique et d'en dégager le sens, les règles explicites et la structure téléoaffective, ce qui a permis d'identifier les structures symboliques et les logiques d'action qui influencent le recours aux stratégies d'adaptation.

Dans la présente recherche, il n'a pas été possible d'identifier des structures téléoaffectives qui différencieraient de la norme de la responsabilité économique. Par conséquent, il a été impossible de déterminer si cette norme peut entrer en conflit avec d'autres formes de normativité susceptibles d'influencer les stratégies d'adaptation et donc, de relever l'existence de conflits normatifs. Pour relever l'existence de conflits normatifs, il serait nécessaire d'étudier les stratégies d'adaptation sans tenir compte de la situation d'insécurité alimentaire et de les considérer uniquement comme des pratiques alimentaires ayant leur propre sens, leurs propres règles explicites et leur propre structure téléoaffective.

## **2. Les limites méthodologiques**

Les exigences méthodologiques ne permettent pas de tirer des conclusions qui dépassent le cadre de cette enquête. Toutefois, elles visent à s'assurer que les résultats obtenus sont conformes à la réalité étudiée et qu'ils ont une valeur scientifique. Dans ce mémoire, la principale limite est liée à la taille de l'échantillon et au fait qu'il ne soit pas représentatif. Deux conséquences découlent de cette situation : premièrement, généraliser les résultats au-delà de l'échantillon est hasardeux et deuxièmement, la théorie produite à partir des données recueillies ne peut pas composer à elle seule une théorie formelle, mais uniquement une théorie substantive.

Il serait peu avisé de généraliser les résultats au-delà de l'échantillon participant. Puisqu'il a été composé de manière non-probabiliste, certains profils de personnes en situation d'insécurité alimentaire ne sont pas représentés. Par exemple, les individus confrontés à



l'insécurité alimentaire qui n'ont pas recours à l'aide alimentaire et ceux de moins de trente ans sont peu représentés au sein de l'échantillon. En effet, il a été impossible de rencontrer des personnes n'ayant pas recours à l'aide alimentaire et il a été possible de rencontrer un seul participant de moins de trente ans. Les limites que comporte l'échantillonnage ne rendent pas les résultats invalides ou inutilisables, car l'objectif de ce mémoire n'est pas de quantifier une réalité sociale, mais plutôt d'exposer une réalité sociale et de rendre compte de l'expérience de ceux qui la vivent. Il s'agit d'une recherche exploratoire visant à mettre au jour un phénomène et à en faire la description. À ce titre, il n'est pas nécessaire d'avoir un vaste échantillon, mais uniquement un échantillon suffisamment grand pour atteindre la saturation des données.

La petite taille de l'échantillon entraîne aussi l'impossibilité de développer une théorie formelle à partir des données obtenues, mais uniquement une théorie substantive. Bien que l'échantillonnage ait été effectué en respectant les règles de l'échantillonnage théorique, les terrains de recherche sont tous liés aux organisations d'aide alimentaire. L'usage de l'échantillonnage théorique ne visait pas à développer une théorie formelle, mais plutôt à garantir l'accès à une variété d'expériences d'aide alimentaire. Bien que les conclusions de ce mémoire constituent une théorie substantive, elles peuvent contribuer au développement de la sociologie en servant de point de départ pour d'autres recherches.

### **3. Suggestions pour de futures études**

En raison des données collectées, il n'a pas été possible d'atteindre tous les objectifs fixés. En effet, il a été impossible d'identifier des conflits normatifs engendrés par une contradiction entre la norme de la responsabilité économique et d'autres règles normatives pouvant influencer le recours aux stratégies d'adaptation. Afin d'atteindre cet objectif, il faudrait conduire une nouvelle enquête qui viserait à étudier les stratégies d'adaptation comme des pratiques alimentaires et à comparer la norme de la responsabilité économique avec les différentes structures téléoaffectives qui influencent ces pratiques. Pour ce faire, il faudrait interviewer des individus dont les habitudes alimentaires diffèrent de celles véhiculées dans le modèle alimentaire dominant, par exemple, en rencontrant des participants issus de l'immigration non-occidentale. Cette démarche comparative

permettrait de déterminer si la norme de la responsabilité économique est la seule structure téléoaffective susceptible d'influencer le recours aux stratégies d'adaptation.

Les résultats de la présente recherche soulèvent aussi un questionnement théorique dont la réponse permettrait de préciser le concept de stratégies d'adaptation à l'aide de la théorie de la pratique. Il est possible que les actions motivées par le désir de faire face à la pauvreté de pouvoir (powerlessness) soient orientées davantage par la structure téléoaffective que par le sens. La pauvreté de pouvoir (powerlessness) dans sa dimension objective réfère à des structures sociales, mais dans sa dimension subjective, elle comporte un caractère émotionnel qui peut se rapporter à la structure téléoaffective. Si tel est le cas, l'axe représentant les motivations à recourir aux stratégies d'adaptation devrait être modifié et devenir un axe reflétant l'organisation des actions au sein de la pratique. Cet axe permettrait d'opposer deux éléments de la structure téléoaffective : la normativité et les émotions. En ce sens, les stratégies d'adaptation appartenant à ces catégories pourraient se distinguer en fonction de leur conformité à la norme de la responsabilité économique ou en fonction du désir des participants à satisfaire un besoin émotionnel. Lors de l'analyse, il n'a pas été possible de déterminer si l'expérience que les participants font de la pauvreté de pouvoir (powerlessness) réfère à son caractère objectif ou subjectif ni d'affirmer que la pauvreté de pouvoir relève de la structure téléoaffective. D'autres recherches devraient être menées afin de départager ces deux éléments de la pauvreté de pouvoir (powerlessness).

## Conclusion

Ce mémoire s'appuie sur le postulat que les stratégies d'adaptation utilisées pour faire face à l'insécurité alimentaire constituent une pratique comprenant un sens, des règles explicites et une structure téléoaffective. En identifiant ces trois dimensions de la pratique au sein des stratégies d'adaptation, il est ressorti que le sens correspond au désir de faire face au manque de nourriture et à la pauvreté de pouvoir (powerlessness), que les règles explicites correspondent aux règles du système économique et que la structure téléoaffective correspond à des règles issues de l'environnement normatif. Les règles économiques imposent aux personnes en situation d'insécurité alimentaire de limiter leurs achats aux produits permis et les règles normatives leur imposent de faire la démonstration qu'elles adoptent un comportement économiquement responsable. Les règles économiques et normatives sont des principes qui orientent les actions des agents que ces derniers sont contraints de les respecter, c'est pourquoi elles ont été désignées comme des impératifs. D'une part, la transgression de l'impératif économique risque de déséquilibrer l'équilibre budgétaire des personnes en situation d'insécurité alimentaire et ainsi d'accroître les effets du manque de nourriture. D'autre part, la transgression de l'impératif moral les expose à se voir attribuer la responsabilité de leur pauvreté et d'être étiquetés comme « faux pauvres ».

Afin de rendre compte des logiques d'action associées au recours aux stratégies d'adaptation des personnes en situation d'insécurité alimentaire, les impératifs économique et moral doivent être pris en considération. Or, puisque la majorité des recherches visant à expliquer la logique de ces actions s'inscrivent uniquement dans une perspective économique, il a été nécessaire d'élaborer de nouveaux outils analytiques à l'aide d'une construction idéaltypique. Ainsi, en combinant les notions de manque de nourriture, de pauvreté de pouvoir (powerlessness), d'obligation et de droit, il a été possible de construire quatre idéaltypes décrivant quatre logiques d'action distinctes : la responsabilité comme contrat, le droit d'être pauvre, l'obligation d'être comme tout le monde et la récompense de la responsabilité.

Ces quatre idéaltypes représentent les manières dont les personnes en situation d'insécurité alimentaire se représentent l'impératif moral. En effet, pour que les règles normatives

soient respectées, les agents doivent les interpréter de manière à les rendre conformes à leurs croyances. Ainsi, ils en viennent à croire que ces règles sont le fruit de leur rationalité et que leur respect permet d'exercer un contrôle symbolique sur leur vie économique, mais il ne s'agit que d'une impression, car les règles normatives sont des constructions sociales.

Le fait qu'il soit possible de distinguer quatre logiques d'action différentes chez les personnes en situation d'insécurité alimentaire a des conséquences sur la manière d'étudier les stratégies d'adaptation qu'elles utilisent. La plupart des recherches considèrent uniquement les stratégies d'adaptation sous l'aspect de la rationalité économique. La complexité des logiques d'action décrites dans cette recherche incite à revoir les catégories visant à classer les stratégies d'adaptation afin de tenir compte non seulement des actions économiques, mais aussi des logiques qui sous-tendent ces actions.

# Bibliographie

- Ahluwalia, Indu B., Dodds, Janice M. et Baligh, Magda (1998). « Social Support and Coping Behaviors of Low-Income Families Experiencing Food Insufficiency in North Carolina ». *Health Education & Behavior*, vol. 25, no. 5, p. 599-612.
- Ascher, François (2005). *Le mangeur hypermoderne, une figure de l'individu électrique*. Paris : Jacob, 330 p.
- Asselin, Suzanne (2014). *La tenue d'un budget dans le ménage*, Québec : Institute de la statistique du Québec, 22 p.
- Baker Collins, Stephanie (2005). « An understanding of poverty from those who are poor », *Action Research*, vol. 3, no.1, p. 9-31.
- Beeman, Jennifer, Panet-Raymond, Jean, Racine, Sonia, Rheault, Johanne et Rouffignat, Joël (1997). « Les groupes d'aide alimentaire pour les personnes défavorisées : lieux de sociabilité ou de gestion de la pauvreté? ». *Cahiers de recherche sociologique*, no. 29, p. 43-58.
- Bélair, Catherine (2007). « Le silence de la faim : la sécurité alimentaire et les droits humains (notes de recherche) », *Anthropologie et Sociétés*, vol. 31, no. 2, p. 203-218.
- Blanchette, Carole et Rochette, Louis (2011). *Sécurité et insécurité alimentaire chez les Québécois : une analyse de la situation en lien avec leurs habitudes alimentaires*. Québec : Direction de l'analyse et de l'évaluation des systèmes de soins et services, Institut nationale de santé publique, 58 p.
- Boisvert, Réal (2013). « Réduction des inégalités sociales de santé : disposition actantielles et intelligence collective au service du développement des communautés ». *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 26, no. 1, p. 197-214.
- Boudon, Raymond (1992). « Action ». *Traité de sociologie*. Paris : Presses universitaires de France, p. 21-57.
- Bouliane, Manon (2001). « L'agriculture urbaine au sein des jardins collectifs québécois : Empowerment des femmes ou domestication de l'espace public? ». *Anthropologie et Sociétés*, vol. 25, no.1, p. 63-80.
- Bourdieu, Pierre (1979). *La distinction : critique sociale du jugement*. France : Les éditions de minuit, 670 p.
- Champagne, Christine, Fontan, Jean-Marc et Klein, Juan-Luis (2011). « Sécurité alimentaire et insertion socioprofessionnelle : la Cuisine collective Hochelaga-Maisonneuve ». *Initiatives locales et lutte contre la pauvreté et l'exclusion*. Québec : Presses de l'Université du Québec, p. 97-124.

- Chang, Yunhee, Chatterjee, Swarn et Kim, Jinhee (2014). « Household Finance and Food Insecurity ». *Journal of Family and Economic Issues*, vol. 35, no. 4, p. 499-515.
- Corbeau, Jean-Pierre et Poulain, Jean-Pierre (2008). *Penser l'alimentation : entre imaginaire et rationalité*. Toulouse : Privat, 209 p.
- Côté, Jocelyne (2007). *Le quotidien de la pauvreté et l'expérience de l'insécurité alimentaire en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine*. Gaspé : Direction de Santé publique Gaspésie Îles-de-la-Madeleine, 130 p.
- Crespo, Stéphane (2013). *Les profils de revenus des personnes à faibles revenus*. Québec : Institute de la statistique du Québec, 8 p.
- Dachner, Naomi, Ricciuto, Laurie, Kirkpatrick, Sharon, et Tarasuk, Valerie (2010). « Food purchasing and food insecurity: Among low-income families in Toronto ». *Revue canadienne de la pratique et de la recherche en diététique*, vol. 71, no. 3, automne 2010.
- D'Amour, Martine (2002). « Économie sociale au Québec : vers un virage entre entreprise collective et action communautaire ». *Revue internationale d'économie sociale : Recma*, no. 284, p. 31-44.
- Debordeaux, Danièle (1994). « Désaffiliation, disqualification, désinsertion ». *Recherches et prévisions*, vol. 38, no. 1, p. 93-100.
- Dépelteau, François (2000). *La démarche d'une recherche en sciences humaines : de la question de départ à la communication des résultats*. Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval, Bruxelles : De Boeck Université, 417 p.
- Dubuisson-Quellier, Sophie et Plessz, Marie (2013). « La théorie des pratiques : Quels apport pour l'étude sociologique de la consommation? ». *Sociologies*, vol. 4, no. 4. Adresse URL : <https://sociologie.revues.org/2030>.
- Dufour, Pascale (2002). « La vie quotidienne des sans-emploi : des formes communes de résistance, au-delà des frontières ». *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 15, no. 1, p. 180-194.
- Duhaime, Gérard (2003). *La vie à crédit : Consommation et crise*. Québec : Les Presses de l'Université Laval, 344 p.
- Duhaime, Gérard, Godmaire, Anne et Bernard, Nick (2004). « La sécurité alimentaire durable : un cadre conceptuel applicable à l'Arctique ». *Les enjeux et les défis du développement durable : connaître, décider, agir*. Québec : Les presses de l'Université Laval, p. 135-172.
- Dupéré, Sophie, De Koninck, Maria et O'Neill, Michel (2011). « Rouge, jaune, vert... noir : l'expérience de la pauvreté d'hommes du quartier Hochelaga-Maisonneuve à Montréal ». *Recherches sociographiques*, vol. 52, no. 2, p. 255-283.

- Dupéré, Sophie (2014). *Vers une autonomie alimentaire pour tous : agir et vivre ensemble le changement*. Québec : Fonds de recherche société et culture, 40 p.
- Duplain, Myriam et Rochette, Louise (2012). *Répertoire cartographique indice de défavorisation matérielle et sociale 2006 : Région sociosanitaire de la Capitale-Nationale*. Québec : Direction régionale de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, 12 p.
- Durkheim, Émile (1894/2010). *Les règles de la méthode sociologique*. Paris : Flammarion, 333 p.
- Fischler, Claude (1979). « Gastro-nomie et gastro-anomie ». *Communications*, 31, p. 189-210.
- Fischler, Claude (2001). *L'omnivore : le goût la cuisine et le corps*. Paris : Odile Jacob, 429 p.
- Fischler, Claude (2003). « Le paradoxe de l'abondance ». *Sciences Humaines*, no. 135, p. 22-26.
- Fréchette, Lucie (2000). *Entraide et service de proximité : l'expérience des cuisines collectives*. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec, 185 p.
- Frega, Roberto (2015). « Les pratiques normatives : Repenser la normativité entre philosophie et sciences sociales ». *Sociologies*, Dossier, Pragmatisme et sciences sociales : explorations, enquêtes, expérimentations. Adresse URL : <https://sociologie.revues.org/4969>.
- Frongillo, Edward A. et Horan, Claire M. (2004). « Hunger and Aging ». *Food and Nutrition for Healthier Aging*, automne 2004, 28-33.
- Glaser, Barney G. et Strauss, Anselm L. (2010). *La découverte de la théorie ancrée : stratégie pour la recherche qualitative*. Paris : Armand Colin, 409 p.
- Gouvernement du Québec (2010). *Le Québec mobilisé contre la pauvreté : Plan d'action gouvernemental pour la solidarité et l'inclusion sociale 2010-2015*. Québec : Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, 55 p.
- Gouvernement du Québec (2014). *Programme de soutien aux organismes communautaires 2015-2016*. Québec : La Direction des communications du Ministère de la Santé et des Services sociaux, 34 p.
- Grawitz, Madeleine (2001). *Méthode des sciences sociales*. Paris : Dalloz, 1019 p.
- Guay, Philippe, Lepage, Céline et Morrow, Céline (2013). *Portrait du réseau d'aide alimentaire de la région de la Capitale-Nationale 2009-2010*. Québec : Direction générale de la santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, 102 p.

- Gurstein, Penny et Vilches, Sylvia (2010). « A just city for whom? Re-conceiving active citizenship for lone mother in Canada ». *Gender Place & Culture: A journal of Feminist Geography*, vol. 17, no. 4, p. 421-436.
- Habermas, Jürgen (1992). *De l'éthique de la discussion*. Paris : Éditions du Cerf, 202 p.
- Hamelin, Anne-Marie, Habicht, Jean-Pierre et Beaudry, Micheline (1999). « Food Insecurity: Consequences for the Household and Broader Social Implications ». *Symposium: Advances in Measuring Food Insecurity and Hunger in the U.S., The Journal of Nutrition*, p. 525S-528S.
- Hamelin, Anne-Marie, Beaudry, Micheline et Habicht, Jean-Pierre (2002). « Characterization of household food insecurity in Québec : food and feelings ». *Social Science & Medicine*, no. 54, p. 119-132.
- Hamelin, Anne-Marie et Bolduc, Nathalie (2003). « La sécurité alimentaire à l'agenda politique des Québécois ». *Service Social*, vol. 50, no. 1, p. 57-80.
- Hamelin, Anne-Marie, Mercier, Céline et Bédard, Annie (2010). « Discrepancies in household and other stakeholders viewpoints on the food security experience: a gap to address ». *Health Education Research*, vol. 25 no. 3 p. 401-412.
- Hoggart, Richard, (1970). *La culture du pauvre : étude sur le style de vie des classes populaires en Angleterre*. Paris : Édition de minuit, 420 p.
- Kaufmann, Jean-Claude (2005). *Casseroles, amour et crises : ce que cuisiner veut dire*. Paris : Hachette littératures, Armand Colin, 342 p.
- Kaufmann, Jean-Claude (2007). *L'entretien compréhensif*. Paris : Armand Colin, 127 p.
- Kicinski, Leah. R. (2012). « Characteristics of short and long-term food pantry user ». *Michigan sociological review*, vol. 26, p. 58-74.
- Kirkpatrick, Sharon I. et Tarasuck, Valerie (2009). « Food insecurity and participation in community food programs among low-income Toronto families ». *Canadian Journal of Public health*, vol. 100, No. 2., p. 135-139.
- Le Goff, Frédérique (2006). « Lorsque les logiques d'empowerment épousent les trajectoires : l'aide à l'emploi dans les organismes communautaires au Québec ». *La société biographique : une injonction à vivre dignement*. Paris : L'Harmattan, p. 139-172.
- Maisonneuve, Catherine, Blanchette, Carole et Hamel, Denis (2014). *L'insécurité alimentaire dans les ménages québécois : mise à jour et évolution de 2005 à 2012*. Québec : Institut national de santé publique du Québec, 11 p.



- Mammen, Sheila, Bauer, Jean W. et Richards, Leslie (2009). « Understanding persistent food insecurity : A paradox of place and circumstance ». *Social Indicators Research*, mai 2009, p. 151-168.
- Maxwell, Simon (1996). « Food Security : a post-modern perspective ». *Food policy*, vol. 21, no. 2, p. 155-170.
- McCann, Joseph E. (1986). « Power and collaboration in human service domain ». *International Journal of Sociology and Political Policy*, vol. 6, no 3, p. 58-67.
- Mechlem, Kerstin (2004). « Food Security and Right to Food in the Discourse of United Nations ». *European Law Journal*, vol. 10, no. 5, p. 631-648.
- Michalsky, Joseph H. (2003). « The economic status and coping strategies of food bank users in the greater Toronto Area ». *Canadian Journal of Urban Research*, vol. 12, no. 2, p. 275-298.
- Pageau, Martine (2008). *Cadre de référence en matière de sécurité alimentaire : mise à jour 2008*. Québec : Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, 37 p.
- Paugam, Serge (1994). *La disqualification sociale : essai sur la nouvelle pauvreté*. Paris : Presses universitaires de France, 254 p.
- Paugam, Serge (2005). *Les formes élémentaires de la pauvreté*. Paris : Presses universitaires de France, 276 p.
- Pilon, Lise (2000). « De la pauvreté à la misère : La détresse alimentaire chez les femmes de l'agglomération de Québec ». *Recherches féministes*, vol. 13, no. 1, p. 93-112.
- Pilon, Lise (2000). *De la fragilité financière à la misère : l'enfer quotidien de la détresse alimentaire*. Québec : Association coopérative d'économie familiale, 240 p.
- Piras, Mauro (2004). « Les fondements sociaux de l'agir normatif chez Durkheim et Weber : Le rôle du sacré ». *Archives des sciences sociales et des religions*, vol. 127, p. 139-166.
- Poulain, Jean-Pierre (2002). *Sociologie de l'alimentation : les mangeurs et l'espace alimentaire*. Paris : Quadrige, Presses universitaires de France, 287 p.
- Poulain, Jean-Pierre (2008). *Manger aujourd'hui : attitudes, normes et pratiques*. Toulouse : Privat, 235 p.
- Reckwitz, Andreas (2002). « Toward a Theory of Social Practices: A Development in Culturalist Theorizing ». *European Journal of Social Theory*, vol. 5, no. 2, p. 243-263.
- Riches, Graham (1986). *Food banks and welfare crisis*. Ottawa : Canadian council on Social Development, 171 p.

- Riches, Graham (2002). « Food Banks and Food Security: Welfare Reform, Human Rights and Social Policy ». *Social Policy & Administration*, vol. 36, no. 6, p. 648-663.
- Roy, Bernard, Labarthe, Jenni et Petitpas, Judith (2013). « Transformation de l'acte alimentaire chez les Innus et rapports identitaires ». *Anthropologie et Sociétés*, vol. 37, no. 2, p. 233-250.
- Sabourin, Paul, Hurtubise, Roch, Lacourse, Josée (2000). *Citoyens, bénéficiaires et exclus : usages sociaux et modes de distribution de l'aide alimentaire dans deux régions du Québec : la Mauricie et l'Estrie*. Québec : Conseil québécois de la recherche sociale, 355 p.
- Sabourin, Paul et Brochu, Paul (2010). « Fragmentation des économies nationales : l'économie des personnes recourant au "don" alimentaire au Québec comme observatoire ». *Anthropologie et Sociétés*, vol. 34, no. 2, p. 143-162.
- Savoie-Zajc, Loraine (2003). « L'entrevue semi-dirigée », *Recherche sociale : de la problématique à la collecte des données*. Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval, p. 296-316.
- Schatzki, Theodor R. (1996). *Social practice: a Wittgensteinian approach to human activity and the social*. New-York : Cambridge University Press, 242 p.
- Schatzki, Theodor R. (2002). *The site of the social: a philosophical account of the constitution of social life and change*. Nizet : University Park, Pennsylvania State University, 295 p.
- Shannon, Jerry (2014). « Food deserts: Governing obesity in neoliberal city ». *Progress in Human Geography*, vol. 38, no. 2, p. 248-266.
- Simmel, Georg ([1908] 1998). *Les pauvres*. Paris : Presses Universitaires de France, 102 p.
- Sommet mondial de l'alimentation (SMA) (1996). *Déclaration de Rome sur la sécurité alimentaire mondiale et Plan d'action du Sommet mondial de l'alimentation*. Adresse URL : [http://www.fao.org/wfs/index\\_fr.htm](http://www.fao.org/wfs/index_fr.htm).
- Statistique Canada (2015). *Insécurité alimentaire des ménages, 2011-2012*. Adresse URL : <http://www.statcan.gc.ca/pub/82-625-x/2013001/article/11889-fra.htm>.
- Strauss, Anselm L. et Corbin, Juliet M. (2004). *Les fondements de la recherche qualitative : techniques et procédure de développement de la théorie enracinée*. Fribourg : Academic Press Fribourg, 342 p.
- Strauss, Anselm (1992). *La trame de la négation : sociologie qualitative et interactionnisme*. Paris : L'Harmattan, 319 p.

- Tarasuck, Valerie et Beaton, George H. (1999). « Household Food Insecurity and Hunger Among Families Using Food Banks ». *Revue canadienne de santé publique*, vol. 90, no. 2, P. 109-113.
- Tarasuck, Valerie (2001). « A Critical Examination of Community-Based Responses to Household Food Insecurity in Canada ». *Health Education & Behavior*, août 2001, p. 487-499.
- Tarasuck, Valerie (2001). « Household Food Insecurity with Hunger Is Associated with Women's Food Intakes, Health and Household Circumstances ». *American Society for Nutritional Sciences*, vol. 131, p. 2670-2676.
- Tarasuck, Valerie et Eakin, Joan M. (2003). « Charitable food assistance as symbolic gesture: an ethnographic study of food bank in Ontario ». *Social Science & Medicine*, no. 56, p. 1505-1515.
- Tarasuck, Valerie, Mitchell, Andy, Dachner, Naomi (2013). *Insécurité alimentaire des ménages au Canada, 2012*. Adresse URL : [http://proof.utoronto.ca/wp-content/uploads/2014/05/Household\\_Food\\_Insecurity\\_in\\_Canada-2012\\_FR.pdf](http://proof.utoronto.ca/wp-content/uploads/2014/05/Household_Food_Insecurity_in_Canada-2012_FR.pdf).
- Tarasuck, Valerie, Dachner, Naomi et Loopstra, Rachel (2014). « Food banks, welfare and food insecurity in Canada ». *British Food Journal*, vol. 116, no. 9, p. 1405-1417.
- TenHouten, Warren D. (2016). « The emotions of powerlessness ». *Journal of Political Power*, 9:1, 83-121.
- Thériault, Sophie et Otis, Ghislain (2003). « Le droit à la sécurité alimentaire ». *Les Cahiers du droit*, vol. 44, no. 4, p. 573-596.
- Tremblay, Diane-Gabrielle, Klein, Juan-Luis, Fontan, Jean-Marc et Champagne, Christine (2009). « L'action locale et la lutte contre l'exclusion et la pauvreté : le cas des mères au pouvoir à Montréal ». *Lien social et Politiques*, no. 61, p. 187-2015.
- Villalon, Lita (2010-2011). « Portrait de la santé et de l'état nutritionnel des aînés francophones à domicile au Nouveau-Brunswick ». *Port Acadie : revue interdisciplinaire en études acadiennes*, no. 18-19, p. 85-102.
- Watts, Michael J. et Bohle, Hans G. (1993). « Hunger, Famine and Space of Vulnerability ». *GeoJournal*, Vol. 30, no. 2, p. 117-125.
- Weber, Max ([1921], 1995). *Économie et société tome 1 : Les catégories de la sociologie*. Paris : Pocket, 411 p.
- Weber, Max ([1919], 1959). *Le savant et le politique*. Paris : Plon, 230 p.

# **Annexe 1 : Courriel adressé aux organisations d'aide alimentaire**

Bonjour,

Je suis étudiant à la maîtrise en sociologie à l'Université Laval et mon mémoire porte sur l'insécurité alimentaire. Plus précisément, je cherche à connaître la relation entre les organisations d'aide alimentaire et leurs clients, à connaître la représentation que les clients et les intervenants ont de l'aide alimentaire ainsi que de connaître la vie quotidienne des usagers de l'aide alimentaire. Je souhaite collaborer avec vous afin de pouvoir mener à bien ma recherche, votre rôle serait celui d'intermédiaire pour me permettre de rencontrer des personnes désireuses de partager leur expérience. En échange, je m'engage à vous communiquer mes résultats qui, je l'espère, permettront de vous aider à venir en aide aux personnes dans le besoin.

Mon mémoire est un travail scientifique et académique, à ce titre, il est encadré par les règles du *Comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université Laval* (CÉRUL). Ces règles encadrent les recherches et visent à s'assurer que la collecte des informations, la manière dont elles sont analysées et la manière dont les résultats sont diffusés se fassent dans le respect des participants. Il est interdit d'interviewer un participant sans son consentement et celui-ci est libre de se retirer du projet quand il le souhaite. La publication des résultats doit se faire de manière à ce qu'il soit impossible d'identifier les participants pour éviter que celle-ci puisse leur porter préjudice. Je m'engage à respecter les règles du CÉRUL à chacune des étapes de mon mémoire.

Je souhaite que nous prenions rendez-vous afin que je puisse vous présenter plus en détail mon projet de recherche. Par la suite, si vous désirez collaborer à ce projet, nous pourrions discuter de la manière la plus appropriée d'entrer en contact avec de futurs participants. Je vous remercie d'avoir pris le temps de lire ce texte et de répondre à ma demande.

Cordialement,  
Étienne Cantin

## Annexe 2 : Lettre de recrutement des participants

Bonjour monsieur/madame,

Ce message vise à vous inviter à participer à une recherche intitulée *On s'adapte! Une étude sur les stratégies utilisées pour faire face à l'insécurité alimentaire*. Cette recherche porte sur la vie quotidienne des personnes ayant recours à l'aide alimentaire et est réalisée dans le cadre du mémoire de maîtrise d'Étienne Cantin, étudiant en sociologie à l'Université Laval. Votre collaboration est souhaitée afin de mieux comprendre et de documenter ce que font les personnes ayant recours à l'aide alimentaire pour s'alimenter au quotidien. Si vous souhaitez participer à cette recherche, vous serez invité à répondre à des questions concernant :

- La situation économique, c'est-à-dire des questions sur les revenus et les principales dépenses de votre ménage;
- Les difficultés financières et les principales sources de soutien;
- La fréquentation des organisations d'aide alimentaire;
- La fréquentation des autres sources d'approvisionnement alimentaire, par exemple les épiceries, les restaurants, les proches, etc.;
- Les repas.

L'entrevue durera environ une heure et se déroulera dans un lieu de votre choix qui est préférablement tranquille. Il y aura un enregistrement audio de l'entrevue, ce qui facilitera le travail d'analyse de l'étudiant. Vous pouvez refuser de répondre à une question que vous trouvez trop indiscrete et vous pouvez décider de mettre fin à l'entrevue quand vous le désirez.

Il n'y a aucun avantage direct à participer à cette recherche, mais les informations fournies permettront d'approfondir les connaissances sur la vie quotidienne des personnes qui ont recours à l'aide alimentaire. Toutefois, le seul désavantage est le temps nécessaire à réaliser l'entrevue.

Toutes les informations seront gardées confidentielles. Votre nom sera connu uniquement par l'étudiant chercheur et ne sera pas divulgué. Le protocole de recherche respecte les normes et les règles imposées par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval (CÉRUL).

Si vous acceptez de participer, veuillez remettre votre nom et vos coordonnées à la personne qui vous a présenté le projet *On s'adapte! Une étude sur les stratégies utilisées pour faire face à l'insécurité alimentaire*. Elle s'avisera de les transmettre à Étienne Cantin qui vous contactera pour confirmer que vous souhaitez toujours y participer et pour fixer un rendez-vous pour l'entrevue.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter Étienne Cantin par courriel ou par téléphone.

## Annexe 3 : Schéma d'entrevue

REVENU(S)				
Source(s)	Montant(s)			
Total				
DÉPENSES				
Principales dépenses	Loyer	Nourriture	Endettement	Autre(s)
Quelles sont les dépenses qui sont les plus importantes à payer?				
AIDE ALIMENTAIRE				
Organisation participante			Autre(s) organisation(s)	
Depuis quand vous venez à [nom de l'organisation]?				
Comment en avez-vous entendu parler?				
Comment ça se passe quand vous y allez?				
Est-ce que vous choisissez ce que vous prenez?				
Qu'est-ce que vous aimez?				
Qu'est-ce que vous aimez moins?				
Est-ce que vous allez ou êtes déjà allé dans des banques alimentaires, des soupes populaires ou des cuisines collectives?				
Est-ce que vous seriez capable d'arriver sans ces ressources?				
ÉPICERIE				
Vous allez à l'épicerie combien de fois par semaine?				
Est-ce que vous allez dans plusieurs épiceries?	Épicerie 1	Autre(s) épicerie(s)		
Est-ce que quand vous y allez vous faites une liste?				
(Si oui) Comment vous faites pour savoir ce que vous mettez sur votre liste?				
(Si non) Comment vous faites pour savoir ce que vous allez acheter?				
Lorsque vous rentrez de l'épicerie, est-ce que vous commencez tout de suite à cuisiner?				
PRÉPARATION DES REPAS				
Pouvez-vous me donner des exemples de plats que vous cuisinez?				
Comment vous avez appris à cuisiner?				
Qu'est-ce que vous faites quand vous cuisinez?				
Comment vous choisissez ce que vous allez manger?				

<b>SORTIES</b>	
<b>Repas chez la famille ou les ami(e)s</b>	
Est-ce que vous allez manger chez des amis parfois?	
Dans quelles occasions?	
Comment ça se passe?	
<b>Réceptions</b>	
Est-ce que vous recevez parfois?	
Dans quelles occasions?	
Comment ça se passe?	
<b>Restaurant</b>	
Est-ce que vous allez manger au restaurant parfois?	
Dans quelles occasions?	
<b>AIDE FINANCIÈRE</b>	
Est-ce qu'il y a des mois où c'est plus dur d'arriver?	
Pourquoi?	
Qu'est-ce que vous avez fait?	
Est-ce qu'il y a des gens qui vous ont aidé?	

## **Annexe 4 : Feuillelet d'information pour un consentement verbal**

Avant de vous demander si vous consentez à participer à ce projet de recherche, je vais vous présenter des renseignements sur la recherche et sur ce qui est attendu de votre participation. Je vous invite à me poser toutes les questions que vous jugerez utiles pour bien comprendre ces renseignements.

### **Présentation du chercheur**

Cette recherche est réalisée dans le cadre du projet de maîtrise d'Étienne Cantin, dirigé par Gérard Duhaime, du département de sociologie de l'Université Laval. Elle a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université Laval.

### **Nature et objectifs du projet**

Cette recherche a pour titre : *On s'adapte! Une étude sur les stratégies utilisées pour faire face à l'insécurité alimentaire*. La recherche a pour but d'étudier le recours à l'aide alimentaire et les autres moyens employés au quotidien par les personnes qui la reçoivent pour s'alimenter.

### **Déroulement du projet**

Votre participation à cette recherche consiste à répondre à des questions qui vous seront posées dans le cadre d'une entrevue individuelle, d'une durée de deux heures au plus, et qui porteront sur les éléments suivants :

- éléments d'information sur les répondants et sur leur milieu;
- éléments sur le recours à l'aide alimentaire en décrivant des faits vécus;
- éléments sur les lieux d'approvisionnement alimentaire en décrivant des faits vécus;
- éléments sur la planification et la consommation des repas en décrivant des faits vécus.

### **Avantages et inconvénients possibles liées à la participation**

Le fait de participer à cette recherche vous offre une occasion de réfléchir et de discuter en toute confidentialité, de vos perceptions et de votre propre comportement par rapport à l'aide alimentaire et à l'alimentation en général.

En raison de la nature sensible du sujet à l'étude, il est possible que le fait de raconter votre expérience suscite des réflexions ou des souvenirs émouvants ou désagréables. Si cela se produit, n'hésitez pas à en parler avec la personne qui mène l'entrevue. Celle-ci pourra vous mentionner le nom d'une ressource en mesure de vous aider, au besoin.

### **Participation volontaire et droit de retrait**

Vous êtes libre de participer à ce projet de recherche et de vous retirer en tout temps sans conséquence négative et sans avoir à justifier votre décision. Si vous mettez fin à votre participation, le matériel et les données que vous aurez fournies seront détruits, à moins que vous ne m'autorisiez à les utiliser pour la recherche, malgré votre retrait.



## **Confidentialité**

Puisqu'en recherche, les chercheurs sont tenus protéger la vie privée des participants, voici les mesures qui seront appliquées pour assurer la confidentialité du matériel et des données :

Durant la recherche:

- votre nom sera remplacé par un code;
- je serai le seul à pouvoir consulter la liste contenant les noms et les codes;
- tout le matériel de la recherche, incluant les formulaires de consentement et... (*ex : les enregistrements*), sera conservé dans un classeur barré, dans un local sous clé;
- les données en format numérique seront conservées dans des fichiers encryptés protégés par l'utilisation d'un mot de passe.

Lors de la diffusion des résultats :

- les noms des participants ne paraîtront dans aucun rapport ni dans aucun texte publié;
- les résultats de la recherche seront présentés sous forme globale et les résultats individuels des participants ne seront jamais communiqués;
- les données collectées vous concernant directement ne seront pas partagées avec les organisations d'aide alimentaire.

Après la fin de la recherche :

- tout le matériel et toutes les données seront détruits, au plus tard en décembre 2018.

## **Compensation**

Il n'y a aucune compensation financière liée à ce projet de recherche.

## **Attestation verbale du consentement**

Avez-vous bien compris le projet et les implications de votre participation?

Acceptez-vous de confirmer, sur cet enregistrement audio, que vous consentez à y participer?

Acceptez-vous que l'entrevue soit enregistrée?

## **Remerciements**

Je vous remercie pour le temps et l'attention que vous acceptez de consacrer à votre participation.

## **Renseignements supplémentaires**

Pour vous permettre de communiquer avec moi si vous le jugez nécessaire ou pour vous retirer du projet, je vous remettrai une copie du document que je suis en train de vous présenter et qui contient mes coordonnées.

Si vous avez des questions sur la recherche, sur les implications de votre participation ou pour se retirer du projet, veuillez communiquer avec Étienne Cantin, étudiant chercheur, par téléphone ou par courriel.

**Plaintes ou critiques**

En terminant, je souhaite vous informer que toute plainte ou critique sur ce projet de recherche pourra être adressée au Bureau de l'Ombudsman de l'Université Laval. Ses coordonnées sont également inscrites sur le présent document dont je vous remets à l'instant une copie.

Pavillon Alphonse-Desjardins, bureau 3320  
2325, rue de l'Université  
Université Laval  
Québec (Québec) G1V 0A6  
Renseignements - Secrétariat : (418) 656-3081  
Ligne sans frais : 1-866-323-2271  
Courriel : [info@ombudsman.ulaval.ca](mailto:info@ombudsman.ulaval.ca)