

Les omnivores sont-ils allergiques aux vég*s ?

Note sur un article de MaInnis et Hodson de 2015

Hormis quelques généralités incluses dans la section 1, ce billet rend compte, partiellement, d'un article assez copieux de Cara C. MaInnis et Gordon Hodson, deux chercheurs canadiens en psychologie sociale : « It ain't easy eating greens: Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target ». Le texte, publié en 2015, repose sur des enquêtes effectuées début 2014 ou fin 2013. Il s'agit d'un travail de recherche sur les perceptions et attitudes des omnivores envers les vég*s. L'article précité rend compte de trois études distinctes menées par les auteurs : deux d'entre elles portent sur des omnivores et la troisième sur des vég*s. Il va sans dire que d'autres travaux existent sur le sujet et que l'état de la science en la matière ne se résume pas à ce qui suit. Ce billet n'est rien de plus qu'un partage de mes notes de lecture sur un texte particulier.

Notations. Le mot « vég*s » est utilisé ici pour désigner à la fois les végétariens (ovo-lacto-végétariens), les végétaliens et les véganes. Le terme « vég*isme » est un raccourci englobant le végétarisme, le végétalisme et le véganisme. J'utilise aussi « vég* » comme adjectif (végétarien, végétalien ou végane).

La difficulté sociale d'être vég* est perçue par vég*s eux-mêmes. Elle est par conséquent repérée également par les sociologues qui étudient cette population. Je ferai quelques rappels à ce propos dans la section 1. Mais savoir comment les vég*s ressentent leur environnement ne constitue qu'un versant de la question. MaInnis et Hodson ont exploré les deux versants du sujet : ils ont aussi recueilli des données auprès du groupe majoritaire, les omnivores.

1. La difficulté sociale d'être vég* vue par les vég*s eux-mêmes : quelques généralités

Dans un environnement où consommer des animaux est la norme, les vég*s connaissent certaines difficultés, d'intensité variable selon le contexte où ils vivent. Des difficultés d'intensité égale peuvent par ailleurs être ressenties comme légères ou pesantes, selon le caractère de chacun.

Il peut s'agir d'inconvénients pratiques : moindre accès à une information nutritionnelle adaptée ; choix limité quand on recourt à des produits alimentaires préparés ; absence d'options vég*s dans la restauration collective ; absence d'offre adaptée quand on mange au restaurant entre amis ou pour raisons professionnelles... Pour des consommateurs captifs, cela peut aller jusqu'à l'impossibilité d'être vég* sans prendre des risques pour sa santé : personnes hospitalisées durablement, militaires, résidents de maisons de retraite, prisonniers...

À cela s'ajoutent les difficultés relationnelles qui peuvent surgir avec l'entourage. Pour partie, cela rejoint des difficultés pratiques (cuisiner à part quand on est le seul vég* du foyer ; gêne ou peur de déranger quand on est invité chez des omnivores). Mais il y a plus : le fait de se heurter à des railleries, propos méprisants ou autres attitudes négatives témoignant d'un certain sentiment anti-vég* chez des omnivores. C'est ce sentiment, et ses éventuelles manifestations, qui sont étudiés par MaInnis et Hodson.

Les formes de dévalorisation perçues par les veg*s ne viennent pas forcément leur entourage. Il peut s'agir de d'appréciations négatives à leur sujet véhiculées par des médias ou réseaux sociaux. Ainsi, Cole et Morgan (2011) ont analysé les articles des journaux nationaux britanniques de l'année 2007 (presse quotidienne et du dimanche) mentionnant les véganes ou le véganisme (mais pas les autres formes de végétarisme). À l'époque, sur les 397 articles repérés, 6% abordaient le véganisme avec connotation positive, 20% de façon neutre et 74% de façon négative. Les trois types de connotations négatives les plus fréquentes (par ordre décroissant) consistaient à ridiculiser les véganes, à décrire le véganisme comme un ascétisme (se priver des plaisirs de la vie), ou à le présenter comme un régime difficile ou impossible à pratiquer dans la durée. Précisons que ces données sont un peu anciennes et que les choses ont pu évoluer depuis : d'après une étude menée par Christopher Bryant en 2019 au Royaume-Uni, une majorité d'omnivores jugent les régimes végétarien et végétalien socialement acceptables, éthiques, sains, et écologiques, sans pour autant être prêts à les adopter. (Précisons que l'étude de Bryant demande à des omnivores de porter un jugement sur des régimes alimentaires vég*s et pas sur des personnes vég*s.)

Sur les forums fréquentés par les vég*s, on trouve maints témoignages faisant état d'une incompréhension ou d'une hostilité manifestée par la famille, des amis ou des collègues. La première enquête de grande ampleur effectuée auprès de végétariens (Amato et Partridge, *The New Vegetarians*, 1989 – 320 répondants) mentionnait déjà tous les aspects pratiques ou relationnels des difficultés rencontrées par les vég*s, et développait longuement les rapports – pas toujours simples – des vég*s avec les parents ou les amis, ainsi que dans la vie de couple¹. Plusieurs études sociologiques effectuées auprès de vég*s ultérieurement ont confirmé que les difficultés relationnelles affectaient une partie d'entre eux. C'est aussi ce qui ressort de l'enquête réalisée par MacInnis et Hodson, qui constitue la troisième étude exposée dans « It ain't easy eating greens ».

2. L'enquête réalisée par MacInnis et Hodson auprès de vég*s

Les auteurs ont soumis un questionnaire à 371 vég*s (dont 63% de véganes) résidant pour la plupart aux États-Unis ou au Canada. Le questionnaire comprend toute une batterie d'indicateurs que nous n'allons pas détailler. Citons seulement les résultats sur quelques-uns d'entre eux :

- Peur de la discrimination. On demandait aux vég*s de se situer sur une échelle de 1 (pas du tout) à 7 (beaucoup) sur la question « Je crains (ou j'ai crainé dans le passé) d'être traité inéquitablement à cause de mon vég*isme ». 14% des végétariens et 22% des véganes ont opté pour un chiffre supérieur ou égal à 4.
- Expérience d'attitudes négatives des omnivores. On demandait aux vég*s de se situer sur une échelle de 1 (jamais) à 5 (presque chaque jour) sur la question « Du fait de votre vég*isme, vous traite-t-on moins courtoisement que d'autres personnes ? ». Seuls la moitié des végétariens et le tiers des véganes ont répondu « jamais », les autres ayant donc constaté des attitudes négatives, rares ou fréquentes.

¹ On trouvera quelques indications sur ce qu'on peut lire à ce sujet dans *The New Vegetarians* dans la section « Végétarisme et vie sociale » de l'article « Qui sont les nouveaux végétariens ? » de F. Dupont et E. Reus (2012).

- Liens avec d'anciens amis. 4% des végétariens et 25% des véganes indiquent que des amis ont réduit leurs relations avec eux après avoir appris qu'ils étaient vég*s.
- Liens avec des membres de la famille. 4% des végétariens et 10% des véganes indiquent que certains membres de leur famille ont réduit leurs contacts avec eux après avoir appris qu'ils étaient vég*s.

Pour tous les indicateurs utilisés par MacInnis et Hodson (y compris ceux que je n'ai pas cités), il ressort de l'enquête que les véganes sont plus nombreux que les végétariens à ressentir une froideur ou une hostilité des omnivores à leur égard, l'écart des scores entre les deux groupes étant souvent marqué.

Au-delà du désagrément affectif redouté ou ressenti par les vég*s dans leurs relations personnelles avec des omnivores, MacInnis et Hodson ont cherché à savoir si les vég*s interrogés avaient vécu une discrimination effective à cause de leur vég*sme sur le plan économique. Se sont-ils vu refuser un emploi, un prêt bancaire ou la location d'un logement ? Dans la quasi-totalité des cas, la réponse est « non, cela n'est jamais arrivé ». Une seule exception : 9% des véganes (contre 0% des végétariens) rapportent n'avoir pas obtenu un emploi à cause de leur véganisme. Malheureusement, le questionnaire est tel qu'il ne permet de recueillir que des réponses « oui » ou « non ». On ne sait donc pas quelles sont les circonstances dans lesquelles certains véganes estiment avoir subi une discrimination à l'embauche.

Tournons-nous à présent vers les deux enquêtes réalisées par MacInnis et Hodson auprès d'omnivores afin de recueillir des informations sur leur perception des vég*s.

3. Le point de vue des omnivores : compte rendu de l'étude 1 de MacInnis et Hodson

MacInnis et Hodson ont soumis un questionnaire à 278 omnivores étasuniens. Il leur a d'abord été demandé de répondre à des questions permettant de les situer sur diverses échelles construites par des psychologues pour évaluer dans quelle mesure ils adhèrent à des valeurs « de droite »², et dans quelle mesure ils sont attachés à la division traditionnelle des rôles selon le sexe. On leur a ensuite demandé de donner une note d'appréciation aux végétariens et aux véganes, mais aussi à une série d'autres groupes dont on sait qu'ils sont mal vus d'une partie de la population. L'exercice consiste, pour chaque répondant, à attribuer à chaque groupe une note comprise entre 1 (avis extrêmement défavorable) et 10 (avis extrêmement favorable). Il leur a également été demandé dans quelle mesure ils seraient disposés à embaucher ou à louer un logement à des individus appartenant à ces mêmes groupes. Cette fois la note attribuable est comprise entre 1 (pas du tout) et 7 (très volontiers).

² Je ne détaille pas ici, pour éviter une longue digression, ce que sont ces échelles, qui ne mesurent pas toutes les mêmes types de caractères et préférences des individus. Sachez toutefois que les résumer, comme je le fais ici, par l'expression « de droite », est un raccourci discutable. Ce raccourci discutable a un coût : il fait que je ne rendrai pas compte des nuances et explications que fournissent MacInnis et Hodson sur ce qu'ils constatent, dans l'étude relatée, en lien avec les échelles utilisées. C'est que la question du rapport entre les sensibilités « de droite » d'une part, et d'autre part la consommation de viande, l'attitude à l'égard des vég*s et l'attitude à l'égard des animaux, est un sujet qui mériterait un billet à lui seul, d'autant plus qu'il a été exploré dans d'autres articles que celui dont il est question dans ce billet-ci.

3.1. L'attitude des omnivores envers les vég*s comparée à leur attitude envers d'autres groupes dévalorisés

Voici la note moyenne obtenue par chacun des groupes soumis à l'évaluation des omnivores. J'ai classé les résultats ci-dessous par cote d'amour décroissante.

Cote d'amour de différents groupes auprès des omnivores sur une échelle de 1 à 10

Noirs	7,19
Végétariens	6,80
Homosexuels	6,77
Asexuels	6,59
Immigrés	6,55
Athées	6,52
Véganes	6,38
Drogués	3,7

Un premier enseignement est que la note d'appréciation attribuée par les omnivores aux vég*s est, en gros, du même ordre de grandeur que celle attribuée à d'autres groupes dont on sait davantage qu'ils sont l'objet de préjugés négatifs (homosexuels, immigrés...). Seuls les drogués sont nettement plus dépréciés que les vég*s. Les manifestations d'incompréhension ou de rejet ressenties par les vég*s ne sont donc pas le fruit de leur imagination.

Le fait que les Noirs soient mieux notés que les vég*s n'est pas significatif car il y a un biais : tous les répondants au questionnaire sont des omnivores, mais tous ne sont pas des Blancs. Si on refait les calculs uniquement sur les questionnaires remplis par des Blancs, l'avantage des Noirs sur les végétariens disparaît.

La note attribuée par les omnivores conforte ce qui ressortait de l'enquête auprès des vég*s : le sentiment anti-vég* est plus marqué à l'égard des véganes qu'à celui des végétariens.

Voyons à présent ce qu'ont exprimé les omnivores sondés sur leur disposition à embaucher ou louer un logement à des individus des différents groupes comparés. Là encore, j'ai reclassé les résultats de façon à ce qu'ils apparaissent en ordre décroissant. Noter qu'ici encore le relatif bon classement des Noirs reflète en partie la présence de non-Blancs dans l'échantillon, qui comprend 82,4% de Blancs et 17,4% d'autres types ethniques.

Disposition des omnivores à embaucher un membre des groupes cités sur une échelle de 1 à 7

Végétariens	6,05
Véganes	5,97
Noirs	5,93
Asexuels	5,84
Homosexuels	5,59
Athées	5,59
Immigrés	5,37
Drogués	2,29

Disposition des omnivores à louer un logement à un membre des groupes cités
sur une échelle de 1 à 7

Végétariens	6,41
Véganes	6,38
Asexuels	6,14
Homosexuels	6,00
Noirs	5,96
Athées	5,91
Immigrés	5,53
Drogués	2,08

Concernant l'accès à l'emploi et au logement, la différence entre les végétariens et les véganes est négligeable. Ils sont en outre mieux placés que toutes les autres catégories proposées. La disposition à discriminer effectivement les vég*s paraît plus faible que l'antipathie qu'ils inspirent. Là encore, les résultats obtenus en interrogeant des omnivores semblent cohérents avec ceux obtenus en interrogeant des vég*s.

3.2. Variations liées à l'adhésion à des valeurs de droite et variations liées au genre

Les auteurs ont constaté une corrélation inverse entre la note attribuée aux vég*s et la position sur les échelles mesurant les sensibilités « de droite » : les omnivores de droite sont plus allergiques que les autres aux vég*s. D'autres études ont montré que, plus généralement, les personnes attachées à des valeurs conservatrices ou autoritaires manifestent davantage de défiance envers les exogroupes.

En moyenne, les omnivores évaluent plus négativement les végétariens hommes que les végétariennes. De même, les hommes véganes obtiennent une note plus basse que les femmes véganes. De plus, les omnivores mâles jugent plus sévèrement les hommes végétariens que ne le font les femmes omnivores. Ces différences selon le sexe sont probablement imputables au fait que la viande est liée à la masculinité dans les représentations collectives. Leur importance ne doit pas être surestimée. Ce facteur a un poids plus faible que la différence faite par les omnivores entre les véganes et les végétariens. Par exemple, une femme végane est moins appréciée, en moyenne, qu'un homme végétarien. Ajoutons que selon l'étude effectuée par MacInnis et Hodson auprès des vég*s (présentée à la section 2 *supra*), les hommes vég*s ne se sentent pas davantage victimes que les femmes vég*s de réactions négatives de la part des omnivores.

4. Le point de vue des omnivores : compte rendu de l'étude 2 de MacInnis et Hodson

Une seconde enquête a été effectuée par MacInnis et Hodson, au moyen d'un questionnaire rempli par 280 omnivores résidant aux États-Unis. Un premier objectif était de vérifier que l'appréciation portée sur les vég*s variait selon la raison pour laquelle ils avaient opté pour le vég*isme (pour les animaux, pour raisons écologiques ou pour leur santé). Il s'agissait aussi de comparer l'appréciation portée sur les vég*s à celle portée sur deux types d'autres groupes : (1) des groupes présentant des particularités alimentaires (personnes respectant des interdits religieux, personne mangeant sans gluten pour cause de maladie

cœliaque, personnes mangeant sans gluten par simple choix, intolérants au lactose) ; (2) des groupes désireux d'impulser des changements sociaux (écologistes et féministes)³.

Voici les notes moyennes obtenues, classées par ordre décroissant.

Cote d'amour de différents groupes auprès des omnivores sur une échelle de 1 à 10

Sans gluten pour cause de maladie cœliaque	7,99
Intolérants au lactose	7,66
Végétariens pour leur santé	7,48
Véganes pour leur santé	7,31
Écologistes	7,16
Respect de prescriptions alimentaires religieuses	7,10
Végétariens pour l'environnement	6,95
Véganes pour l'environnement	6,70
Végétariens pour les animaux	6,64
Véganes pour les animaux	6,49
Sans gluten par choix	5,60
Féministes	6,25

Je vais ci-après quelque peu commenter ces chiffres, en faisant comme s'ils donnaient une mesure fiable de l'opinion des sondés. Néanmoins, je ne suis pas sûre que ce soit le cas. Pour que ces moyennes soient significatives, il faut supposer qu'en 10 minutes (temps de remplissage du questionnaire), un individu sait correctement classer par ordre préférence 12 catégories, et même indiquer finement de combien diffère son appréciation de la catégorie placée au rang n de celle placée au rang n+1. Si on me demandait à moi, par exemple, de noter de 1 à 10 les mêmes 12 plats à deux moments de la journée, il est bien possible que la première fois je classe les pâtes avant la pizza, et la deuxième fois l'inverse, et que les notes que j'attribue à ces deux plats (et aux autres) soient différentes à chacun des deux essais. Mais revenons à ce que l'on peut dire du tableau si on lui attribue un certain crédit.

Regardons uniquement tout d'abord les appréciations portées sur les vég*s. On constate que les vég*s qui le sont pour leur santé passent mieux auprès des omnivores que ceux qui le sont pour l'environnement. Ces derniers sont néanmoins plus appréciés que les vég*s motivés par le sort des animaux. Autrement dit : la motivation « animaux » chez les vég*s est la moins appréciée de toutes. À motivation identique, on constate ici encore que les omnivores préfèrent les végétariens aux véganes. Parfois les deux facteurs (préférences entre les motivations, et préférence entre végétariens et véganes) jouent en sens inverse et s'annulent mutuellement : c'est ainsi qu'un végétarien pour les animaux obtient quasiment la même note moyenne qu'un végane pour l'environnement.

Regardons maintenant l'ensemble des groupes comparés. De façon générale, les personnes dont le régime alimentaire est motivé par les bienfaits attendus pour leur propre santé sont mieux classées que celles des autres groupes. Il est tentant d'en conclure qu'il en

³ Il était aussi demandé aux participants de classer les vég*s sur une échelle de compétence et de *warmth*. Je n'évoquerai pas cet aspect dans ce billet.

est ainsi parce que, dans ce cas, les répondants ne sentent aucune pression les poussant à changer leur propre comportement, ou à soutenir certains changements sociaux : les gens qui prennent soin de leur propre santé ne prescrivent rien aux autres. Il en va différemment des défenseurs de l'environnement, des femmes ou des animaux. Toutefois, un élément ne colle pas avec cette interprétation : les personnes qui choisissent de manger sans gluten sans raisons médicales sont parmi les plus mal classées de toutes. On imagine difficilement que les sondés considèrent qu'elles font preuve d'un prosélytisme pénible. Il n'y a pas de partis ou d'associations cherchant à convertir la population au régime sans gluten. Aucune croisade morale ne dénonce la consommation de gluten comme une faute.

On notera enfin qu'un élément porte à relativiser la dépréciation dont font l'objet les vég*s : la comparaison avec d'autres groupes promouvant des changements affectant la vie privée et sociale. Les vég*s pour l'environnement ne sont pas beaucoup plus mal vus que les écologistes en général. Les féministes ne sont pas plus cotées que les vég*s, y compris ceux qui le sont pour les animaux.

5. Les enseignements de l'article de MacInnis et Hodson résumés en 6 points

1. Il y a bien une appréciation négative du vég*isme chez une partie des omnivores. Elle peut se traduire par des attitudes désagréables envers les vég*s.
 2. Bien qu'aussi mal notés en termes de cote d'amour que d'autres catégories (homosexuels, immigrés, minorités ethniques...), il semble que les vég*s soient peu, ou pas, l'objet de discriminations à l'emploi, au logement, ou au crédit bancaire.
 3. Le sentiment anti-vég* est plus marqué chez les omnivores ayant des valeurs ou orientations de droite.
 4. Les omnivores jugent plus sévèrement les véganes que les végétariens.
 5. Parmi les motivations conduisant au vég*isme, la motivation « animaux » est la moins appréciée de toutes par les omnivores ; la motivation « santé » est la mieux tolérée, tandis que la motivation « écologie » occupe une place intermédiaire.
 6. Parmi les groupes pouvant être perçus comme prosélytes ou militants, les vég*s ne sont pas les seuls à inspirer un certain rejet.
-

Références des textes mentionnés dans ce billet

AMATO Paul et PARTRIDGE Sonia, *The New Vegetarians*, Plenum Press, 1989.

BRYANT Christopher, « We Can't Keep Meating Like This: Attitudes towards Vegetarian and Vegan Diets in the United Kingdom », *Sustainability*, vol. 11, n° 23, décembre 2019. [En ligne]

COLE Matthew et MORGAN Karen, « Vegaphobia: derogatory discourses of veganism and the reproduction of speciesism in UK national newspapers », *The British Journal of Sociology*, vol. 62, n°1, 2011. [En ligne]

DUPONT Frédéric et REUS Estiva, « Qui sont les nouveaux végétariens ? », *Les Cahiers antispécistes* n°35, novembre 2012. [En ligne]

MACINNIS Cara et HODSON Gordon, « It ain't easy eating greens: Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target », *Group Processes & Intergroup Relations*, 2 décembre 2015.

Estiva Reus

Billet publié le 4 avril 2020 sur le blog du site estivareus.com