

ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

Marie-Ève Blackburn
Julie Auclair
Jacinthe Dion
Luc Laberge
Suzanne Veillette
Marco Gaudreault
René Lapierre
Michel Perron

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE



GROUPE ÉCOBES



CÉGEP DE JONQUIÈRE

Groupe d'étude
des conditions de vie
et des besoins de la population

Agence de la santé
et des services sociaux
du Saguenay-
Lac-Saint-Jean

Québec



E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E
AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

Marie-Ève Blackburn
Julie Auclair
Jacinthe Dion
Luc Laberge
Suzanne Veillette
Marco Gaudreault
René Lapierre
Michel Perron

**ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS**

RAPPORT DE
RECHERCHE

GRUPE ÉCUBES

CÉGEP DE JONQUIÈRE

Groupe d'étude
des conditions de vie
et des besoins de la population

Agence de la santé
et des services sociaux
du Saguenay-
Lac-Saint-Jean

Québec 

L'ensemble de ce projet a été coordonné
par
la Direction de santé publique
de l'Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay–Lac-Saint-Jean
en partenariat avec
la Direction régionale du ministère de l'Éducation du Québec, du Loisir et du Sport
le Conseil régional de prévention de l'abandon scolaire (CRÉPAS)
et
le Groupe d'étude des conditions de vie et des besoins de la population (ÉCOBES)

La réalisation de cette étude a été assurée par le Groupe ÉCOBES du Cégep de Jonquière grâce à une subvention conjointe du ministère de la Santé et des Services sociaux et de la direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay–Lac-Saint-Jean dans le cadre du Programme de subventions en santé publique pour le projet *Troisième temps de l'Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois âgés de 14 ans en 2002 (ELESJ-14)*.

Les trois questionnaires ayant servi aux fins des présentes analyses sont disponibles sur demande. Pour obtenir des informations supplémentaires ou des exemplaires de ce document, au coût de 18 \$ (frais postaux en sus), veuillez vous adresser à l'un des deux endroits suivants :

Groupe ÉCOBES
Cégep de Jonquière
3791, rue de la Fabrique
Jonquière (Québec) G7X 3W1
Téléphone : (418) 547-2191, poste 401
Télécopieur : (418) 542-2853
Adresse électronique : ecobes@cjonquiere.qc.ca

Centre de documentation
Agence de la santé et des services sociaux
du Saguenay–Lac-Saint-Jean
930, rue Jacques-Cartier Est
Chicoutimi (Québec) G7H 7K9
Téléphone : (418) 545-4980, poste 310

Dans le texte qui suit, nous utilisons le générique masculin sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Référence suggérée : Blackburn, M.-È., Auclair, J., Dion, J., Laberge, L., Veillette, S., Gaudreault, M., Lapiere, R. et M. Perron. 2008. *Évolution de l'estime de soi et de l'insatisfaction de son image corporelle de 14 à 18 ans*. Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 116 pages.

Dépôt légal : Bibliothèque nationale du Québec, 3^e trimestre 2008
Bibliothèque nationale du Canada, 3^e trimestre 2008

ISBN : 978-2-921250-67-2

REMERCIEMENTS

La réalisation de la présente étude a été rendue possible grâce à la collaboration et au soutien de plusieurs organismes. Nous tenons d'abord à témoigner notre reconnaissance à l'endroit de l'Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay–Lac-Saint-Jean (SLSJ), de la Direction régionale du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport et du Conseil régional de prévention de l'abandon scolaire de nous avoir supportés depuis 1997 dans la conduite du Programme de recherche sur les 12-18 ans. Ce programme de recherche a comporté plusieurs temps de collecte de données dans les écoles, que ce soit pour les deux enquêtes transversales sur les habitudes de vie des élèves (1997 et 2002) ou pour l'enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois âgés de 14 ans en 2002 (ELESJ-14) qui a jusqu'ici comporté trois cycles (2002, 2004, 2006).

Nos remerciements s'adressent particulièrement au Docteur Ann Bergeron ainsi qu'au Docteur Andy Kennedy de la Direction de santé publique qui ont supporté le Programme de recherche et ont su mobiliser les ressources nécessaires à la réussite du projet. Le soutien indéfectible des membres du comité-conseil se doit également d'être souligné. Nous tenons aussi à exprimer notre gratitude à mesdames Louise Landry et Marie-Claude Côté, successivement coordonnatrice du CRÉPAS, pour leurs gestes répétés en appui à nos travaux.

De plus, nous tenons à signaler la collaboration empressée des autorités scolaires de chacune des quatre commissions scolaires, de même que celle des directrices et des directeurs de chacune des écoles secondaires de la région où des élèves ont été échantillonnés en 2002. L'implication de chacun des quatre cégeps du SLSJ a également été appréciée lors du troisième temps de collecte. Un merci à chacune des personnes qui ont joué un rôle dans les institutions scolaires pour faciliter et supporter le travail de l'équipe de recherche lors de la collecte des données.

Nous exprimons aussi une reconnaissance toute particulière aux participants eux-mêmes qui ont accepté avec beaucoup d'empressement et de générosité de faire partie de la cohorte et ainsi répondre aux questions que nous leur avons posées à trois moments de leur cheminement. Nous sommes conscients des efforts exigés et nous pouvons témoigner de l'exceptionnelle qualité des informations transmises.

Nous assurons également de notre gratitude toutes les personnes du CRÉPAS, de la Direction de santé publique et du Groupe ÉCOBES qui ont participé à la collecte des données dans les écoles secondaires en 2002. À ce titre, il nous faut souligner l'appui plus que significatif du

personnel du Groupe ÉCOBES, en particulier Marie-Ève Bouchard, Catherine Lavoie, Julie Simard et Nathalie Jean qui ont participé à différentes étapes du suivi des élèves et à la mise à jour des coordonnées pour les joindre. Nous remercions également mesdames Lucie Néron et Marie-Ève Bouchard qui ont œuvré avec dévouement aux tâches de traitement de textes. Nous désirons de même souligner le support assuré par messieurs Nicolas Doucet et Maxime Perreault dans leur tâche d'assistance de recherche.

COMPOSITION DU COMITÉ-CONSEIL

AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Ann Bergeron (2004-...)
Coordonnatrice du Service de recherche, connaissance, surveillance

Carmen Bouchard (1996 à 2003)
Chef du service Recherche, Connaissance, Surveillance

Murielle Brassat (1996 à 1997)
Chef de service Prévention/promotion

Robert Colpron (1996 à 1997)
Agent de planification et de programmation

René Lapierre (1997-...)
Agent de recherche sociosanitaire

Jean-Claude Tremblay (2007-...)
Médecin-conseil

DIRECTION RÉGIONALE DU MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DU LOISIR ET DU SPORT

Donald Gaudreault (1996 à 2004)
Responsable des Services éducatifs complémentaires

Lucie Martel (2006-...)
Responsable des Services éducatifs complémentaires

CONSEIL RÉGIONAL DE PRÉVENTION DE L'ABANDON SCOLAIRE (CRÉPAS)

Mathieu Cook (2006-2008)
Professionnel de recherche

Marie-Claude-Côté (2006 et 2008-...)
Coordonnatrice

Louise Landry (2000 à 2005)
Coordonnatrice
Sous-comité d'aide à la diffusion

Jean-Roch Tremblay (2000 à 2005)
Membre du comité exécutif
Directeur, Pavillon Wilbrod-Dufour

Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST)

Nicolas Bouchard (2007-...)
Direction régionale
Conseiller en prévention jeunesse

GROUPE D'ÉTUDE DES CONDITIONS DE VIE ET DES BESOINS DE LA POPULATION (ÉCOBES)
--

Julie Auclair (2007-...)
Agente de recherche

Marco Gaudreault
Agent de recherche (1996 à 2006)
Coordonnateur des enquêtes sociales (2007-...)

Michel Perron
Directeur (1996 à 2003)
Chercheur (2004-...)
Président du comité-conseil (1996 à 2003) (2008-...)

Suzanne Veillette
Responsable du Service Recherche (1996 à 2003)
Directrice (2004 à 2007)
Présidente du comité-conseil (2004 à 2007)
Chercheuse (2007-...)

COMMISSION SCOLAIRE DES RIVES-DU-SAGUENAY
--

Gilles Routhier (2008-...)
Directeur adjoint, École l'Odyssée-Dominique-Racine

OUVRAGES PUBLIÉS DANS LA SÉRIE ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS ÂGÉS DE 14 ANS EN 2002 (ELESJ-14)

Gaudreault, M., Laberge, L., Veillette, S., Blackburn, M.-È., Arbour, N. et M. Perron. 2006. *Cheminements d'adolescents entre 14 et 16 ans*. Série Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 38 pages.

Veillette, S., Auclair, J., Laberge, L., Gaudreault, M., Perron, M. et N. Arbour. 2007. *Parcours scolaires au secondaire et au collégial*. Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 153 pages.

Veillette, S., Auclair, J., Laberge, L., Gaudreault, M., Perron, M. et N. Arbour. 2007. *Rapport synthèse. Parcours scolaires au secondaire et au collégial*. Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 14 pages.

Blackburn, M.-È., Auclair, J., Laberge, L., Gaudreault, M., Veillette, S., Lapierre, R., Perron, M. et M. Perreault. 2008. *Cheminements d'adolescents de 14 à 18 ans*. Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 75 pages.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS.....	III
COMPOSITION DU COMITÉ-CONSEIL	V
OUVRAGES PUBLIÉS DANS LA SÉRIE ELESJ-14	VII
TABLE DES MATIÈRES	IX
TABLE DES TABLEAUX	XI
TABLES DES FIGURES	XIII
INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE 1 : LA POSITION DU PROBLÈME ET LES PERSPECTIVES THÉORIQUES	3
1.1 Vue d'ensemble sur l'estime de soi à l'adolescence.....	5
1.1.1 L'évolution de l'estime de soi selon l'âge et le sexe.....	6
1.1.2 Les facteurs associés à l'estime de soi	8
1.2 Vue d'ensemble sur l'insatisfaction de son image corporelle.....	9
1.2.1 L'évolution de la satisfaction de son image corporelle selon l'âge et le sexe	10
1.2.2 Les facteurs associés à l'insatisfaction de son image corporelle	10
1.3 Les relations entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle.....	11
1.4 Les objectifs poursuivis	13
CHAPITRE 2 : LE CADRE D'ANALYSE ET LES ORIENTATIONS MÉTHODOLOGIQUES	15
2.1 Le devis de recherche : une approche longitudinale.....	17
2.2 La stratégie d'échantillonnage.....	17
2.3 Les instruments de collecte	19
2.4 La description de l'échantillon et l'évaluation du biais échantillonnal.....	19
2.5 La description des variables dépendantes	22
2.5.1 L'estime de soi globale	22
2.5.2 L'insatisfaction à l'égard de sa silhouette	23
2.5.3 L'insatisfaction à l'égard de son apparence générale	24
2.6 La sélection des variables indépendantes	25
2.7 L'analyse des données.....	28
2.8 Les limites de l'étude	30

CHAPITRE 3 : L'ESTIME DE SOI ET L'INSATISFACTION DE SON IMAGE CORPORELLE À L'ADOLESCENCE : UN PORTRAIT	31
3.1 L'estime de soi	33
3.1.1 Un portrait des jeunes de notre cohorte.....	34
3.2 L'insatisfaction à l'égard de sa silhouette	35
3.2.1 Un portrait des jeunes de notre cohorte.....	36
3.2.2 La relation entre sa silhouette perçue et l'indice de masse corporelle	38
3.2.3 La proportion de jeunes insatisfaits de leur silhouette	39
3.2.4 La relation entre l'insatisfaction de sa silhouette et l'indice de masse corporelle.....	44
3.2.5 Les moyens pour perdre du poids	46
3.3 L'insatisfaction à l'égard de son apparence.....	49
3.3.1 Un portrait des jeunes de notre cohorte.....	49
3.3.2 Les moyens pour améliorer son image.....	52
3.4 L'association entre l'estime de soi et l'insatisfaction liée à l'image corporelle	53
CHAPITRE 4 : LES FACTEURS ASSOCIÉS À L'ESTIME DE SOI ET À L'INSATISFACTION DE SON IMAGE CORPORELLE.....	55
4.1 L'estime de soi globale à 18 ans	57
4.1.1 Les facteurs associés à l'estime de soi chez les filles	58
4.1.2 Les facteurs associés à l'estime de soi chez les garçons	60
4.1.3 L'effet de l'estime de soi à 14 ans sur celle observée à 18 ans	61
4.1.4 Discussion sur les déterminants retenus	62
4.2 L'insatisfaction de sa silhouette à 18 ans	67
4.2.1 Les facteurs associés au désir d'une silhouette plus mince chez les filles	67
4.2.2 L'insatisfaction de sa silhouette chez les garçons	69
4.2.3 L'effet de l'insatisfaction de sa silhouette à 14 ans sur celle observée à 18 ans	71
4.2.4 Discussion sur les déterminants retenus	71
4.3 L'insatisfaction de son apparence générale à 18 ans	73
4.3.1 Les facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence générale chez les filles	73
4.3.2 Les facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence générale chez les garçons.....	75
4.3.3 Insatisfaites un jour, insatisfaites toujours?	77
4.3.4 Discussion sur les déterminants retenus	77
Conclusion	81
Annexe A : Schéma des enquêtes et des publications sur les habitudes de vie des jeunes du Saguenay–Lac-Saint-Jean.....	89
Annexe B : Dimensions et déterminants explorés dans les questionnaires d'enquête.....	93
Annexe C : Comparaison des participants et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sur la base des caractéristiques mesurées à 14 ans	97
Annexe D : Répartition des filles et des garçons selon la silhouette souhaitée	103
Bibliographie.....	107

TABLE DES TABLEAUX

TABLEAU 2.1	Taux de participation et taux d'attrition aux divers cycles de l'enquête longitudinale auprès des élèves âgés de 14 ans en 2002 (ELESJ-14).....	18
TABLEAU 2.2	Distribution selon le sexe des élèves âgés de 14 ans au SLSJ ainsi que des participants à l'enquête transversale et au suivi longitudinal en mai 2002	20
TABLEAU 2.3	Liste des variables indépendantes retenues pour les analyses	25
TABLEAU 3.1	Risque de développer des problèmes de santé selon les catégories d'indice de masse corporelle de Santé Canada	38
TABLEAU 3.2	Méthodes utilisées par les filles et les garçons de 14 ans qui ont tenté de perdre ou de contrôler leur poids.....	48
TABLEAU 3.3	Moyens utilisés pour améliorer son image à 14 ans	52
TABLEAU 3.4	Corrélations entre l'estime de soi, l'insatisfaction de sa silhouette et l'insatisfaction de son apparence générale selon le sexe et l'âge.....	54
TABLEAU 4.1	Facteurs associés à l'estime de soi chez les filles à 18 ans	59
TABLEAU 4.2	Facteurs associés à l'estime de soi chez les garçons à 18 ans.....	61
TABLEAU 4.3	Facteurs associés à l'insatisfaction de sa silhouette chez les filles à 18 ans	68
TABLEAU 4.4	Facteurs associés à l'insatisfaction de sa silhouette chez les garçons à 18 ans	70
TABLEAU 4.5	Facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence générale chez les filles à 18 ans	74
TABLEAU 4.6	Facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence générale chez les garçons à 18 ans.....	76

TABLE DES FIGURES

FIGURE 2.1	Échelle ayant servi à mesurer le niveau d'insatisfaction à l'égard de sa silhouette chez les filles.....	23
FIGURE 2.2	Échelle ayant servi à mesurer le niveau d'insatisfaction à l'égard de sa silhouette chez les garçons.....	23
FIGURE 3.1	Évolution de l'estime de soi de 14 à 18 ans.....	34
FIGURE 3.2	Proportion des filles et des garçons à 14, 16 et 18 ans présentant une faible estime de soi.....	35
FIGURE 3.3	Répartition des filles à 14, 16 et 18 ans selon leur silhouette déclarée.....	37
FIGURE 3.4	Répartition des garçons à 14, 16 et 18 ans selon leur silhouette déclarée	37
FIGURE 3.5	Répartition des filles et des garçons selon leur indice de masse corporelle à 18 ans.....	39
FIGURE 3.6	Proportion des filles à 14, 16 et 18 ans satisfaites de leur silhouette selon leur silhouette déclarée	41
FIGURE 3.7	Proportion des garçons à 14, 16 et 18 ans satisfaits de leur silhouette selon leur silhouette déclarée	41
FIGURE 3.8	Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans désirant une silhouette plus mince.....	43
FIGURE 3.9	Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans désirant une silhouette plus forte	43
FIGURE 3.10	Évolution de l'écart entre sa silhouette actuelle et celle désirée chez les filles et les garçons de 14 à 18 ans.....	44
FIGURE 3.11	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette selon l'indice de masse corporelle chez les filles âgées de 18 ans	45
FIGURE 3.12	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette selon l'indice de masse corporelle chez les garçons âgés de 18 ans.....	46
FIGURE 3.13	Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans ayant sérieusement tenté de perdre ou de contrôler leur poids	47
FIGURE 3.14	Évolution de l'insatisfaction de son apparence générale chez les filles et les garçons de 14 à 18 ans	49
FIGURE 3.15	Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans insatisfaits de leur apparence physique	50
FIGURE 3.16	Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans insatisfaits de leur corps.....	51
FIGURE 3.17	Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans insatisfaits de leur look vestimentaire	51

Introduction



E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE



Les résultats livrés dans le présent rapport sont le fruit d'un partenariat initié il y a maintenant dix ans dans le cadre du Programme de recherche sur les 12-18 ans conduit par le Groupe d'Étude des COnditions de vie et des BESoins de la population (ÉCOBES) du Cégep de Jonquière. Ce programme de recherche a comporté plusieurs temps de collecte de données dans les écoles, que ce soit pour les deux enquêtes transversales sur les habitudes de vie des élèves (1997 et 2002) ou l'**Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois âgés de 14 ans en 2002** (ELESJ-14) qui a jusqu'à maintenant comporté trois cycles (2002, 2004, 2006)¹.

De fait, l'idée d'entreprendre un suivi longitudinal d'une cohorte de jeunes adolescents du Saguenay-Lac-Saint-Jean (SLSJ) a germé lors de la planification de la deuxième enquête transversale, celle de 2002, dans le cadre d'un fructueux partenariat entre la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux, le Conseil régional de prévention de l'abandon scolaire, la Direction régionale du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport ainsi que le Groupe ÉCOBES. En effet, la nature des données d'enquêtes transversales ne permet pas de suivre l'évolution des comportements à risque pour la santé et pour le développement personnel tout au long de l'adolescence. Ainsi, il s'est avéré nécessaire de disposer de données tirées d'une enquête longitudinale pour mieux comprendre l'évolution de tels comportements et fournir aux intervenants auprès des jeunes des informations précieuses pour adapter les programmes de prévention et de promotion de la santé. C'est donc dans cet esprit qu'est née l'ELESJ-14.

Ce rapport est le troisième à être publié depuis la collecte du troisième cycle d'enquête. Il y a d'abord eu le rapport sur les parcours scolaires (Veillette *et al.*, 2007) et les faits saillants intitulés « Cheminement d'adolescents de 14 à 18 ans » qui rapportaient l'évolution de diverses problématiques de 14 à 18 ans (Blackburn *et al.*, 2008). Le présent document traite d'un sujet qui fait souvent l'actualité, soit l'image corporelle des adolescents et leur estime de soi. À l'heure où l'on parle d'hypersexualisation des jeunes filles et garçons, où l'on s'inquiète de l'image projetée, des normes de beauté véhiculées dans les médias et paradoxalement à l'heure où la proportion de jeunes obèses est en progression, ce rapport veut mieux comprendre ce qu'il en est. Quels

¹ Le lecteur intéressé peut consulter l'annexe A pour connaître l'ensemble des enquêtes et le calendrier des opérations; la figure permet de situer également les diverses publications auxquelles les travaux ont donné lieu jusqu'à ce jour.



E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

sont les facteurs influençant l'estime de soi? Quels sont les facteurs liés à une bonne ou une mauvaise perception de l'image corporelle? Comment sont liées l'estime de soi et l'insatisfaction de l'image corporelle et comment tout cela évolue pendant l'adolescence? Ce sont des questions auxquelles nous tenterons de répondre ici.

Ce document comporte quatre chapitres. Le premier présente les différents visages de l'estime de soi et de l'image corporelle par l'entremise d'une recension des écrits. Le deuxième chapitre traite plutôt de la méthodologie de l'enquête ainsi que de la description de la cohorte à l'étude de 14 à 18 ans. Le troisième chapitre fait un portrait de l'évolution de l'estime de soi et de l'insatisfaction de son image corporelle durant l'adolescence. Enfin, les facteurs associés à l'estime de soi et à l'insatisfaction de son image corporelle font l'objet du quatrième et dernier chapitre.

Chapitre 1

La position du problème et les perspectives théoriques

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Le premier chapitre présente la recension des écrits effectuée sur les concepts d'estime de soi et d'image corporelle. Cette recension permet de mieux saisir la complexité de ces problématiques chez les adolescents. En effet, les intervenants qui œuvrent auprès des jeunes ne sont pas sans savoir que le renforcement de l'estime de soi s'avère incontournable tant dans l'élaboration des plans d'action jeunesse que dans les projets scolaires à caractère éducatif. Avoir une bonne estime de soi constitue une ressource personnelle associée à une meilleure adaptation sociale ainsi qu'un gage de bonne santé mentale et de bien-être (Bolognini *et al.*, 1996; Torres *et al.*, 1995). L'adolescence est une étape clé dans l'établissement d'une bonne estime de soi, même s'il est reconnu qu'elle se développe tout au long de l'existence. Lors de cette période charnière, l'estime de soi se construit en lien avec diverses caractéristiques personnelles et sociales, notamment la satisfaction de son image corporelle. Dans une société où l'image projetée définit en partie la reconnaissance qu'une personne reçoit des autres, mieux comprendre la place qu'occupe l'image corporelle dans le développement de l'estime de soi des adolescents est d'autant plus pertinent. Une meilleure compréhension de l'évolution de l'estime de soi et de la satisfaction de son image corporelle au cours de l'adolescence pourrait permettre de mieux soutenir les jeunes dans cette période souvent trouble et de fournir aux divers acteurs les entourant de meilleures pistes d'intervention.

1.1 Vue d'ensemble sur l'estime de soi à l'adolescence

Rares sont les concepts qui ont fait l'objet d'un si grand nombre de publications et de communications scientifiques au cours des trois dernières décennies que l'estime de soi. Pourtant, aucun consensus ne se dégage quant à sa définition. Au départ, l'estime de soi était conçue comme l'intériorisation du regard des autres (autrui significatif) sur soi (Cooley, 1902; Mead, 1925). On retrouve par la suite ceux qui la définissent comme le résultat de la discordance entre un soi idéal et un soi réel (Higgins, 1991; Markus et Nurius, 1986) et ceux qui la considèrent comme étant le fruit d'évaluations partielles à l'égard de ses propres performances dans divers domaines (Emery *et al.*, 1993; Harter, 1985; Openshaw *et al.*, 1981; Rosenberg, 1965). De ces diverses définitions, on pourrait retenir que l'estime de soi inclut les notions de satisfaction personnelle à l'égard de soi et de jugement de l'efficacité de son fonctionnement (Harter, 1998).

Rosenberg et ses collaborateurs (1995) ont établi une différence entre l'estime de soi générale et d'autres mesures spécifiques de l'estime de soi telles les habiletés cognitives, les compétences



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

interpersonnelles, la satisfaction de son apparence physique et la satisfaction de sa réussite sociale. Ainsi, il importe de distinguer le sentiment de sa valeur personnelle et l'évaluation qu'on en fait, cette évaluation référant à ses compétences dans divers domaines (Rosenberg, 1979). Nos travaux antérieurs (Perron *et al.*, 1999, Gaudreault *et al.* 2004), ainsi que ceux de plusieurs autres auteurs, ont souligné les liens existant entre l'estime de soi générale et ces mesures plus spécifiques d'estime de soi. La définition multidimensionnelle de l'estime de soi fait de plus en plus consensus au sein de la communauté scientifique (Harter, 1993; DuBois *et al.*, 2000). Selon cette perspective, l'estime de soi générale regrouperait plusieurs dimensions ou domaines (par exemple les habiletés académiques ou physiques, l'apparence, etc.), bien qu'elle serait plus que la somme de ses propres dimensions.

Pour Harter (1998), l'estime de soi se doit d'être considérée dans une perspective développementale. De l'enfance à l'adolescence, l'évaluation des compétences sous-jacentes à la construction de son estime de soi générale pourra inclure des dimensions nouvelles, s'ajoutant aux dimensions initiales. Toutefois, l'estime de soi générale n'est pas qu'exclusivement tributaire de la perception qu'ont les jeunes de leurs compétences dans divers domaines (Bariaud et Bourcet, 1994). L'inverse est tout aussi vrai, c'est-à-dire que même si l'estime de soi générale influence l'évaluation des dites compétences, elle n'en est pas le seul déterminant.

En somme, l'estime de soi correspond à la manifestation du sentiment de satisfaction éprouvé en regard de la définition donnée à la notion de soi (Beane et Lypka, 1986). Il s'agit plus particulièrement d'un jugement de valeur découlant des perceptions que l'on porte sur ses compétences dans divers domaines; d'où l'utilisation d'une perspective multidimensionnelle dans la conceptualisation de l'estime de soi.

1.1.1 L'évolution de l'estime de soi selon l'âge et le sexe

La perception de soi dans divers domaines (ou dimensions) est en constante évolution au cours de l'existence et varie selon les individus. Les études indiquent des résultats contradictoires quant à l'augmentation ou à la diminution du niveau d'estime de soi durant l'adolescence et quant à la différence entre les garçons et les filles. D'après la recension des écrits de Seidah et ses collègues (2004), plusieurs auteurs s'accorderaient à dire que l'estime de soi peut varier au début de l'adolescence, à la hausse ou à la baisse, pour éventuellement augmenter vers la fin de l'adolescence. Cependant, Deschesnes et ses collègues (2003) ont noté, quant à eux, que l'estime de soi augmenterait selon l'âge dans les études transversales alors qu'elle serait

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

relativement stable ou présenterait une légère hausse dans les études longitudinales. Certains auteurs parlent également de fluctuations légères du niveau d'estime de soi au cours de l'existence. Les résultats d'une étude réalisée sur Internet auprès de plus de 325 000 individus âgés de 9 à 90 ans ont indiqué que le niveau d'estime de soi est élevé durant l'enfance, diminue à l'adolescence, pour augmenter graduellement à l'âge adulte (Robins *et al.*, 2002). Néanmoins, des études s'entendent pour dire que les changements observés dans le niveau d'estime de soi au cours de l'adolescence seraient plutôt minimes, tout comme ceux pouvant survenir au cours de l'âge adulte. En outre, la légère différence observée entre les sexes débiterait à l'adolescence.

De façon générale, les recherches effectuées auprès des adolescents soutiennent la présence de différences sexuelles quant à l'estime de soi globale en faveur des garçons (Huang *et al.*, 2007; Seidah *et al.*, 2004; Wilgenbusch et Merrell, 1999). Par exemple, les résultats d'une méta-analyse regroupant les données de près de 50 000 adolescents ont démontré que le niveau d'estime de soi est légèrement plus élevé chez les garçons que chez les filles (Kling *et al.*, 1999). Aussi, ces différences entre les sexes varieraient selon l'âge. Par exemple, dans l'étude transversale de Polce-Lynch et ses collaborateurs (2001), les garçons ont, à 13 ans, un niveau d'estime de soi plus élevé que les filles, mais cette différence s'estompe à 17 ans, alors que les résultats d'une étude longitudinale révèlent que l'estime de soi aurait tendance à augmenter chez les garçons de 14 à 23 ans, mais diminuerait chez les filles aux mêmes âges, tout spécialement de 18 à 23 ans (Block et Robins, 1993).

En somme, les différences retrouvées à l'adolescence quant au niveau d'estime de soi selon l'âge et le sexe pourraient aussi bien s'expliquer par la méthodologie employée, notamment le type de devis de recherche utilisé, que par les populations étudiées. Block et Robbins (1993) ont également évoqué la possibilité que l'estime de soi se développe différemment selon l'âge et le sexe à l'adolescence. Enfin, l'estime de soi pourrait aussi varier selon l'importance accordée par l'individu aux dimensions qui y sont reliées (Wilgenbusch et Merrell, 1999). Ainsi, il existerait plusieurs déterminants de l'estime de soi durant l'enfance et l'adolescence tant pour les garçons que pour les filles (Robins *et al.*, 2002).



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

1.1.2 Les facteurs associés à l'estime de soi

Au cours des dernières décennies, les chercheurs ont identifié plusieurs dimensions associées à l'estime de soi. Entre autres, plusieurs résultats de recherche ont fait part d'une association négative entre la détresse psychologique et l'estime de soi (Breton *et al.*, 2002; Ledoux *et al.*, 2002; Perron *et al.*, 1999 et Gaudreault *et al.*, 2004). À ce sujet, les résultats de l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* sont éloquentes. En effet, 46 % des adolescents de 13 ans et 49 % de leurs aînés de 16 ans rapportent un niveau élevé de détresse psychologique chez ceux qui ont un niveau faible d'estime de soi, alors que c'est le cas de seulement environ 2 % des adolescents de 13 ans et de 4 % de leurs aînés de 16 ans qui ont un niveau élevé d'estime de soi (Breton *et al.*, 2002). Le soutien des parents et celui des pairs sont quant à eux associés positivement à l'estime de soi et agiraient en quelque sorte comme des facteurs de protection (Breton *et al.*, 2002).

Suivant les résultats de la méta-analyse de Miller et Downey (1999), il existerait par ailleurs une relation modérée entre l'estime de soi et le poids, un niveau faible d'estime de soi étant relié à un poids plus élevé. Des études récentes ont d'ailleurs confirmé à nouveau cette observation (Huang *et al.*, 2007; Tiggemann, 2005). À ce propos, les données de l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* ont révélé une nette distinction selon le sexe. En effet, les filles de 13 et de 16 ans ayant un excès de poids étaient proportionnellement moins nombreuses à posséder un niveau élevé d'estime de soi que celles de poids normal ou insuffisant, relation qui ne fut pas observée chez les garçons (Ledoux *et al.*, 2002). Par ailleurs, certains auteurs sont d'avis que la perception de son poids serait plus fortement associée à l'estime de soi que le poids réel (Miller et Downey, 1999; Tiggemann, 2005). Dans le même ordre d'idées, ce serait la perception de son apparence physique qui serait la plus fortement reliée à l'estime de soi générale à l'adolescence (DuBois *et al.*, 2000; Harter, 1993 et 1998; Siegel, 2002). Dans l'étude de Seidah et de ses collaborateurs (2004), les perceptions de son apparence physique et de ses compétences dans le domaine scolaire sont ainsi apparues comme étant les dimensions les plus fortement reliées à l'estime de soi générale. D'ailleurs, l'enquête auprès des jeunes du SLSJ de 1997 avait révélé que la satisfaction à l'égard de son apparence physique était le facteur le plus fortement relié à l'estime de soi générale (Perron *et al.*, 1999). Plus particulièrement, les résultats de la seconde enquête auprès des jeunes du SLSJ, réalisée en 2002, ont révélé que l'insatisfaction à l'égard de son corps et de son apparence physique étaient les facteurs les plus fortement associés à l'estime de soi générale chez les filles. Chez les garçons, l'insatisfaction à l'égard de son corps n'était que le troisième facteur explicatif

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

en importance après la perception de ses compétences interpersonnelles et le niveau de détresse psychologique (Gaudreault *et al.*, 2004).

1.2 Vue d'ensemble sur l'insatisfaction de son image corporelle à l'adolescence

Pour Ledoux et ses collègues (2002), si l'excès de poids représente un problème de santé et de bien-être préoccupant, l'insatisfaction à l'égard de son poids et de son image corporelle l'est tout autant. Selon Eide (1982), l'image corporelle désigne « la perception systématique, cognitive, affective, consciente et inconsciente qu'un individu a de son corps, perception qu'il acquiert au cours de son développement et à travers ses relations sociales ». Ainsi, l'image corporelle se rattache à plusieurs aspects de l'individu, notamment psychologiques et somatiques, en plus d'être considérablement influencée par l'environnement (Rice, 1995; Ledoux *et al.*, 2002). Comme nous le verrons, les adolescents ne subissent pas moins que les autres les appels répétés à investir dans des comportements associés à l'apparence (régimes, consommation de produits, etc.), conséquence possible de l'idéologie véhiculée par les médias selon laquelle l'identité et l'amour-propre sont tributaires de l'apparence (Rice, 1995).

Plusieurs préadolescents rapportent de l'insatisfaction vis-à-vis de leur corps (Ricciardelli et McCabe; 2001a et Smolak et Levine, 1996). Dans une recension des écrits traitant de l'image corporelle, Cohane et Pope (2001) ont cependant noté que les garçons rapportaient légèrement moins d'insatisfaction à l'égard de leur corps que les filles. Selon les études recensées, de 24 % à 46 % des adolescentes et de 9 % à 26 % des adolescents rapportent de l'insatisfaction vis-à-vis de leur corps (Neumark-Sztainer *et al.*, 2002; Presnell *et al.*, 2004; Stice et Whitenton, 2002). Qui plus est, les résultats de notre enquête régionale auprès des adolescents saguenéens et jeannois de 2002 (Gaudreault *et al.*, 2004) indiquent que la majorité des adolescentes (64,9 %) espèrent maigrir, alors que près de deux adolescents sur cinq (39 %) souhaitent être plus costauds. Sachant que l'insatisfaction de l'image corporelle est un important facteur prédictif des troubles alimentaires (Stice, 2002), il est particulièrement pertinent de documenter la façon dont elle se développe durant l'adolescence et les facteurs qui y sont associés.

Tout comme l'estime de soi, l'insatisfaction de son image corporelle peut être conceptualisée de façon multidimensionnelle (Levine et Smolak, 2002; Mendelson *et al.*, 1996; Paxton *et al.*, 2006a). Dans cette perspective, l'insatisfaction de son image inclut des notions telles les



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

sentiments à l'égard de son apparence ou de son poids (Mendelson *et al.*, 1996). Selon Levine et Smolak (2002), la perception de son image corporelle ferait partie d'un construit plus large et intégratif, soit celui de l'identité.

1.2.1 L'évolution de la satisfaction de son image corporelle selon l'âge et le sexe

Tout comme l'estime de soi, l'insatisfaction de son image corporelle tend à fluctuer selon l'âge et le sexe. Ainsi, dans l'étude longitudinale de Tiggemann (2005), les filles se perçoivent de plus en plus corpulentes et sont de plus en plus insatisfaites de leur silhouette durant l'adolescence. D'autres études abondent aussi dans ce sens, à savoir que la satisfaction de son image corporelle tend à diminuer avec l'âge chez les jeunes filles (Mendelson *et al.*, 1996; Polce-Lynch *et al.*, 2001) mais aussi chez les garçons (Polce-Lynch *et al.*, 2001). Plus particulièrement, dans l'étude de Polce-Lynch et ses collègues (2001), les garçons avaient une perception plus positive de leur image corporelle que les filles à 10 ans et 13 ans, mais non à 17 ans, âge où les filles et les garçons avaient une perception de leur image corporelle comparable. Selon Mendelson et ses collaborateurs (1996), de 8 à 15 ans, la satisfaction à l'égard de son image corporelle diminuerait davantage chez les filles que chez les garçons. Toujours selon ces auteurs, les idéaux liés au poids seraient inatteignables, provoquant chez plusieurs jeunes filles un mécontentement général vis-à-vis de leur corps. D'autres études indiquent pareillement que la satisfaction de l'image corporelle est plus élevée chez les garçons que chez les filles à l'adolescence (Huang *et al.*, 2007; Seidah *et al.*, 2004). Les problèmes liés à l'image corporelle seraient attribuables à la pression sociale incitant les jeunes femmes à souscrire à un idéal irréaliste de beauté féminine (Rice, 1995).

1.2.2 Les facteurs associés à l'insatisfaction de son image corporelle

De tous les facteurs reliés à l'insatisfaction de son image chez les jeunes, il semble que l'indice de masse corporelle (IMC) soit le facteur le plus fortement corrélé (McCabe et Ricciardelli, 2003; Paxton *et al.*, 2006a). Les actions de modification du poids entreprises par les jeunes constituent un autre facteur relié à l'indice de satisfaction à l'égard de l'image corporelle (Ledoux *et al.*, 2002). Des facteurs psychologiques tels l'estime de soi (voir section ci-dessous), la dépression, l'anxiété et la perception de l'état de santé y seraient aussi associés (Pastore *et al.*, 1996; Ledoux *et al.*, 2002; Levine et Smolak, 2002). Finalement, des facteurs sociaux et familiaux influent également sur l'image corporelle. Parmi ceux-ci, notons non seulement l'environnement culturel ainsi que les attitudes des parents, de la fratrie et des amis quant au poids mais aussi les médias

(Ledoux *et al.*, 2002; Levine et Smolak, 2002; Paxton *et al.*, 2006a). Pour illustrer la variété de facteurs pouvant être associés à l'insatisfaction de l'image corporelle, citons une étude de l'Organisation mondiale de la santé qui a révélé des liens entre l'insatisfaction à l'égard de son corps et la tendance à éprouver des sentiments de solitude, de dépression, et d'impuissance, une mauvaise communication avec les parents ainsi que des attitudes négatives vis-à-vis de l'école (King *et al.*, 1999).

1.3 Les relations entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle

Les tenants des théories du concept de soi, selon l'approche jamesienne, proposent que l'insatisfaction dans un domaine particulier ait un impact sur l'estime de soi générale dans la mesure où ce domaine est central à la définition de soi d'un individu (James, 1890). Par exemple, si l'importance accordée à l'apparence et au poids est plus importante chez les femmes, nous pouvons penser que leur satisfaction à l'égard de leur image corporelle aura beaucoup plus d'impact sur leur estime de soi générale que ce que l'on pourrait observer chez les hommes (Tiggemann, 2005). Cette relation négative entre l'insatisfaction à l'égard de l'image corporelle et l'estime de soi a d'ailleurs été retrouvée dans plusieurs études effectuées chez les adolescents (Perron *et al.*, 1999; Polce-Lynch *et al.*, 2001; Tiggemann, 2005) et les jeunes adultes (Gilbert et Meyer, 2005; Mintz et Betz, 1986; Wade et Cooper, 1999). À ce sujet, l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* effectuée auprès de jeunes de 13 et de 16 ans a notamment révélé que la proportion de garçons et de filles satisfaits de leur apparence est plus élevée chez ceux qui ont un niveau élevé d'estime de soi que chez ceux qui ont un niveau faible d'estime de soi, cela à 13 et 16 ans (Ledoux *et al.* 2002). Ces résultats exemplifient la position de Rice (1995) selon laquelle la chance qu'un individu ait une image corporelle saine et une vision positive de lui-même augmente proportionnellement à la question de l'évaluation juste de son corps et de l'attitude positive qu'il entretient face à celui-ci. Pourtant, certaines études n'ont pas trouvé de relations négatives entre ces deux dernières dimensions (McCaulay *et al.*, 1988; Tiggemann, 1992; King *et al.*, 1999).

Or, plusieurs auteurs ont souligné le fait que l'association négative entre l'insatisfaction à l'égard de l'image corporelle et l'estime de soi serait plus forte chez la gent féminine, tant à l'adolescence (Frost et McKelvie, 2004; Furham *et al.*, 2002; Mendelson *et al.*, 1996) qu'à l'âge adulte (Mintz et Betz, 1986; Shea et Pritchard, 2007; Thompson et Altabe, 1991; Wade et Cooper, 1999).



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Cependant, Seidah et collaborateurs (2004) ont rapporté une absence de différence entre les sexes quant à la force du lien entre l'estime de soi et l'apparence physique, suggérant que l'apparence physique est aussi importante pour les garçons que pour les filles. D'autres études n'ont pour leur part observé aucune association entre l'estime de soi et la satisfaction à l'égard de l'image corporelle chez les adolescents de sexe masculin (Furham *et al.*, 2002) ou les jeunes hommes (Thompson et Altabe, 1991). Pour Seidah et ses collègues, la plus faible estime de soi rencontrée chez les filles peut s'expliquer par le fait qu'elles sont plus souvent insatisfaites de leur apparence physique, en plus d'y accorder beaucoup d'importance. Rice (1995) considère que nous vivons dans une culture qui accorde beaucoup d'importance à l'apparence et au corps de la femme. En effet, l'emphase placée sur l'atteinte d'idéaux rigides serait la source, pour plusieurs jeunes filles, des regrets à l'égard de leur corps et de l'incapacité d'évaluer correctement la taille de ce dernier.

À propos du lien que l'on peut observer chez les adolescents et les adolescentes entre l'estime de soi générale et l'insatisfaction de son image, on peut se demander si c'est l'estime de soi qui module la façon dont on perçoit son corps ou si c'est plutôt l'image du corps qui influe sur le niveau d'estime de soi. Les nombreuses études transversales sur l'estime de soi et l'insatisfaction à l'égard de son image corporelle ne peuvent malheureusement pas répondre à cette question. De leur côté, bien qu'elles ne soient pas légions, les études longitudinales portant sur l'estime de soi et la satisfaction de son image permettent davantage de se pencher sur la direction du lien entre ces deux variables.

D'abord, les études longitudinales rapportent des résultats allant dans les deux sens, c'est-à-dire que c'est parfois une estime de soi plus faible qui constitue un facteur prédictif de l'insatisfaction de l'image corporelle (Paxton *et al.*, 2006a), parfois c'est l'insatisfaction de son image corporelle qui prédit une faible estime de soi (Johnson et Wardle, 2005, Paxton *et al.*, 2006b; Tiggemann, 2005). Dans l'étude de Tiggemann (2005), l'insatisfaction de son image corporelle au premier temps de mesure prédisait le niveau d'estime de soi au deuxième temps de mesure, mais l'estime de soi au premier temps de mesure n'a pu prédire l'insatisfaction de son image corporelle au deuxième temps de mesure. Par ailleurs, les résultats de l'étude de Mendelson et ses collaborateurs (1996), dans laquelle une cohorte de 161 jeunes âgés de 8 à 13 ans suivie pendant deux années consécutives, n'ont pas montré de lien causal entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle et vice-versa.

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Indépendamment de la direction de la relation entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son image, il importe de souligner la différence observée selon le sexe. Par exemple, dans l'étude de Paxton et ses collègues (2006a), un niveau faible d'estime de soi prédisait l'insatisfaction corporelle chez les adolescentes mais non chez les adolescents. L'étude de Tiggemann (1992) révélait quant à elle que l'insatisfaction de sa silhouette, telle que mesurée par la différence entre la perception de sa silhouette réelle et de sa silhouette idéale, pouvait s'accroître avec l'âge, sans que cet idéal de vouloir être ou rester mince ne change. De fait, les femmes se percevaient comme s'éloignant de cet idéal, perception d'ailleurs confirmée par l'augmentation de l'IMC avec l'âge. Paradoxalement, l'estime de soi s'accroît également avec l'âge. Il est donc permis de penser que l'estime de soi prend sa source dans d'autres dimensions que la satisfaction de son image corporelle avec l'âge et l'expérience.

En somme, la direction causale de la relation entre l'image corporelle et l'estime de soi peut être précisée davantage. Ceux qui conceptualisent l'image de soi globale comme étant un composite de plusieurs domaines centraux à un individu stipulent que l'insatisfaction de son image corporelle a un impact sur l'estime de soi (Rosenberg *et al.*, 1995; Harter, 1993). D'autres pensent plutôt qu'un niveau faible d'estime de soi est un précurseur direct de l'insatisfaction de son image corporelle, en association avec d'autres variables telles le poids et la stature, ou en interaction avec d'autres variables, dont le perfectionnisme (Tiggemann, 2005). Néanmoins, il est possible que les deux s'influencent mutuellement et de différentes façons selon l'âge.

1.4 Les objectifs poursuivis

Notre étude longitudinale a été effectuée auprès d'une cohorte de 605 élèves âgés de 14 ans en 2002. Ces mêmes élèves ont été questionnés de nouveau à 16 et 18 ans. Afin de saisir le vécu personnel, scolaire et social des jeunes, nous nous sommes intéressés à leurs perceptions, leurs croyances et leurs comportements en les considérant comme des acteurs engagés dans des trajectoires plurielles. Nous pouvons ainsi examiner comment de tels déterminants peuvent influencer l'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle. Dans cette optique, cette étude longitudinale et multidimensionnelle pourra contribuer à clarifier davantage les relations entre les divers facteurs associés à ces deux problématiques. Nous conservons également l'espoir de préciser la direction de la relation entre ces deux variables.



E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Pour chacune des dimensions couvertes dans le cadre du suivi longitudinal de la cohorte, nous avons privilégié un certain nombre de questions qui relèvent de la problématique de l'estime de soi et de la satisfaction à l'égard de son image corporelle. Plus précisément, les objectifs poursuivis sont les suivants :

- 1) Identifier les facteurs associés au niveau d'estime de soi et à l'insatisfaction de l'image corporelle chez les adolescents;
- 2) Développer un modèle explicatif visant à distinguer la séquence de deux ou plusieurs phénomènes associés à la construction de l'estime de soi et de l'insatisfaction de son image corporelle.

Chapitre 2

Le cadre d'analyse et les orientations méthodologiques

Ce chapitre est consacré à la présentation des repères méthodologiques de la présente étude. S'agissant d'une étude longitudinale, les visées escomptées d'une telle approche sont précisées d'entrée de jeu. La stratégie d'échantillonnage élaborée est ensuite décrite succinctement et les divers taux de participation et d'attrition obtenus à chacun des trois cycles de l'étude² sont présentés. Le chapitre fournit également une description des caractéristiques de l'échantillon dans le but notamment d'évaluer le biais échantillonnal résultant du statut de volontaires qu'ont les participants à cette étude. Finalement sont décrites les variables dépendantes et indépendantes analysées dans le présent rapport ainsi que les méthodes d'analyse utilisées et les limites de l'étude.

2.1 Le devis de recherche : une approche longitudinale

Initialement prévue pour une période de 10 ans, l'ELESJ-14 a maintenant vu se réaliser trois temps de collecte, soit 2002, 2004 et 2006. Les habitudes de vie des adolescents, leur vécu psychoaffectif, ainsi que leurs stratégies scolaires furent au centre de nos préoccupations durant ces trois premiers cycles d'enquête. Cette étude multidimensionnelle et longitudinale vise à mieux comprendre comment évoluent certaines problématiques, notamment l'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle. Comme nous le démontre la recension des écrits au chapitre précédent, les changements observés quant au niveau d'estime de soi au cours de l'adolescence, lorsque mesurés dans une enquête longitudinale, seraient plus petits que le suggèrent les études transversales. Afin d'estimer des mesures qui reflètent des variations dans le temps, on a besoin d'un système d'enregistrement continu des événements ou d'une enquête par panel qui consiste à interviewer les mêmes personnes dans le temps (Freedman *et al.*, 1988). Dans notre cas, nous avons opté pour la deuxième approche.

2.2 La stratégie d'échantillonnage

La première étape du suivi longitudinal a été réalisée en mai 2002, soit au moment même de l'enquête transversale « Les jeunes du Saguenay–Lac-Saint-Jean. Qui sont-ils? Que font-ils? ». Celle-ci visait à recueillir des informations sur les habitudes de vie et sur les aspirations scolaires et professionnelles des jeunes fréquentant un établissement d'enseignement secondaire de cette région. À cette occasion, les élèves âgés de 14 ans au 1^{er} mai 2002 ont été surreprésentés dans

² Le lecteur intéressé à en savoir davantage sur la collecte de données de l'ELESJ-14 peut consulter le rapport de recherche concernant les parcours scolaires (Veillette *et al.*, 2007).



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

l'échantillon initial (n = 1 400) puis invités à faire partie du volet longitudinal afin d'observer leur cheminement sur une période de 10 ans, soit jusqu'en 2012. Ainsi, après avoir obtenu l'approbation de la Commission d'accès à l'information et reçu le consentement des participants et de leurs parents, les renseignements susceptibles de permettre un suivi longitudinal des élèves échantillonnés ont été colligés.

Après le premier temps de collecte, 615 élèves de 14 ans se sont montrés intéressés et furent dûment autorisés par un parent à participer à la seconde phase de l'ELESJ-14, pour un taux de participation de 52,3 % (tableau 2.1). Parmi les élèves qui furent invités à participer aux cycles 2 et 3 de l'ELESJ-14, près de 70 % ont répondu au questionnaire de 2004 (n = 408) et 77 % à celui de 2006 (n = 413).

Tableau 2.1.
Taux de participation et taux d'attrition aux divers cycles de l'enquête longitudinale auprès des élèves âgés de 14 ans en 2002 (ELESJ-14)

Étapes de collecte des données	Élèves éligibles	Taux d'attrition ¹		Élèves sollicités	Taux de participation	
	N	n	%	N	n	%
Cycle 1 (2002)	–	–	–	1 176	615 ²	52,3
Cycle 2 (2004)	615	26	4,2	589	408	69,3
Cycle 3 (2006)	589 ³	54	9,2	535	413	77,2

¹ Ce taux est établi pour les cycles 2 et 3 par rapport aux élèves éligibles au suivi longitudinal. Il comprend les participants du cycle 1 qui n'ont pu être rejoints aux cycles subséquents, ceux qui se sont désistés en cours de route ainsi que ceux qui sont décédés.

² À la fin du cycle 3, cet effectif est passé de 615 à 605 car certains participants s'étant désistés n'avaient pas autorisé dans leur formulaire de consentement que les données colligées à leur sujet soient conservées et incluses aux analyses. Leurs réponses ont donc dû être détruites.

³ C'est l'effectif sollicité au cycle 2 (n = 589) qui fut considéré éligible au cycle 3 et non seulement les participants du cycle 2 (n = 408).

En outre, si aux cas de désistement nous ajoutons les cas non joignables ainsi que les personnes décédées, nous observons des taux d'attrition de 4,2 % et de 9,2 % respectivement aux cycles 2 et 3. En définitive, un total de 337 élèves ont participé à chacun des trois cycles de l'ELESJ-14, ce qui correspond à un taux de rétention de 54,8 % par rapport aux participants du cycle 1 en 2002. Comme les objectifs de cette étude requièrent l'analyse de mesures répétées, la cohorte à l'étude se compose de ces 337 participants persévérants.



2.3 Les instruments de collecte

Les données des trois cycles de l'ELESJ-14 ont été colligées à l'aide de questionnaires autoadministrés. Lors du premier temps de collecte en 2002, tous les participants ont rempli le questionnaire à l'école. Lors du deuxième temps de collecte en 2004, les participants éligibles ont reçu par la poste une lettre indiquant l'adresse d'un site Internet où ils pouvaient répondre au questionnaire en ligne. Chaque élève disposait donc d'un mot de passe permettant alors de répondre en toute confidentialité au questionnaire en plusieurs séances si cela s'avérait nécessaire. Cette lettre précisait en outre que deux semaines étaient allouées pour remplir le questionnaire en ligne, après quoi la version papier du questionnaire leur serait expédiée par la poste ; 75 % des répondants ont opté pour la deuxième option. Pour le troisième temps de collecte en 2006, les participants avaient le choix entre deux modes de passation. Ils pouvaient d'abord se présenter à l'une des séances de groupe organisées dans les quatre cégeps du SLSJ (8,5 % des répondants) ou autrement, remplir le questionnaire qui leur était ultérieurement expédié par la poste (91,5 % des répondants).

Le lecteur intéressé peut se référer à l'annexe B afin d'avoir une liste des dimensions et déterminants explorés dans les questionnaires d'enquête.

2.4 La description de l'échantillon et l'évaluation du biais échantillonnal

Rappelons que parmi les 1 176 élèves âgés de 14 ans ayant répondu au questionnaire de l'enquête transversale de 2002, on compte initialement 561 élèves qui n'ont pas accepté de participer à l'ELESJ-14. Si on ne s'intéresse de surcroît qu'aux 337 participants qui ont répondu aux 3 cycles d'enquête, ce faible taux de collaboration (28,7 %) nécessite que soient comparés ces deux groupes sur la base de plusieurs variables de façon à vérifier s'il y a un biais échantillonnal. Il s'agit alors d'établir si les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 ($n = 337$) différaient des élèves qui n'ont pas pris part au suivi longitudinal ou qui n'ont pas complété l'ensemble des trois cycles d'enquête ($n = 839$). Car faut-il le rappeler, si l'effectif s'étant vu offrir de participer au suivi longitudinal lors de l'enquête transversale de 2002 constituait au départ un échantillon aléatoire, la cohorte de l'ELESJ-14 a accepté de participer sur une base strictement volontaire.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

La comparaison des caractéristiques des participants et des non-participants aux trois cycles de l'étude longitudinale

Le tableau 2.2 présente la distribution selon le sexe des élèves âgés de 14 ans au SLSJ en 2002, de même que celle des participants à l'enquête transversale de 2002 et au suivi longitudinal de l'ELESJ-14. Nous pouvons ainsi constater que les filles sont surreprésentées, tant dans l'enquête transversale que dans l'ELESJ-14. Plus particulièrement, mentionnons que la surreprésentation des filles observée dans la cohorte est davantage prononcée lorsqu'on ne considère que les 337 persévérants aux trois cycles de collecte (66,8 %; données non présentées). Il s'agit là d'un biais souvent observé dans les enquêtes misant sur la participation volontaire des sujets. De plus, l'attrition observable lors d'études longitudinales peut engendrer des biais supplémentaires.

Tableau 2.2

Distribution selon le sexe des élèves âgés de 14 ans au SLSJ ainsi que des participants à l'enquête transversale et au suivi longitudinal en mai 2002

Sexe	Population des élèves de 14 ans au SLSJ en 2002	Participants âgés de 14 ans à l'enquête transversale de 2002 ¹	Participants à l'ELESJ-14		
			Cycle 1 2002	Cycle 2 2004	Cycle 3 2006
	%	%	%	%	%
Féminin	49,0	52,8	55,6	65,5	62,7
Masculin	51,0	47,2	44,4	34,5	37,3
Total	100,0 (n = 3 546)	100,0 (n = 1 172)¹	100,0 (n = 602)²	100,0 (n = 406)³	100,0 (n = 413)

¹ L'échantillon de l'enquête transversale « Les jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean. Qui sont-ils? Que font-ils? » réalisée en 2002 auprès des élèves fréquentant les écoles secondaires comprenait un suréchantillon d'élèves âgés de 14 ans, lesquels furent invités à participer à l'enquête longitudinale. L'information sur le genre est manquante pour quatre participants.

² Il s'agit de la distribution finale observée lors du cycle 1 de 2002 après le retrait des dix élèves ayant décidé de mettre fin à leur participation au suivi longitudinal. L'information sur le genre est manquante pour trois participants.

³ L'information sur le genre est manquante pour deux participants.

Afin de pouvoir comparer les caractéristiques des participants et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14, nous avons pondéré les données selon le sexe. Cette procédure permet d'identifier quelles variables diffèrent entre ces deux groupes, indépendamment du sexe des répondants, et de qualifier l'ampleur du biais échantillonnal. Les comparaisons qui suivent permettent donc d'estimer le potentiel de généralisation des observations faites chez les persévérants de l'ELESJ-14. Le lecteur intéressé peut consulter à l'annexe C qui présente la comparaison détaillée des deux groupes sur la base de diverses caractéristiques.

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

À la lumière des comparaisons effectuées, on observe une relation significative entre deux indicateurs de l'origine sociale du répondant et le fait d'avoir accepté de participer ou non à l'ensemble du suivi longitudinal. Ainsi, les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sont proportionnellement plus nombreux que les non-participants à avoir au moins un parent qui détient un diplôme d'études postsecondaires ($p < 0,05$) et ils présentent des niveaux moyens supérieurs aux échelles de soutien affectif paternel et maternel dans les études ($p < 0,05$). Il faut par ailleurs mentionner qu'aucune différence significative n'est observée entre les deux groupes en ce qui a trait aux conditions économiques familiales perçues et au niveau d'urbanisation de la municipalité de résidence.

Au plan des attitudes et des valeurs, les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 ont une meilleure estime de soi académique (indice moyen d'habiletés cognitives : $p < 0,001$); ils sont aussi proportionnellement plus nombreux à espérer compléter des études universitaires ($p < 0,001$) et à aspirer à une carrière professionnelle ($p < 0,001$) comparativement aux non-participants. Les participants aux trois cycles de l'enquête longitudinale manifestent par ailleurs un niveau de civisme public plus élevé ($p < 0,01$) tandis qu'ils sont proportionnellement moins nombreux à présenter un niveau élevé de délinquance ($p < 0,01$). Les deux groupes se distinguent également, mais dans une moindre mesure, quant aux niveaux d'estime de soi ($p < 0,05$), les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 affichant un niveau moyen d'estime légèrement plus élevé.

D'un autre côté, aucune différence significative n'est observée entre les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 et les non-participants quant à plusieurs variables reflétant les attitudes, les valeurs et les opinions personnelles. En effet, les deux groupes présentent des niveaux comparables à l'indice de détresse psychologique, d'ambition, de civisme privé, de libéralisme des mœurs et de perception de ses relations sociales.

En ce qui a trait aux habitudes de vie et aux comportements à risque, il y a quelques différences entre les deux groupes; les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 s'avèrent en effet plus studieux (heures de travaux scolaires à la maison; $p < 0,001$) et légèrement plus actifs physiquement ($p < 0,01$). La consommation d'alcool et de drogues est également plus faible chez



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

ceux ayant complété l'ELESJ-14 ($p < 0,01$). Par contre, les deux groupes sont comparables quant au nombre d'heures consacrées au travail rémunéré ainsi qu'à la consommation de tabac.

Il appert finalement que les participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 semblent mieux réussir sur le plan académique; ils présentent des résultats moyens supérieurs en français et en mathématiques ($p < 0,001$) et leur niveau scolaire est plus avancé ($p < 0,001$). Ce constat doit être mis en relation avec le fait qu'ils déclarent s'investir davantage dans leurs travaux scolaires à la maison, qu'ils souhaitent par ailleurs plus souvent poursuivre des études postsecondaires que les non-participants et qu'ils bénéficient, si l'on considère la scolarité élevée de leurs parents et le soutien affectif maternel et paternel dans leurs études, d'un capital culturel favorisant davantage leur réussite scolaire (Coulon, 1993).

Pour obtenir une description détaillée des jeunes à l'étude, on peut consulter le document « *Cheminements d'adolescents de 14 à 18 ans* » (Blackburn *et al.*, 2008) publié dans la même série.

2.5 La description des variables dépendantes

2.5.1 L'estime de soi globale

L'échelle d'estime de soi utilisée est celle de Rosenberg (1965) qui a été reprise intégralement afin de mesurer l'estime de soi globale. Il s'agit d'une échelle additive comprenant 10 items. Dans cette échelle, pour chacun des items, le répondant reçoit une cote se situant entre 1 et 4 selon le choix de réponse exprimé. La somme des cotes est établie pour chacun des répondants et elle correspond à un score total compris entre 10 et 40. Plus le score est élevé, plus le niveau d'estime de soi est élevé. Cette échelle mesure la perception globale de l'individu quant à sa propre valeur. Les résultats de Vallières et Vallerand (1990) suggèrent que le niveau moyen d'estime de soi globale mesurée à l'aide de l'échelle de Rosenberg chez des étudiants du collégial dont l'âge moyen est de 18 ans se situe aux environs de 32. Leurs résultats supportaient aussi la fidélité et la validité de l'instrument.

Pour les items composant l'échelle d'estime de soi, l'alpha de Cronbach standardisé observé dans notre cohorte à l'étude est de 0,855 à 14 ans, de 0,885 à 16 ans et de 0,893 à 18 ans. En d'autres termes, cela signifie que la consistance interne de l'échelle est très bonne, que les items sont suffisamment corrélés entre eux et mesurent bien la même chose.

2.5.2 L'insatisfaction à l'égard de sa silhouette

La mesure utilisée pour évaluer l'insatisfaction à l'égard de sa silhouette est dérivée d'une comparaison de deux échelles représentant chacun 9 dessins de silhouettes (Thompson et Gray, 1995) allant de très maigre à très corpulente (voir figures 2.1 et 2.2). Dans la première échelle, il est demandé à l'étudiant, en recourant aux silhouettes de leur sexe, d'identifier celle qui correspond le mieux à leur apparence actuelle, et dans la seconde série, celle qui correspond le mieux à comment ils aimeraient être.

FIGURE 2.1

Échelle ayant servi à mesurer le niveau d'insatisfaction à l'égard de sa silhouette chez les filles

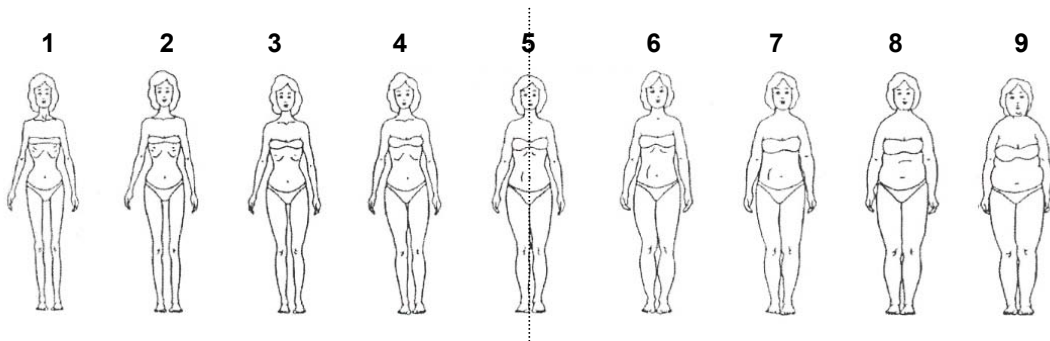
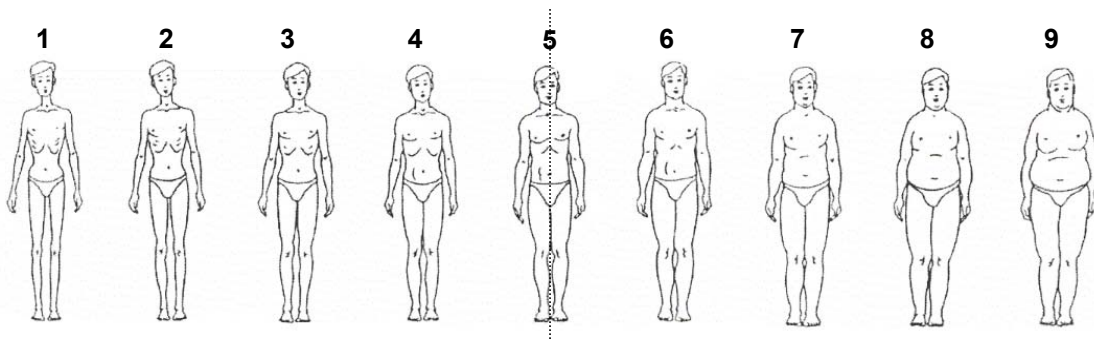


FIGURE 2.2

Échelle ayant servi à mesurer le niveau d'insatisfaction à l'égard de sa silhouette chez les garçons





ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Trois indicateurs sont définis à partir de cet instrument :

- 1) perception qu'ont les jeunes de leur image corporelle, c'est-à-dire leur silhouette actuelle;
- 2) insatisfaction de leur silhouette, c'est-à-dire si les deux figures identifiées sont différentes;
- 3) écart entre la silhouette actuelle et celle désirée, l'écart étant mesuré en fonction du nombre de figures qui séparent l'image souhaitée et l'image perçue.

L'écart entre sa silhouette et celle désirée prend des valeurs négatives (-8 à -1) chez les jeunes qui désirent une silhouette plus mince et des valeurs positives (1 à 8) chez ceux qui aimeraient une silhouette plus forte, la valeur nulle étant interprétée comme la satisfaction à l'égard de sa silhouette. Mentionnons de plus que l'utilisation de la valeur absolue de l'écart entre sa silhouette actuelle et celle désirée prévaut pour certains types d'analyse. La valeur absolue de cet indice, prend alors ses valeurs entre 0 et 8. Dans ce cas, on y fait plutôt référence en parlant *d'insatisfaction à l'égard de sa silhouette*, des valeurs élevées indiquant un niveau plus grand d'insatisfaction.

2.5.3 L'insatisfaction à l'égard de son apparence générale

L'analyse seule de la silhouette ne nous semble pas suffisante pour comprendre la perception qu'ont les adolescents de leur image. En effet, l'insatisfaction de son image va au-delà de la perception de sa silhouette. Ainsi, dans le concept d'image corporelle, on retrouve également celui de l'apparence. Celui-ci peut inclure la grosseur de son nez, la couleur de ses cheveux, la grandeur ou même la façon de se vêtir. Une échelle additive a donc été créée à partir de trois questions directes touchant davantage ces thématiques (insatisfaction de son apparence physique, de son corps et de son look vestimentaire). Cette échelle d'insatisfaction de son apparence varie de 0 à 3, une valeur élevée indiquant le niveau maximal d'insatisfaction aux trois items constituant l'indice.

Pour les items composant l'échelle *d'insatisfaction de son apparence*, les alphas de Cronbach standardisés dans la cohorte à l'étude sont de 0,706 à 14 ans, de 0,690 à 16 ans et de 0,657 à 18 ans. Cela signifie que la consistance interne de l'échelle est bonne, que les items sont corrélés et mesurent bien la même chose.



2.6 La sélection des variables indépendantes

L'ELESJ-14 rend disponibles une multitude de variables potentiellement associées à l'estime de soi et à l'insatisfaction de son image corporelle. Il est possible de regrouper ces variables selon trois grandes dimensions : (1) les milieux de vie, (2) les facteurs familiaux et (3) les facteurs personnels (habitudes de vie, réseau social, santé et bien-être).

Parmi l'ensemble des mesures prises dans le cadre des trois cycles de collecte, plus d'une cinquantaine de déterminants relevés dans la littérature ont d'abord été ciblés pour faire partie des analyses de régression multiple. Par la suite, les analyses exploratoires effectuées ont mené à l'exclusion d'une trentaine de variables sur la base de critères statistiques. Pour ce faire, la non-réponse et la distribution des variables ont été scrutées. De fait, toutes les variables nominales et ordinales retenues présentent une proportion minimale de 15 % pour la modalité la moins fréquente ainsi qu'un taux de valeurs manquantes inférieur à 5 %. De plus, toutes les associations entre les variables prises deux à deux ont été évaluées et aucune paire de variables retenues ne présente, selon leur niveau de mesure, un coefficient de Cramer ou un tau de Kendall supérieur à 0,3. En d'autres termes, lorsque deux variables étaient très corrélées entre elles, nous avons dû choisir d'en éliminer une.

Le tableau 2.3 présente les variables indépendantes retenues pour les analyses, leur niveau de mesure, leur description ainsi que le cycle auquel elles ont été mesurées. Le sexe, qui est un facteur de première importance, ne figure pas dans cette liste puisque toutes les analyses seront effectuées sexes séparés.

TABLEAU 2.3

Liste des variables indépendantes retenues pour les analyses

Dimension Déterminant	Niveau de mesure	Description	Mesure		
			Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
1. Milieux de vie					
Résider en milieu rural	Dichotomique	Codée 1 si municipalité de résidence rurale; 0 si non	✓		
Niveau de scolarité de la mère	Ordinale	Codée 0 si mère sans DES ; 1 si elle détient un DES; 2 si elle détient un diplôme d'études postsecondaires		✓	



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABEAU 2.3 (suite)
Liste des variables indépendantes retenues pour les analyses

Dimension Déterminant	Niveau de mesure	Description	Mesure		
			Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
2. Facteurs familiaux					
Indice de soutien affectif maternel	Continue	Indice variant de 0,00 (soutien perçu élevé) à 16,00 (soutien perçu faible)	✓	✓	✓
3. Facteurs personnels					
Habitudes de vie					
Fréquence d'activité physique	Ordinale	Codée 1,0 si 1 fois/mois; 2,5 si 2 à 3 fois/mois; 4,0 si 1 fois/sem.; 8,0 si 2 fois/sem.; 12,0 si 3 fois/sem.; 17,0 si 4 fois ou plus/sem.; 0 si non	✓	✓	✓
Fréquence d'activité artistique	Ordinale	Codée 1,0 si moins de 2 hr/sem.; 3,5 si 2 à 5 hr/sem.; 8,0 si 6 à 10 hr/sem.; 15,5 si 11 à 20 hr/sem.; 25,0 si plus de 20 hr/sem.; 0 si non	✓	✓	✓
Avoir déjà eu une relation sexuelle	Dichotomique	Codée 1 si a déjà eu une relation sexuelle complète avec pénétration; 0 si non	✓	✓	✓
Avoir déjà tenté de perdre ou de contrôler son poids	Dichotomique	Codée 1 si a sérieusement tenté de perdre du poids au cours des 6 derniers mois; 0 si non	✓	✓	✓
Fumer la cigarette	Dichotomique	Codée 1 si fume une fois par semaine ou plus; 0 si non	✓	✓	✓
Consommer de la marijuana ou du haschisch	Dichotomique	Codée 1 si consomme une fois par mois ou plus; 0 si non	✓	✓	✓
Réseau social					
Avoir un chum ou une blonde	Dichotomique	Codée 1 si a actuellement un chum ou une blonde; 0 si non	✓	✓	✓
Nombre de personnes suivant un régime dans l'entourage	Ordinale	Nombre de personnes dans l'entourage proche qui font des régimes pour contrôler leur poids (varie de 0 à 3).	✓		
Nombre de personnes émettant des commentaires négatifs sur le poids	Ordinale	Nombre de personnes dans l'entourage proche qui font des commentaires négatifs sur le poids (varie de 0 à 3).	✓	✓	
Indice de sensibilité à l'influence des amis	Continue	Indice variant de 1,00 (sensibilité faible) à 4,00 (sensibilité élevée)	✓	✓	✓

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

	ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE CORPORELLE DE 14 À 18 ANS	RAPPORT DE RECHERCHE
--	--	-------------------------

TABLEAU 2.3 (suite)

Liste des variables indépendantes retenues pour les analyses

Dimension Déterminant	Niveau de mesure	Description	Mesure		
			Cycle 1	Cycle 2	Cycle 3
Indice de perception du soutien des amis	Continue	Indice variant de 1,00 (soutien perçu faible) à 4,00 (soutien perçu élevé)	✓	✓	✓
Indice de compétences interpersonnelles	Continue	Indice variant de 0,00 (compétences faibles) à 3,00 (compétences élevées)	✓	✓	✓
Échelle de libéralisme des mœurs	Continue	Échelle variant de 1,00 (conservatisme) à 10,00 (libéralisme)	✓	✓	
Échelle d'activités délinquantes	Continue	Échelle de Likert pondérée selon la rareté de l'acte délinquant	✓	✓	✓
Santé et bien-être			✓	✓	✓
Indice de masse corporelle	Continue	Indice variant de 15,9 (poids insuffisant) à 44,5 (obésité) dans la cohorte à l'étude			✓
Perception positive de son état de santé	Dichotomique	Codée 1 si considère sa santé excellente ou très bonne; 0 si non	✓	✓	✓
Satisfaction de la vie intellectuelle	Dichotomique	Codée 1 si est totalement ou plutôt satisfait de sa vie intellectuelle ou créative; 0 si non	✓	✓	
Aspirations scolaires réalistes	Ordinale	Codée 1 si aspirations scolaires universitaires; 0 si non	✓	✓	
Estime de soi académique (indice d'habiletés cognitives)	Continue	Indice variant de 0,00 (estime faible) à 3,00 (estime élevée)	✓	✓	✓
Échelle de détresse psychologique	Continue	Échelle variant de 0,00 (détresse faible) à 100,00 (détresse élevée)	✓	✓	✓

2.7 L'analyse des données

L'analyse des problématiques à l'étude comporte d'abord un premier volet descriptif. Le recours à des tableaux croisés et à différentes statistiques univariées et bivariées permet, d'une part, de mettre en évidence les différences potentielles entre les sous-groupes de jeunes et, d'autre part, d'orienter les analyses ultérieures.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Dans un deuxième temps, l'utilisation de modèles multiples permet de rechercher, de manière plus approfondie, une explication plus globale aux trois variables dépendantes que sont l'estime de soi, l'insatisfaction de sa silhouette et l'insatisfaction de son apparence. L'emploi de méthodes d'analyse de régression permet en effet d'estimer l'effet d'une variable indépendante sur le phénomène étudié en présence d'autres facteurs explicatifs potentiels. Par conséquent, il devient plus facile de discerner la contribution propre de chaque facteur et de « produire une vision plus analytique des mécanismes en cause » (Duru-Bellat, 2002).

Des analyses descriptives

L'indépendance entre les variables catégoriques a été testée à l'aide de la statistique du Chi-deux de Pearson. Lorsque les données ne permettaient pas de satisfaire les critères sous-jacents à l'utilisation des seuils de signification asymptotiques, des simulations de Monte Carlo ont permis d'obtenir des estimés non biaisés du seuil exact de signification du test d'indépendance du Chi-deux. Dans le cas des variables quantitatives, le test de Spearman a été utilisé pour tester la présence d'association entre deux variables. Au surplus, l'emploi du coefficient de Cramer (v) ou du ρ de Spearman (ρ), selon le niveau de mesure des variables, a permis d'estimer la force des liens existant entre deux phénomènes.

D'autre part, des analyses de la variance multivariées (MANOVA) et univariées (ANOVA) à mesures répétées ont permis de tester un effet de l'âge sur les problématiques à l'étude en interaction avec le sexe. Également, des tests non paramétriques pour échantillons appariés ont pu être utilisés pour vérifier l'évolution dans le temps de diverses variables entre les cycles 1, 2 et 3, notamment dans le cas de variables dichotomiques ou ordinales. Ainsi, selon le niveau de mesure de la variable, on a eu recours aux statistiques de Cochran ou de Friedman.

Des ajustements multiples

Afin de déterminer les facteurs associés aux trois variables dépendantes à l'étude, des modèles de régression multiple ont été réalisés distinctement selon le sexe. La régression linéaire multiple a été utilisée pour modéliser les niveaux d'estime de soi globale et d'insatisfaction de son apparence tandis que l'insatisfaction à l'égard de sa silhouette a fait l'objet d'analyses de régression logistique multinomiale. Plus spécifiquement, ce dernier type d'analyse permet d'identifier les facteurs associés au risque accru d'observer l'un des deux événements suivants : (1) désirer une silhouette plus mince ou (2) désirer une silhouette plus forte, comparativement à

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE



l'état de référence qui se définit ici par la satisfaction de sa silhouette actuelle. Il est à noter que pour réaliser ces analyses chez les filles, le faible nombre de participantes ayant manifesté le désir d'une silhouette plus forte ($n=12$) nous a contraints à exclure cette modalité du modèle de régression multinomiale.

Dans la perspective de tester la séquence temporelle de la survenue des événements, la situation observée lorsque les participants étaient âgés de 18 ans (cycle 3), eu égard aux trois problématiques à l'étude, a été mise en relation avec l'ensemble des variables indépendantes mesurées 4 ans plus tôt (cycle 1). L'ajustement des modèles multiples s'est réalisé à l'aide d'une procédure *stepwise* dont les seuils d'entrée (*p-in*) et de sortie (*p-out*) des variables ont été respectivement fixés à 0,20 et à 0,25. Les modèles ainsi obtenus ont servi à dégager les facteurs qui, déjà à 14 ans, semblaient déterminants dans la construction de l'estime de soi et de la satisfaction de son image.

De plus, des analyses supplémentaires ont permis d'apprécier dans quelle mesure les déterminants retenus demeurent significatifs en présence de la valeur initiale de la variable dépendante. Pour ce faire, la mesure prise à 14 ans de la variable dépendante (cycle 1) a été ajouté au modèle comme variable contrôle.

La démarche a par la suite été reprise intégralement en n'introduisant cette fois dans le modèle que les variables indépendantes mesurées à 16 ans (cycle 2). Puisque ces modèles ne suggéraient pas de nouvelles interprétations, ceux-ci n'ont pas été présentés dans le rapport.

Finalement, les variables indépendantes mesurées à 18 ans ont également fait l'objet d'ajustements multiples pour chacune des variables dépendantes à l'étude. Ces derniers modèles fournissent une vision plus transversale des associations existantes entre les facteurs retenus et les niveaux d'estime de soi et d'insatisfaction de son image observés au début de l'âge adulte.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Mentionnons enfin que le logiciel SPSS³ a été utilisé pour effectuer toutes les analyses statistiques de cette recherche et que seuls les 337 participants persévérants aux trois cycles de l'ELESJ-14 ont été considérés lors de ces analyses.

2.8 Les limites de l'étude

Parmi les limites de cette étude, mentionnons d'abord que les résultats ne peuvent être généralisés à l'ensemble des élèves du SLSJ qui auraient le même âge que les participants à l'ELESJ-14 puisque ceux-ci ne constituent pas un échantillon représentatif de cette population. Néanmoins, cette lacune n'invalide aucunement les conclusions qu'on peut tirer de cette recherche ni même les pistes de solution qui y sont fournies quant à l'évaluation des phénomènes à l'étude durant l'adolescence.

Bien que les déterminants retenus dans les analyses de régression doivent être considérés comme des facteurs certainement associés aux problématiques à l'étude, il subsiste néanmoins un doute quant aux facteurs qui n'ont pas été retenus dans le modèle final. Ces facteurs ont-ils été rejetés parce qu'ils n'ajoutaient pas à l'explication du phénomène étudié une fois les autres facteurs retenus ou parce que la puissance statistique était insuffisante pour détecter leur influence? Lors de l'interprétation des résultats, nous devons donc accorder davantage d'importance aux facteurs retenus par les dites analyses qu'aux facteurs non retenus.

Rappelons également qu'il s'agit d'une étude corrélationnelle et que la nature non expérimentale de l'enquête ne permet pas d'établir des liens de cause à effet.

Le lecteur devra finalement garder à l'esprit que mis à part l'information sur l'âge des participants en 2002, laquelle a servi au MELS comme critère d'inclusion dans le suréchantillon initial, toutes les autres données traitées dans cette étude sont autorévélées.

³ *Statistical Package for Social Sciences*, version 15.0.

Chapitre 3

L'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle à l'adolescence : un portrait

Ce chapitre vise à décrire chez les participants à l'ELESJ-14 l'évolution des niveaux d'estime de soi, de l'écart observé entre sa silhouette actuelle et la silhouette désirée ainsi que de l'insatisfaction de son apparence (définie par l'apparence physique, le corps et le look vestimentaire) de 14 à 18 ans. Une analyse de variance multivariée (MANOVA) à mesures répétées a été effectuée pour ces trois problématiques. D'abord, ces analyses ont révélé des différences significatives selon l'âge ($F = 3,117$; $p < 0,01$) et le sexe ($F = 12,214$; $p < 0,001$), ce qui signifie que chaque problématique a évolué de 14 à 18 ans, et ce, autant pour les garçons que les filles. Par ailleurs, un effet d'interaction a été observé entre le sexe et l'âge pour les trois variables précitées prises de façon simultanée ($F = 2,542$; $p < 0,01$), ce qui veut dire qu'elles n'évoluent pas de la même façon selon le sexe de 14 à 18 ans. Étant donné ces disparités selon le sexe et l'âge, nos trois problématiques à l'étude seront présentées distinctement pour les filles et les garçons. Par ailleurs, chacune des problématiques sera mise en relation avec l'indice de masse corporelle (IMC) et certaines autres caractéristiques jugées pertinentes pour des jeunes de 18 ans. Finalement, les niveaux de corrélation observés entre les trois problématiques à l'étude seront analysés afin de mieux comprendre comment elles sont interreliées.

3.1 L'estime de soi

L'estime de soi se définit en termes d'attitudes et d'évaluations générales qu'entretient un individu sur lui-même (Harter, 1990). À l'adolescence, l'étude des changements sur le plan de l'estime de soi est particulièrement digne d'intérêt car il s'agit d'une étape développementale ponctuée de grands bouleversements à l'égard de l'image de soi (Seidah *et al.*, 2004).

Se basant sur une méta-analyse regroupant près de 50 000 élèves, Kling et ses collaborateurs (1999) rapportaient à la fin des années '90 une légère différence en faveur des garçons dans le niveau d'estime de soi global pendant l'adolescence, un résultat conforme aux observations de l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* (Breton *et al.*, 2002).



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

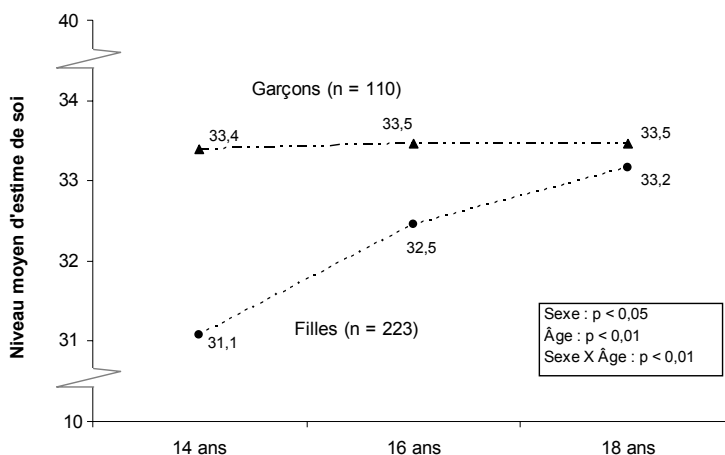
RAPPORT DE
RECHERCHE

3.1.1 Un portrait des jeunes de notre cohorte

Les résultats d'une ANOVA à mesures répétées permettent d'apprécier, pour chaque sexe, l'évolution de l'estime de soi⁴ entre les différents âges (figure 3.1). On observe d'abord que les niveaux moyens d'estime de soi des garçons de notre cohorte sont globalement plus élevés que ceux des filles au cours de l'adolescence ($p < 0,05$). D'autre part, on constate que les niveaux moyens d'estime de soi évoluent significativement de 14 à 18 ans ($p < 0,01$). Cette évolution dans le temps suit toutefois une tendance qui est différente selon le sexe ($p < 0,01$). En effet, les niveaux moyens d'estime sont stables chez les garçons alors qu'ils évoluent positivement chez les filles, celles-ci présentant des niveaux similaires à ceux des garçons une fois atteint l'âge de 18 ans. Elles ont vu s'accroître leur niveau moyen d'estime de soi de près de 7 % au cours de la période.

Les niveaux moyens d'estime de soi retrouvés chez les participants à l'ELESJ à 14, 16 et 18 ans sont comparables à ceux retrouvés dans certaines études (Polce-Lynch *et al.*, 2001). Aussi, la différence observée entre les garçons et les filles est conforme aux résultats des méta-analyses de Kling *et al.* (1999) et de Wilgenbusch *et al.* (1999). Bien que statistiquement significative, la différence à 14 ans entre les garçons et les filles (2,3 points sur une échelle en totalisant 30) peut sembler relativement ténue d'un point de vue clinique.

FIGURE 3.1
Évolution de l'estime de soi de 14 à 18 ans

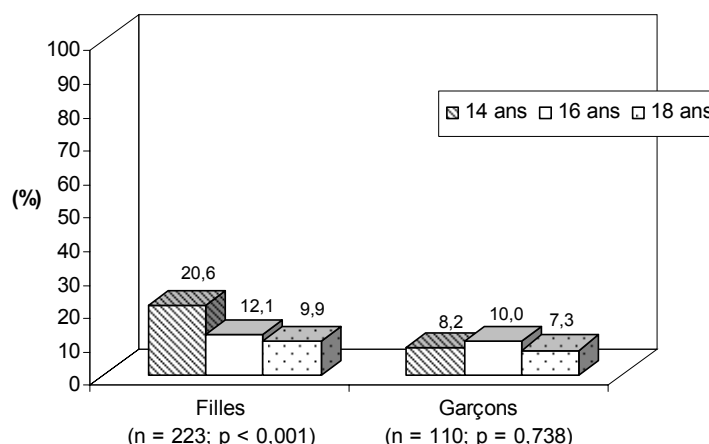


⁴ Rappelons que l'échelle d'estime de soi utilisée est celle de Rosenberg (1965) qui a été reprise intégralement afin de mesurer l'estime de soi globale. Il s'agit d'une échelle de type additive comprenant 10 items. Dans cette échelle, pour chacun des items, le répondant reçoit une cote se situant entre 1 à 4 selon le choix de réponse exprimé. La somme des cotes est établie pour chacun des répondants et elle correspond à un score total compris entre 10 et 40. Plus le score est élevé, plus le niveau d'estime de soi est élevé.

La figure 3.2 présente la proportion des individus ayant une faible estime de soi⁵. Ainsi, on voit que la proportion de filles présentant une faible estime de soi diminue, passant de 20,6 % à 14 ans à 9,9 % à 18 ans ($p < 0,001$). D'un autre côté, la proportion de garçons présentant une faible estime de soi reste stable au cours de la même période ($p = 0,738$). C'est seulement à l'âge de 14 ans que les proportions de filles et de garçons ayant une faible estime de soi diffèrent (20,6 % comparativement à 8,2 %; $p < 0,01$). Ces résultats sont cohérents avec le fait que le niveau moyen d'estime de soi augmente de 14 à 18 ans chez les filles et demeure stable chez les garçons (figure 3.1) et sont également cohérents avec la différence du niveau moyen observé chez les deux sexes à 14 ans.

FIGURE 3.2

Proportion des filles et des garçons à 14, 16 et 18 ans présentant une faible estime de soi



3.2 L'insatisfaction à l'égard de sa silhouette

La survenue de la puberté ferait naître chez les jeunes des soucis et des préoccupations à propos de leur maturation pubertaire et de leur image corporelle. L'appréciation de soi découlerait alors de la comparaison de ces divers aspects avec ceux des pairs du même âge (Harter, 1999). L'insatisfaction et la déformation de la réalité seraient les deux problèmes d'image corporelle les

⁵ Ce classement a été élaboré sur la base du quintile inférieur observé dans notre enquête de 1997 (Perron *et al.*, 1999). La comparaison avec cette première enquête effectuée sous l'égide de la Direction de santé publique au SLSJ permet de jeter un regard sur la proportion de jeunes qui, à dix ans d'intervalle, présentent une faible estime de soi.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

plus répandus, l'insatisfaction signifiant le regret à l'égard de son corps et la déformation de la réalité faisant référence à l'incapacité à évaluer correctement la taille de son corps (Rice, 1995). La norme actuelle de beauté féminine et de minceur serait notamment inatteignable pour une grande majorité (Sheinin, 1990). Un tel idéal laisse bien peu de place à la diversité, à l'individualité et aux modifications corporelles qui surviennent naturellement au cours de la vie, pouvant ainsi miner l'estime de soi (Rice, 1995).

3.2.1 *Un portrait des jeunes de notre cohorte*

La figure 3.3 présente la distribution des filles à 14, 16 et 18 ans quant à la perception de leur silhouette. D'abord, une majorité de filles, plus précisément entre 64,0 % et 65,2 % disent ressembler aux silhouettes 3, 4 et 5, aussi bien à 14 ans qu'à 16 ou 18 ans. En fait, de 14 à 18 ans les filles se perçoivent comme étant de plus en plus corpulentes ($p < 0,001$). D'une part, la proportion de filles de notre cohorte qui s'identifient aux silhouettes 2 et 3 diminue graduellement, passant de 34,4 % à 14 ans, à 25,7 % à 18 ans. D'autre part, de 14 à 18 ans, on retrouve parallèlement une proportion croissante de filles se représentant par les silhouettes 5 et 6, soit de 27,2 % à 34,3 %, et une proportion relativement stable se représentant avec les silhouettes 7 et 8, soit de 8,5 % à 9,9 % entre 14 et 18 ans.

De 14 à 18 ans, les distributions des silhouettes déclarées chez les garçons ne sont pas statistiquement différentes ($p = 0,254$). Les résultats de l'échelle picturale signalent d'abord que moins de 5 % des garçons s'identifient aux silhouettes les plus minces 1 et 2 aussi bien à 14 qu'à 18 ans (figure 3.4). Dans le même ordre d'idées, la proportion de garçons arrêtant leur choix sur les silhouettes 5 et 6, les plus fréquentes, est de 58,5 % à 14 ans, 64,2 % à 16 ans et 67,6 % à 18 ans.

Sachant que les changements physiques liés à la puberté consistent chez les garçons en un gain de leur masse musculaire et chez les filles en une prise de poids comme conséquence d'un gain adipeux (Richards *et al.*, 1990), il n'est pas surprenant d'observer une augmentation de la proportion de filles se trouvant plus corpulentes de 14 à 18 ans.

ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

FIGURE 3.3

Répartition des filles à 14, 16 et 18 ans selon leur silhouette déclarée

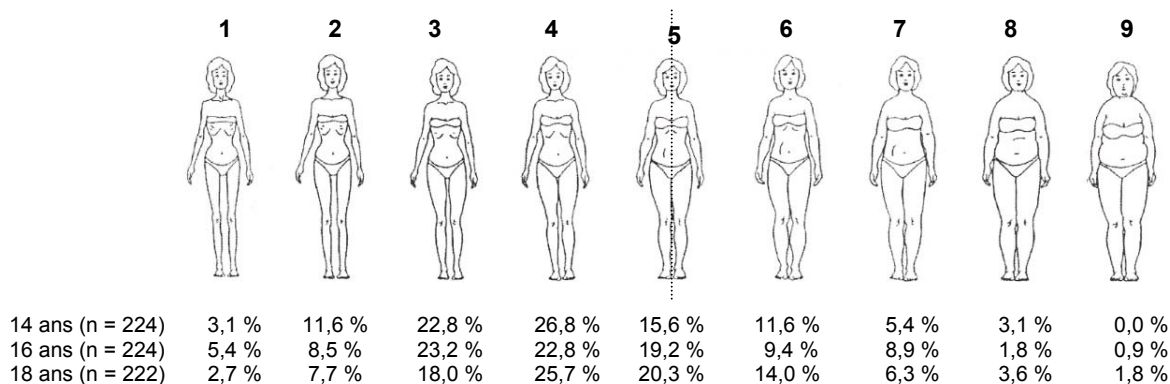
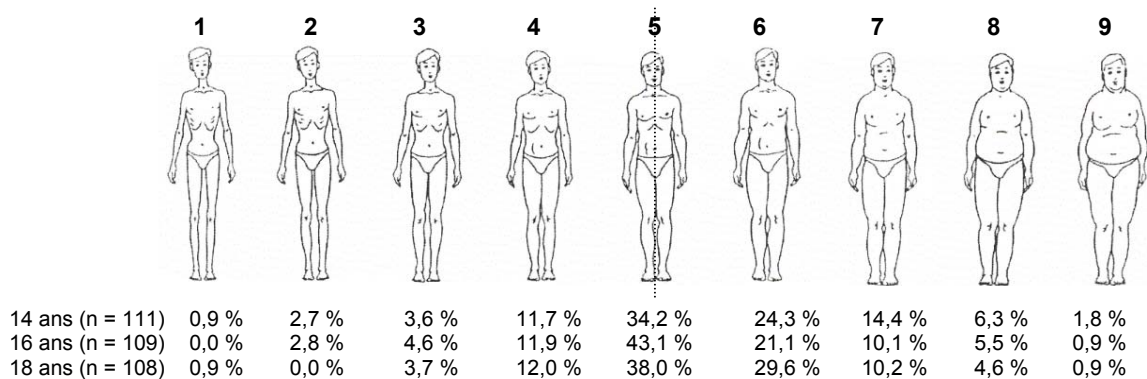


FIGURE 3.4

Répartition des garçons à 14, 16 et 18 ans selon leur silhouette déclarée





ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

3.2.2 La relation entre sa silhouette perçue et l'indice de masse corporelle

L'indice de masse corporelle (IMC)⁶ ressort souvent comme facteur explicatif de l'estime de soi et de l'insatisfaction de son apparence. Pour bien mettre en contexte les données concernant notre cohorte, il importe de rappeler qu'en 2000, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a établi une nouvelle classification de l'IMC à la suite d'une étude exhaustive portant sur les risques de développer des problèmes de santé associés aux différentes catégories d'IMC. En 2003, Santé Canada a modifié son système de classification (tableau 3.1) pour le rendre conforme à ces nouvelles normes de l'OMS. Le changement majeur amené par cette nouvelle classification est que le seuil minimal à partir duquel on considère qu'il y a un risque accru de développer des problèmes de santé est de 25 plutôt que de 27.

TABLEAU 3.1

Risque de développer des problèmes de santé selon les catégories d'indice de masse corporelle de Santé Canada¹

Classification	Catégories d'IMC	Risque de développer des problèmes de santé
Poids insuffisant	< 18,5	Accru
Poids normal	18,5 – 24,9	Moindre
Embonpoint	25,0 – 29,9	Accru
Obésité, classe I	30,0 – 34,9	Élevé
Obésité, classe II	35,0 – 39,9	Très élevé
Obésité, classe III	≥ 40,0	Extrêmement élevé

¹ Source : Santé Canada. Lignes directrices canadiennes pour la classification du poids chez les adultes. 2003.

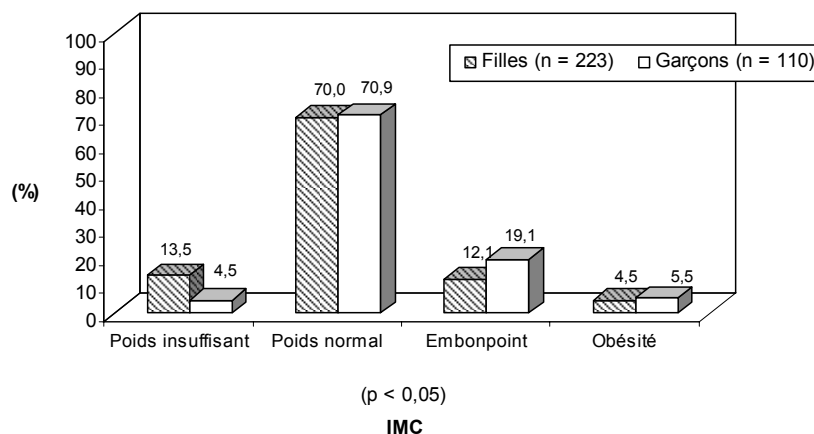
À l'âge de 18 ans, l'IMC moyen rapporté par les garçons de notre cohorte est significativement plus élevé que celui rapporté par les filles [23,3 (±3,8) contre 21,9 (±3,9) ; $p < 0,001$]. Mentionnons que l'IMC calculé est très corrélé aux silhouettes déclarées, le ρ de Spearman étant de 0,763 ($p < 0,001$) chez les filles et de 0,669 ($p < 0,001$) chez les garçons. En d'autres termes, plus l'IMC est élevé, plus le numéro de silhouette à laquelle s'identifie la personne tend à être élevé. Ledoux *et al.* (2002) ont rapporté que la concordance entre la perception des jeunes et la catégorie de poids selon l'IMC est moins bonne pour ceux qui ont un poids insuffisant. Nos résultats confirment ce constat.

⁶ L'IMC se calcule en divisant le poids exprimé en kilogrammes par la taille au carré exprimée en mètres : $IMC = \text{poids (kg)} / \text{taille}^2 (\text{m}^2)$. La même formule est utilisée pour les garçons et les filles et ne convient qu'aux individus âgés de plus de 18 ans.

Si on regarde plus précisément la répartition des participants selon la classification de l'IMC (figure 3.5), on peut constater qu'une majorité de filles (70,0 %) et de garçons (70,9 %) affichent un poids normal. Alors que les filles sont plus nombreuses que les garçons à présenter un poids insuffisant (13,5 % contre 4,5 %), ces derniers affichent plus souvent de l'embonpoint que les filles (19,1 % contre 12,1 %). Finalement, une proportion comparable de filles et de garçons souffriraient d'obésité (4,4 % des filles et 5,5 % des garçons).

FIGURE 3.5

Répartition des filles et des garçons selon leur indice de masse corporelle à 18 ans



Une étude réalisée auprès d'adultes de la région par l'Agence de la santé et des services sociaux du SLSJ (2007) révélait récemment que 4,0 % des jeunes de 18 à 24 auraient un poids insuffisant, 67,6 % un poids normal, 21,1 % de l'embonpoint, et, 7,2 % de l'obésité. Ces proportions sont assez similaires à celles retrouvées chez les garçons dans la présente étude. Toutefois, chez les filles, seules les proportions de celles ayant un poids normal et de l'obésité sont similaires.

3.2.3 La proportion de jeunes insatisfaits de leur silhouette

Après avoir considéré la perception actuelle des jeunes quant à leur image corporelle, il est permis de se questionner sur la satisfaction que leur procure leur silhouette. Pour cela, les jeunes devaient encercler celle parmi les neuf silhouettes présentées qui correspond le plus à ce qu'ils aimeraient être. Tout décalage observé entre la perception actuelle et l'apparence souhaitée



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

permet ainsi de jauger la nature et l'ampleur de leur insatisfaction⁷. Ce type de mesure a précédemment été utilisé par Santé Québec et par l'Agence de santé et de services sociaux de la Montérégie (Bellerose *et al.*, 2002)⁸.

D'abord, il faut souligner qu'une majorité des jeunes de notre cohorte sont insatisfaits de leur silhouette à 18 ans. Alors que la proportion de filles insatisfaites demeure la même de 14 à 18 ans (71,4 % à 14 ans, 66,3 % à 16 ans et 71,9 % à 18 ans ; $p = 0,22$), la proportion de garçons insatisfaits diminue de façon significative (73,4 % à 14 ans, 57,1 % à 16 ans et 63,8 % à 18 ans ; $p < 0,01$). De la même façon, les données de l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* (Ledoux *et al.*, 2002) révélaient un écart grandissant entre la proportion de filles et de garçons qui sont insatisfaits à l'égard de leur image corporelle de 13 à 16 ans. Étant donné les changements corporels susmentionnés qui accompagnent la puberté, Seidah *et al.* (2004) ont émis l'hypothèse selon laquelle les adolescentes, en vieillissant, n'ont pas de motif de revoir à la hausse la perception de leur apparence physique, contrairement aux garçons. Dans le même ordre d'idées, Harter (1999) avait proposé que la puberté occasionne chez les filles un éloignement du *soi réel* de leur *soi idéal* alors que chez les garçons ce serait un rapprochement.

Pour Seidah et ses collaborateurs (2004), l'exposition répétée à des standards idéaux de beauté par le biais des médias, standards irréalistes s'il en est, serait en partie responsable de l'insatisfaction qu'expriment les filles et les garçons par rapport à leur apparence physique. Chez les femmes, Rice (1995) considère que l'écart considérable qui existe entre l'idéal de beauté véhiculé et la réalité dont elles doivent se satisfaire engendre un sentiment d'échec chez nombre d'entre elles ; par contrecoup, ce sentiment ébrécherait leur image corporelle, conduirait à des préoccupations liées au poids, à des comportements de modifications du poids et, ultimement, à un sentiment d'échec plus marqué.

Ces positions théoriques trouvent écho dans les figures 3.6 et 3.7 qui permettent d'examiner la proportion des jeunes qui sont satisfaits de ressembler à la silhouette à laquelle ils s'identifient. Au premier chef, on peut constater, à la lecture de la figure 3.6, que la proportion de filles satisfaites de leur silhouette diminue de manière directement proportionnelle à la corpulence de

⁷ Les participants sont considérés satisfaits à l'égard de leur silhouette corporelle lorsque la perception qu'ils ont de leur silhouette actuelle correspond exactement à celle qu'ils aimeraient avoir.

⁸ Il est à noter que les participants à l'enquête de la Montérégie pouvaient choisir parmi sept silhouettes (Collins, 1991) tandis qu'au SLSJ, neuf silhouettes leur ont été présentées (Thompson et Gray, 1995).

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

la silhouette qui les représente le mieux. Aussi, il importe de souligner que la proportion de jeunes filles satisfaites parmi celles ayant choisi les deux silhouettes les plus minces, correspondant de façon conservatrice à un poids insuffisant, augmente de façon notable de 14 à 18 ans, ce qui suggère que la maigreur semble de plus en plus acceptable voire même souhaitée. Finalement, la presque totalité des filles s'identifiant aux silhouettes 7 à 9, correspondant grosso-modo à un surplus de poids, sont insatisfaites, et ce, indépendamment de l'âge.

FIGURE 3.6

Proportion des filles à 14, 16 et 18 ans satisfaites de leur silhouette selon leur silhouette déclarée

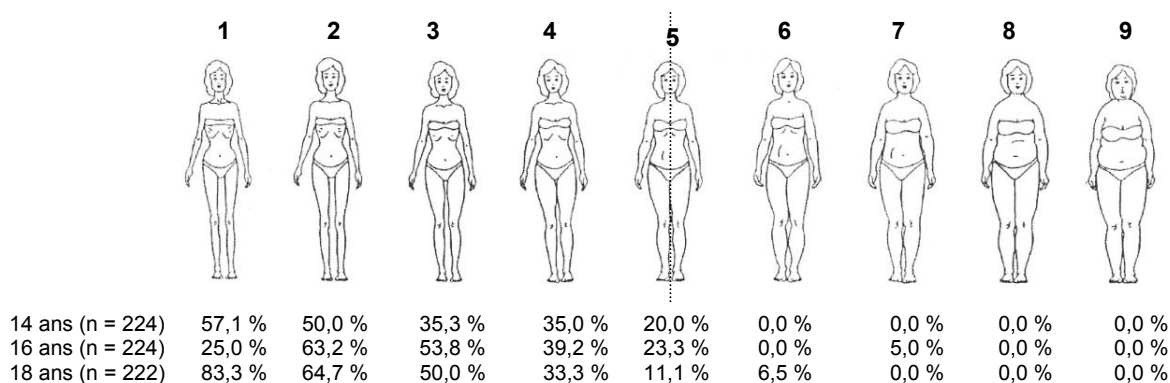
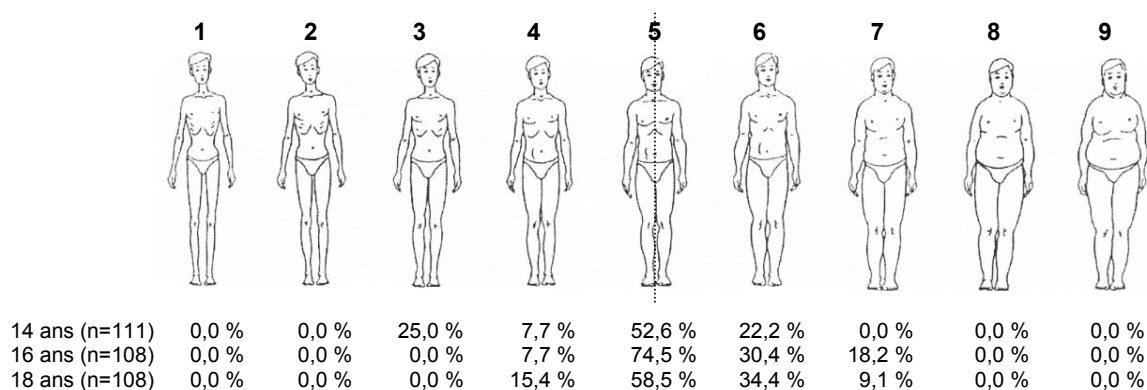


FIGURE 3.7

Proportion des garçons à 14, 16 et 18 ans satisfaits de leur silhouette selon leur silhouette déclarée





ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

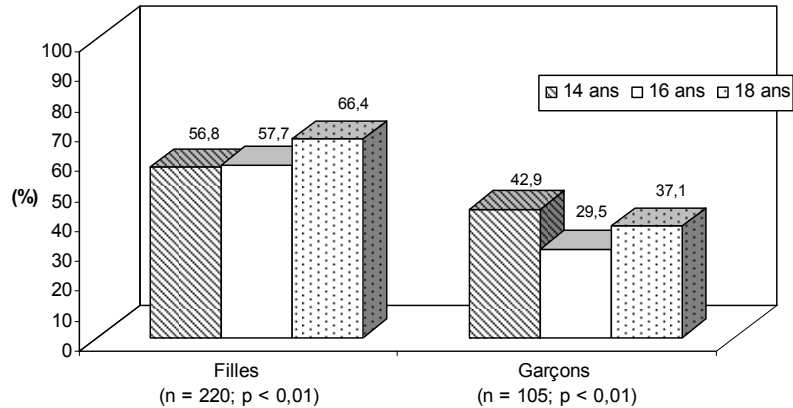
Les résultats de la figure 3.7 appuient la position selon laquelle les standards et les stéréotypes sociaux valorisent davantage le tonus musculaire chez les garçons (Seidah *et al.*, 2004) ; on ne retrouve, d'une part, aucun garçon satisfait de sa silhouette parmi ceux s'étant identifiés aux deux silhouettes les plus minces et on constate, d'autre part, que les proportions les plus élevées de garçons qui sont satisfaits de leur silhouette se retrouvent parmi ceux qui s'identifient à la silhouette 5. Mentionnons par ailleurs que la proportion de jeunes garçons satisfaits parmi ceux ayant déclaré les silhouettes centrales, soit les 4, 5 et 6, pouvant correspondre à un poids santé, augmente de façon notable de 14 à 18 ans. À la question de savoir quels jeunes sont satisfaits, on peut par conséquent répondre de manière différentielle selon le genre, c'est-à-dire les filles qui sont les plus minces (et sans doute en situation d'insuffisance pondérale) et les garçons se percevant comme ayant un poids santé⁹. Donc la recherche d'une silhouette idéale ou la quête de satisfaction par rapport à celle-ci peut avoir des impacts négatifs pour les filles alors que chez les garçons, cela les inciterait plutôt à avoir un poids santé.

Si l'on se penche maintenant sur l'évolution de la proportion d'adolescents qui aimeraient présenter une silhouette plus mince (figure 3.8), on peut constater qu'une proportion croissante de filles formulent, de 14 à 18 ans, un tel désir ($p < 0,01$). Sachant que la femme adulte présente d'ordinaire un poids supérieur à celui qu'elle avait lors de son adolescence, il est fort probable que la proportion de filles désirant une silhouette plus mince continuera de progresser après l'âge de 18 ans. D'une manière inverse, on retrouve une diminution de garçons qui souhaiteraient une silhouette plus mince de 14 à 18 ans. Précisons toutefois que la variation significative observée de 14 à 18 ans ($p < 0,01$) est due à la seule diminution à 16 ans de la proportion de garçons souhaitant une silhouette plus mince. Ainsi, on ne peut, à proprement parler, invoquer un effet de l'âge sur la proportion de garçons souhaitant une silhouette plus mince. En somme, un bon tiers des garçons souhaitaient voir leur silhouette amincir au cours de la période à l'étude.

⁹ Le lecteur intéressé à consulter la répartition des filles et des garçons à 14, 16 et 18 ans selon la silhouette souhaitée est invité à consulter l'annexe D.

FIGURE 3.8

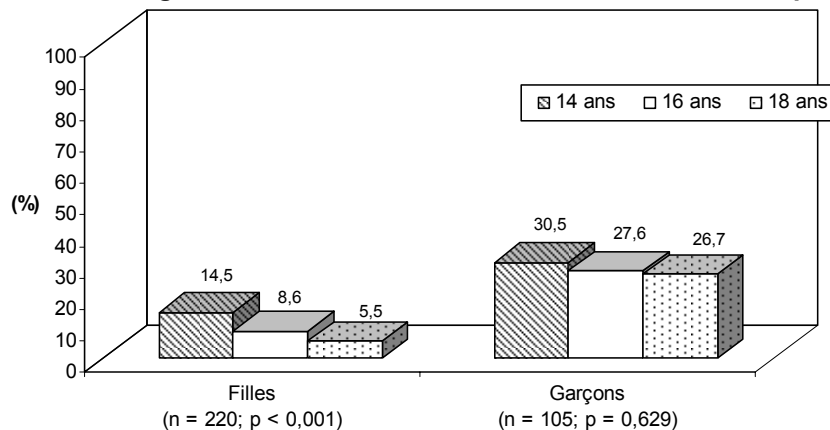
Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans désirant une silhouette plus mince



Par ailleurs, la figure 3.9 nous apprend que, de 14 à 18 ans, plus de garçons que de filles aspirent à avoir une silhouette plus forte. Alors que la proportion de garçons souhaitant être plus corpulents demeure la même entre 14 et 18 ans ($p = 0,629$), de moins en moins de filles disent souhaiter arborer une silhouette plus forte ($p < 0,001$). Plus précisément, moins d'une sur dix a mentionné le désir d'être plus corpulente à 16 et à 18 ans.

FIGURE 3.9

Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans désirant une silhouette plus forte



La figure 3.10 illustre les résultats d'une ANOVA à mesures répétées qui permettent d'apprécier l'évolution de l'écart entre sa silhouette actuelle et celle désirée chez les adolescents selon le



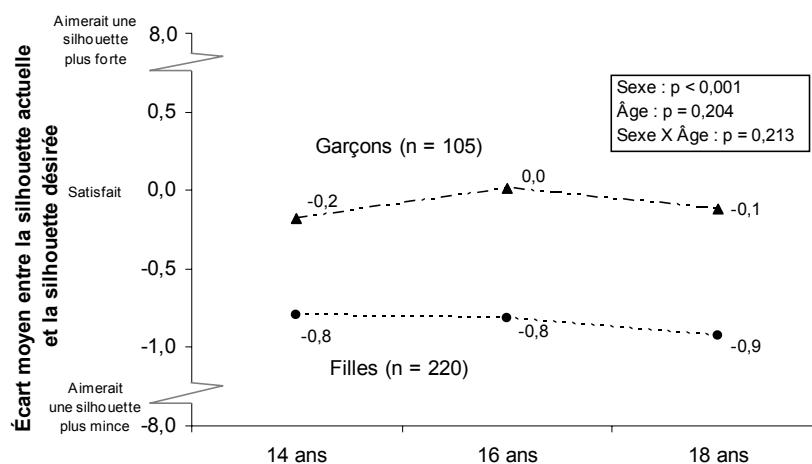
ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

sexe. D'abord, mentionnons que l'écart entre sa silhouette corporelle déclarée et celle souhaitée demeure stable de 14 à 18 ans, tant chez les garçons que chez les filles ($p = 0,213$). Il faut cependant souligner que cet écart est significativement plus faible chez les garçons que chez les filles ($p < 0,001$). Cette légère différence en défaveur des filles est conforme à celle observée dans une étude précédente ayant utilisé une échelle picturale pour mesurer l'insatisfaction de l'image corporelle (Frost et McKelvie, 2004). Ces résultats suggèrent donc un plus grand mécontentement chez les filles. Qui plus est, ce mécontentement ne s'amenuise pas en vieillissant.

FIGURE 3.10
Évolution de l'écart¹⁰ entre sa silhouette actuelle et celle désirée chez les filles et les garçons de 14 à 18 ans



3.2.4 La relation entre l'insatisfaction de sa silhouette et l'indice de masse corporelle

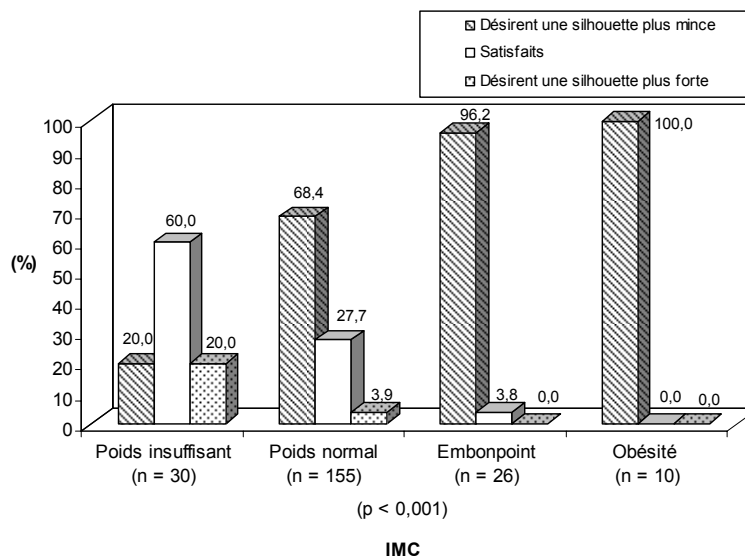
Plusieurs recherches ont précédemment établi un lien entre l'IMC et l'insatisfaction de son image corporelle (McCabe et Ricciardelli, 2003; Ohring *et al.*, 2002; Presnell *et al.*, 2004). La présente étude confirme d'abord une forte association entre l'IMC et l'insatisfaction à l'égard de sa silhouette, tant chez les garçons ($\chi^2 = 28,787$; $p < 0,001$) que chez les filles ($\chi^2 = 48,438$; $p < 0,001$) âgés de 18 ans¹¹. Étant donné l'insatisfaction d'une majorité de filles à l'égard de leur

¹⁰ Nous tenons à aviser le lecteur que cette moyenne d'écart ne peut être interprétée comme étant le nombre moyen de silhouettes séparant celle désirée de celle déclarée. Chez les garçons, la moyenne se situe autour de zéro parce que les proportions de ceux désirant une silhouette plus mince et plus forte sont presque équivalentes. Chez les filles, la proportion de celles souhaitant amincir est plus grande, ce qui fait tendre la moyenne vers des valeurs négatives. Dans les faits, si on prend les valeurs absolues d'écart, les moyennes se situent autour d'une silhouette et demie d'écart chez les personnes insatisfaites, et ce, autant pour les filles que pour les garçons (données non présentées).

¹¹ Rappelons que l'IMC n'a pas été mesuré à 14 et 16 ans.

silhouette, il n'est pas surprenant de remarquer que celles qui présentent un surplus de poids, soit de l'embonpoint ou de l'obésité, désirent de façon quasi unanime une silhouette plus mince (figure 3.11). On peut par ailleurs constater que plus des deux tiers (68,4 %) des filles de poids normal et du cinquième (20,0 %) des filles de poids insuffisant désirent une silhouette plus mince. Compte tenu des images des filles filiformes qui sont omniprésentes dans les revues et magazines féminins, limitant souvent la beauté aux corps jeunes, tubulaires, athlétiques, physiquement aptes et surtout minces (Rice, 1995), il n'est pas surprenant d'observer que ce sont les filles ayant un poids insuffisant qui affichent le plus haut taux de satisfaction à l'égard de leur image corporelle (60,0 %). En contrepartie, celles présentant un poids normal selon l'IMC ne sont satisfaites de leur silhouette que dans une proportion de 27,7 %. Bien malheureusement, les participantes à l'ELESJ ne semblent donc pas faire exception au courant présent chez les jeunes filles qui veut qu'elles soient plus enclines à souhaiter une silhouette plus mince même si leur silhouette l'est déjà.

FIGURE 3.11
Insatisfaction à l'égard de sa silhouette selon l'indice de masse corporelle chez les filles âgées de 18 ans



La situation des garçons diffère quelque peu de celle des filles. L'analyse de la satisfaction à l'égard de sa silhouette selon les catégories de l'IMC confirme que ces derniers souhaitent souvent être plus costauds (figure 3.12). En effet, contrairement aux filles, aucun garçon de poids



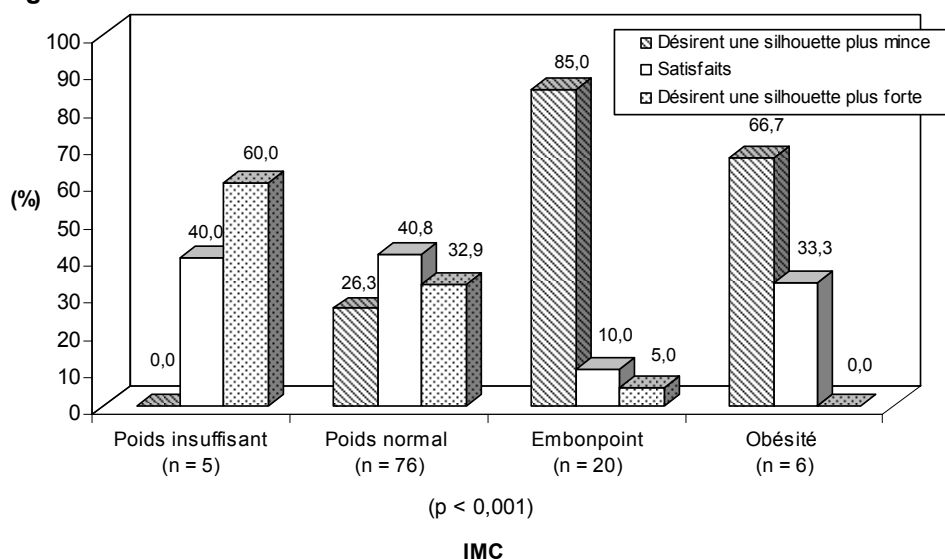
ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

insuffisant ne désire avoir une silhouette plus mince. Aussi, 26,3 % de ceux qui affichent un poids normal souhaitent une silhouette plus mince, une proportion nettement plus faible que celle observée chez les filles (68,4 %). Finalement, chez ceux présentant soit de l'embonpoint ou de l'obésité, la grande majorité souhaite être plus mince, à l'instar des filles aux prises avec un excès de poids.

FIGURE 3.12
Insatisfaction à l'égard de sa silhouette selon l'indice de masse corporelle chez les garçons âgés de 18 ans



3.2.5 Les moyens pour perdre du poids

Les recherches démontrent que plusieurs jeunes agissent de façon concrète afin de modifier leur apparence. La figure 3.13 nous renseigne sur la proportion de filles et de garçons ayant tenté sérieusement¹² de perdre du poids à 14, 16 et 18 ans. Ainsi, on peut constater qu'environ la moitié des adolescentes ont tenté de maigrir, que ce soit à 14, 16 ou 18 ans. Les garçons sont significativement moins nombreux que les filles à avoir tenté de perdre du poids tout au cours de la période d'étude ($p < 0,001$), soit environ un garçon sur cinq, un résultat conforme aux études précédentes (Bellerose *et al.*, 2002; Ledoux *et al.*, 2002).

Dans un autre ordre d'idée, la proportion des participants à l'ELESJ-14 qui ont tenté de perdre du poids est considérablement plus élevée que celles observées dans d'autres enquêtes

¹² La question posée aux trois cycles d'enquête se lit comme suit : « Au cours de la dernière année, as-tu sérieusement tenté de perdre du poids ? ».

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

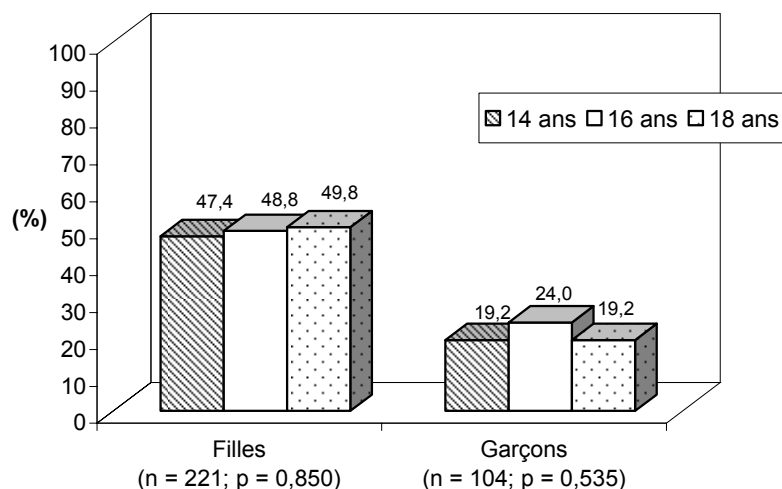
ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

québécoises. De fait, une enquête menée en Montérégie (Bellerose *et al.*, 2002) a révélé que 36,6 % des filles et 10,0 % des garçons de 5^e secondaire avaient tenté de perdre du poids. L'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* (Ledoux *et al.*, 2002) faisait pareillement ressortir que 32,9 % des filles et 9,2 % des garçons de 16 ans étaient dans la même situation. Les résultats des participants à l'ELESJ sont davantage comparables à ceux de Neumark-Sztainer et ses collaborateurs (2002), obtenus auprès d'environ 5 000 adolescents américains de 15 ans, qui ont rapporté que 44,6 % des filles et 20,5 % des garçons avaient essayé de perdre du poids.

FIGURE 3.13

Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans ayant sérieusement tenté de perdre ou de contrôler leur poids



Le tableau 3.2 présente la popularité relative de diverses méthodes utilisées par les jeunes de l'ELESJ-14 pour perdre du poids à 14 ans¹³. D'abord, la presque totalité des adolescentes qui ont déjà tenté sérieusement de perdre du poids ont *diminué ou coupé le sucre et le gras* de leur alimentation (95,1 %) et une majorité d'entre elles se sont *entraînées de façon intensive* (76,7 %). Il s'agit heureusement des moyens recommandés pour perdre efficacement du poids. Malheureusement, un peu plus de la moitié des adolescentes ont *sauté des repas* en vue de perdre du poids (53,4 %). Des moyens encore plus drastiques ont été utilisés par celles-ci en vue de perdre du poids, tels *ne pas manger pendant la journée* (31,1 %), *recommencer ou*

¹³ C'est seulement au cycle 1 (à 14 ans) que les jeunes de notre cohorte ont été questionnés sur les moyens utilisés pour perdre du poids. Une méthode donnée a été compilée lorsque utilisée une fois ou plus par un jeune.



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

commencer à fumer (19,4 %), prendre des coupe-faim (10,8 %), se faire vomir après un repas (9,7 %) ou encore prendre des laxatifs (7,8 %).

TABLEAU 3.2

Méthodes utilisées par les filles et les garçons de 14 ans qui ont tenté de perdre ou de contrôler leur poids

	Filles (n = 103) %	Garçons (n = 20) %
Diminuer ou couper sucre/gras	95,1	84,2
S'entraîner de façon intensive	76,7	85,0
Sauter des repas	53,4	35,0
Ne pas manger pendant la journée	31,1	5,0
Suivre une diète	27,2	25,0
Autres moyens	21,7	16,7
Commencer ou recommencer à fumer	19,4	0,0
Prendre des coupe-faim	10,8	0,0
Se faire vomir après un repas	9,7	0,0
Prendre des laxatifs	7,8	0,0

Du côté des garçons, il faut noter que seulement 20 participants ont répondu à cette question, parmi ceux-ci, une majorité affirme avoir *diminué ou coupé le sucre et le gras* (84,2 %) ou s'être *entraîné de façon intensive* (85,0 %). Les autres moyens sont le lot de seulement quelques individus. Notons toutefois que quatre des moyens utilisés chez les filles (ex. : *se faire vomir, prendre des laxatifs, commencer ou recommencer à fumer et prendre des coupe-faim*) n'ont pas été évoqués par les garçons.

Il appert ainsi qu'une proportion substantielle des adolescentes espèrent maigrir et utilisent pour ce faire une panoplie de méthodes dont certaines sont réputées avoir des risques pour la santé, notamment les coupe-faim et les laxatifs. Les présents résultats ne sont pas sans rappeler, d'une part, qu'une jeune canadienne sur cinq présenterait de graves troubles alimentaires et, d'autre part, que l'anorexie apparaît généralement à 14 ans et la boulimie à 18 ans (*National Eating Disorder Information Centre*, 2008).

3.3 L'insatisfaction à l'égard de son apparence générale

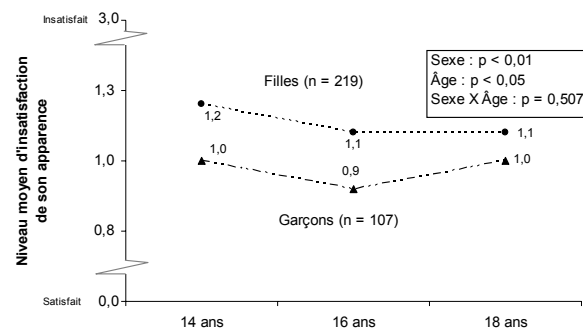
L'analyse seule de la perception de sa silhouette peut s'avérer insuffisante pour appréhender de manière plus globale la perception qu'ont les adolescents de leur image. Outre la perception de sa silhouette, on peut aussi considérer l'insatisfaction à l'égard de son apparence. Celle-ci peut inclure la grosseur de son nez, la couleur de ses cheveux, la masse adipeuse plutôt que la masse musculaire et même le look vestimentaire. Une échelle comportant trois questions a donc été créée autour des thématiques suivantes : l'insatisfaction de son apparence physique, l'insatisfaction de son corps et l'insatisfaction de son look vestimentaire¹⁴. Le terme apparence générale utilisé par la suite englobe ces trois dimensions.

3.3.1 Un portrait des jeunes de notre cohorte

La figure 3.14 illustre les résultats d'une ANOVA à mesures répétées qui permettent d'apprécier l'évolution de l'insatisfaction de son apparence générale selon l'âge et le sexe. L'appréciation de son apparence évoluerait donc significativement de 14 à 18 ans ($p < 0,05$), et ce, de façon similaire que l'on soit un garçon ou une fille ($p = 0,507$). Cependant, conformément aux résultats en matière d'insatisfaction à l'égard de sa silhouette, les filles sont significativement plus insatisfaites de leur apparence que les garçons ($p < 0,01$) aux trois temps de collecte. Cette différence entre les sexes est comparable à celle observée dans plusieurs études sur le sujet (Huang *et al.*, 2007; Seidah *et al.*, 2004). Par ailleurs, c'est à l'âge de 16 ans que l'insatisfaction de son apparence serait la plus faible.

FIGURE 3.14

Évolution de l'insatisfaction de son apparence générale chez les filles et les garçons de 14 à 18 ans



¹⁴ Cette échelle d'insatisfaction de son apparence varie de 0 à 3, une valeur élevée indiquant un niveau élevé d'insatisfaction aux trois items constituant l'indice.



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

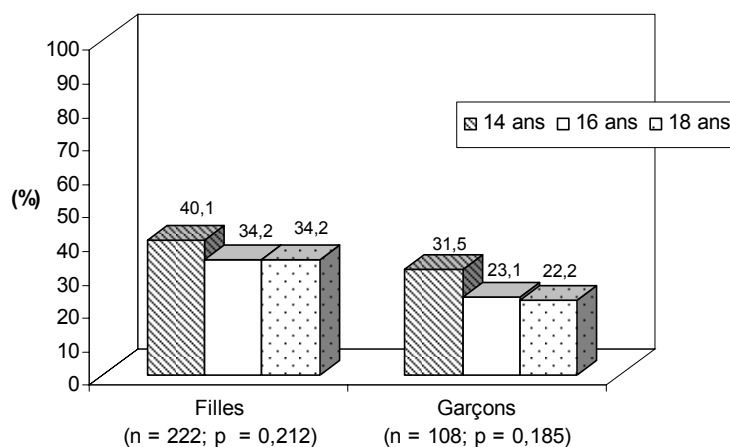
RAPPORT DE
RECHERCHE

Lorsque l'on considère de façon plus spécifique l'insatisfaction à l'égard de différentes composantes de l'apparence générale, c'est-à-dire les composantes physique, corporelle et vestimentaire, on s'aperçoit que les adolescents semblent plus satisfaits à l'égard de chacune de ces trois composantes qu'ils l'étaient de leur silhouette (voir figures 3.6 et 3.7).

Tel qu'illustré à la figure 3.15, les filles et les garçons apparaissent majoritairement satisfaits de leur apparence physique de 14 à 18 ans puisqu'il y a au plus 40 % de jeunes insatisfaits. Cette tendance se maintient de 14 à 18 ans, autant chez les filles ($p = 0,212$) que chez les garçons ($p = 0,185$). Les filles sont néanmoins significativement plus insatisfaites de leur apparence physique que les garçons à 16 ($p < 0,05$) et à 18 ans ($p < 0,05$).

FIGURE 3.15

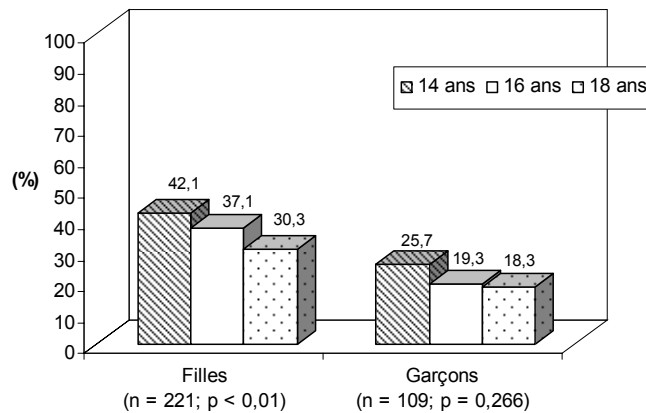
Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans insatisfaits de leur apparence physique



De même, une minorité de filles et de garçons sont insatisfaits de leur corps de 14 à 18 ans (figure 3.16). Cependant, les proportions de filles insatisfaites de leur corps sont plus élevées que celles des garçons à 14 ($p < 0,01$), 16 ($p < 0,01$) et 18 ans ($p < 0,05$). Finalement, l'insatisfaction de son corps diminue de manière significative de 14 à 18 ans chez les filles ($p < 0,01$), mais non chez les garçons ($p = 0,266$).

FIGURE 3.16

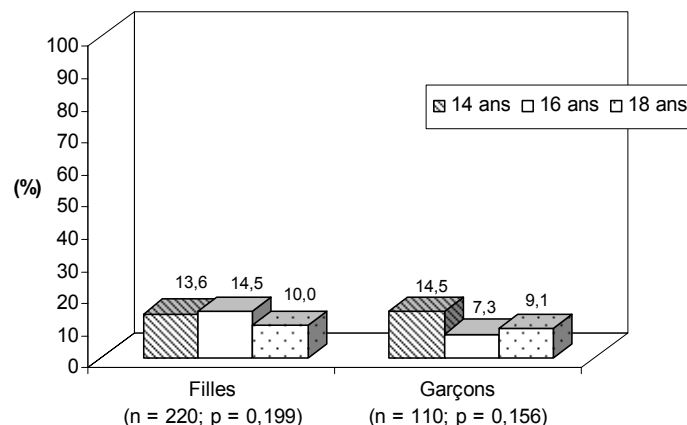
Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans insatisfaits de leur corps



Enfin, la composante de l'apparence pour laquelle les adolescents se disent le moins insatisfaits est sans contredit le look vestimentaire, moins de 15 % des garçons et des filles en étant mécontents de 14 à 18 ans (figure 3.17). Plusieurs parents seront surpris de constater un tel niveau de satisfaction considérant l'insistance dont peuvent faire preuve plusieurs adolescents au sujet de leur garde-robe. À l'adolescence, l'apparence vestimentaire doit être comprise comme une affirmation de soi ; dans le look se trouve une tentative de différenciation d'avec le pair, de subjectivation (Lesourd, 2004). Ainsi, il n'est pas surprenant que les adolescents soient moins insatisfaits de leur look vestimentaire puisque c'est la composante de l'apparence générale qu'ils sont le plus susceptible de pouvoir modifier.

FIGURE 3.17

Proportion de filles et de garçons à 14, 16 et 18 ans insatisfaits de leur look vestimentaire





3.3.2 Les moyens pour améliorer son image

Déjà à 14 ans, plusieurs des jeunes de notre cohorte ont eu recours ou envisagent de recourir à des techniques pour améliorer leur image (tableau 3.3). Ainsi, 24,6 % des filles et 2,7 % des garçons ont déjà eu recours au piercing à l'âge de 14 ans¹⁵. Les traitements d'orthodontie arrivent bon deuxième avec 21,5 % des filles et 15,2 % des garçons y ayant eu recours. Soulignons que près de 10 % des filles de 14 ans ont eu recours à l'épilation permanente, pratique toujours inexistante chez les garçons. Deux fois plus de garçons que de filles s'adonnent toutefois au culturisme (12,6 % contre 6,6 %). Finalement, environ 5 % des jeunes ont déjà eu recours au tatouage à 14 ans et moins de 1 % ont recouru à la chirurgie esthétique.

TABLEAU 3.3
Moyens utilisés pour améliorer son image à 14 ans

	A eu recours		Envisage d'y avoir recours	
	Filles (n = 224) %	Garçons (n = 112) %	Filles (n = 223) %	Garçons (n = 112) %
Piercing	24,6	2,7	60,4	10,7
Traitement d'orthodontie	21,5	15,2	25,1	12,5
Épilation permanente	9,8	0,0	57,4	3,6
Culturisme	6,7	12,6	11,2	27,0
Tatouage	5,8	4,5	61,4	24,3
Chirurgie esthétique	0,4	0,9	11,7	3,6

Le tableau 3.3 présente aussi la proportion de jeunes envisageant la possibilité de recourir un jour à des moyens pour améliorer leur image. On y apprend, entre autres choses, que le tatouage et le piercing sont les plus envisagés, et ce, davantage chez les filles que chez les garçons (61,4 % contre 24,3 % et 60,4 % contre 10,7 %, respectivement). L'épilation permanente semble quant à elle définitivement constituer « une affaire de filles » puisque 15 filles pour un garçon y pensent (57,4 % contre 3,6 %). Par ailleurs, le traitement d'orthodontie apparaît pour sa part comme un moyen d'un autre ordre puisqu'il permet de corriger les malpositions dentaires et les malformations des mâchoires non seulement dans un objectif esthétique mais aussi fonctionnel. De fait, les proportions de filles et de garçons de 14 ans y ayant recouru sont similaires à celles songeant à y recourir. Autre fait à souligner, plus d'une fille de 14 ans sur 10 (11,7 %) envisage

¹⁵ Soulevons l'hypothèse que certains répondants ont dû inclure le perçage des oreilles dans cette définition et que les autres ne l'ont pas inclus.

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE



avoir recours à la chirurgie esthétique pour améliorer son image, cette proportion étant bien moindre chez les garçons (3,6 %).

Si on s'attarde maintenant sur les liens entre le recours éventuel à ces divers moyens et l'insatisfaction de son apparence générale, on peut remarquer que les filles envisageant la possibilité de recourir à la chirurgie esthétique s'avèrent sans surprise être celles qui sont le plus insatisfaites de leur apparence, lorsque comparées à celles n'envisageant pas y recourir ($p < 0,001$). Parmi les garçons, ceux envisageant avoir recours au piercing ont rapporté une moins grande insatisfaction de leur apparence ($p < 0,05$) et ceux envisageant avoir recours au tatouage, une plus grande insatisfaction de leur apparence ($p < 0,01$). Comment expliquer ces résultats apparemment contradictoires? Le piercing serait-il conçu comme une marque de distinction purement esthétique qui rehausse l'apparence générale alors que le tatouage n'aurait pas seulement une visée esthétique. Le tatouage marquerait aussi l'appartenance, ce serait une épreuve initiatique et un moyen d'affirmation de sa personnalité s'inscrivant dans une recherche de séparation et d'articulation du monde interne et du monde externe (Haza et Ducousso-Lacaze, 2006). Pour les autres moyens, il n'y a pas de différences significatives quant à l'insatisfaction de son apparence entre ceux y ayant recouru ou qui envisagent d'y avoir recours et les autres.

3.4 L'association entre l'estime de soi et l'insatisfaction liée à l'image corporelle

Des coefficients de corrélation ont été calculés entre les trois problématiques à l'étude selon l'âge et le sexe (tableau 3.4). En premier lieu, la valeur des coefficients de corrélation entre l'insatisfaction à l'égard de sa silhouette et l'estime de soi chez les filles diminuent sensiblement de 14 à 18 ans, ce qui suggère que la contribution de la satisfaction de sa silhouette à l'estime de soi diminue graduellement avec l'âge. En effet, nos résultats laissent penser que l'estime de soi des filles est nourrie par d'autres dimensions connexes venant avec l'âge et les expériences de vie.



TABLEAU 3.4

Corrélations entre l'estime de soi, l'insatisfaction de sa silhouette et l'insatisfaction de son apparence générale selon le sexe et l'âge

	Corrélations ² avec l'estime de soi					
	Filles (n = 215)			Garçons (n = 101)		
	14 ans	16 ans	18 ans	14 ans	16 ans	18 ans
Insatisfaction de sa silhouette ¹	-0,483***	-0,248***	-0,230**	-0,088	-0,092	-0,265**
Insatisfaction de son apparence générale	-0,576***	-0,553***	-0,565***	-0,315**	-0,523***	-0,511***
	Corrélations ² avec l'insatisfaction de son apparence générale					
	Filles (n = 215)			Garçons (n = 101)		
	14 ans	16 ans	18 ans	14 ans	16 ans	18 ans
Insatisfaction de sa silhouette ¹	0,572***	0,568***	0,488***	0,379***	0,400***	0,377***

¹ Afin de permettre des analyses de corrélation, la valeur absolue de l'écart entre sa silhouette actuelle et celle désirée a été considérée ici.

² Le rho de Spearman a été utilisé pour mesurer le niveau d'association.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

Chez les garçons, alors que les coefficients de corrélation n'étaient pas significatifs à 14 et à 16 ans, ça devient le cas à 18 ans, laissant supposer que la silhouette prend davantage d'importance dans la définition de leur estime de soi.

Si on s'intéresse maintenant à la nature du lien existant entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son apparence générale, il apparaît comme étant assez fort au cours de la période à l'étude, tant chez les garçons que chez les filles, laissant supposer que ces attributs (look vestimentaire, corps et apparence physique) sont plus importants que la silhouette dans la définition de l'estime de soi. Finalement, l'insatisfaction de sa silhouette est directement associée à l'insatisfaction de son apparence générale, aux trois âges mesurés, mais dans une moindre mesure chez les garçons que chez les filles. Cela suggère que la perception de sa silhouette compte pour davantage dans la satisfaction de son apparence générale pour les filles.

Chapitre 4

**Les facteurs associés à l'estime de soi
et à l'insatisfaction de son image corporelle**

Nous avons vu au chapitre 1 qu'aucun consensus ne se dégageait quant à la définition de l'estime de soi, aux dimensions qui y sont associées et quant à la nature des interactions entre ces différentes dimensions. Il en est de même de l'insatisfaction de l'image corporelle. Les facteurs qui ont été inclus dans les analyses sur l'estime de soi et sur l'insatisfaction de son image corporelle dans la cohorte de l'ELESJ-14 permettent de mieux comprendre l'évolution de ces phénomènes et quel rôle ces facteurs jouent de 14 à 18 ans. Dans le but de vérifier quelle est la part relative et combinée de chacun des facteurs retenus¹⁶ pour l'explication du niveau d'estime de soi globale, de l'insatisfaction de sa silhouette et du niveau d'insatisfaction à l'égard de son apparence générale à 18 ans, des analyses de régression multiple ont donc été exécutées séparément pour les filles et les garçons. Pour chacune de ces trois problématiques, deux modèles ont été réalisés pour chacun des sexes : le premier étant constitué à partir d'une série de variables mesurées lorsque les jeunes avaient 14 ans et le deuxième incluant les mêmes variables, mais mesurées cette fois à 18 ans. Ainsi, ces analyses permettront, d'une part, d'identifier les facteurs qui ont, dès l'âge de 14 ans, une influence sur l'estime de soi, l'insatisfaction de sa silhouette et l'insatisfaction à l'égard de son apparence à 18 ans et, d'autre part, de déterminer les facteurs qui sont associés à ces problématiques à 18 ans.

4.1 L'estime de soi globale à 18 ans

Au chapitre précédent, nous avons décrit l'évolution de l'estime de soi de 14 à 18 ans chez les jeunes de notre cohorte. Cette évolution suivait une tendance différente selon le sexe. Chez les garçons, le niveau moyen d'estime de soi demeurerait stable au cours de cette période alors qu'on pouvait constater une remontée de l'estime de soi chez les filles à 18 ans pour atteindre un niveau similaire à celui des garçons, elles qui présentaient au départ une estime de soi plus faible. Aussi, la recension des écrits faisait ressortir des déterminants de l'estime de soi en partie distincts selon que l'on soit une fille ou un garçon. Cette section dévoilera donc les déterminants de l'estime de soi globale à 18 ans des filles et des garçons de notre cohorte. Les résultats sont issus d'analyses de régression linéaire multiple. Une valeur positive observée aux coefficients estimés par ces modèles (β) indique une relation linéaire positive entre le facteur et la variable dépendante et, inversement, un coefficient négatif indique une relation linéaire négative.

¹⁶ Les facteurs intégrés dans ces modèles (variables indépendantes) sont présentés dans la section 2.6 du chapitre 2.



4.1.1 Les facteurs associés à l'estime de soi chez les filles

Le tableau 4.1 nous apprend que le modèle constitué de variables mesurées à 14 ans explique 31,4 % de la variance du niveau d'estime de soi globale observé à 18 ans chez les filles alors que celui composé à partir des variables mesurées à 18 ans en explique 65,7 %. Le premier modèle, basé sur les mesures prises à 14 ans, indique que six variables permettent de prédire un niveau plus élevé d'estime de soi à 18 ans chez les filles. Plus précisément, ces variables sont, par ordre d'importance, la présence d'un moindre nombre de personnes émettant des commentaires négatifs sur le poids de la jeune fille ($\beta = -1,64$; $p < 0,01$), la perception d'un soutien plus élevé de la part des amis ($\beta = 1,57$; $p < 0,01$), un niveau plus élevé d'estime de soi académique ($\beta = 1,28$; $p < 0,05$) ainsi que le fait d'avoir déjà eu une relation sexuelle complète ($\beta = 1,83$; $p < 0,05$), d'avoir des aspirations scolaires universitaires ($\beta = 1,48$; $p < 0,05$) et de démontrer une moins grande insatisfaction vis-à-vis de son apparence ($\beta = -1,07$; $p < 0,05$).

Le deuxième modèle, constitué à partir des mesures prises à 18 ans, comporte quant à lui huit variables associées à l'estime de soi à 18 ans chez les filles. De manière plus spécifique, les variables témoignant d'un niveau plus élevé d'estime de soi globale sont, par ordre d'importance, une moins grande insatisfaction vis-à-vis de son apparence ($\beta = -2,48$; $p < 0,001$), un niveau plus élevé d'estime de soi académique ($\beta = 2,41$; $p < 0,001$), une meilleure perception de ses compétences interpersonnelles ($\beta = 2,98$; $p < 0,001$), un niveau plus faible de détresse psychologique ($\beta = -0,05$; $p < 0,001$), la perception d'un soutien plus élevé de la part des amis ($\beta = 1,42$; $p < 0,01$), la perception d'un soutien affectif plus faible de la part de la mère ($\beta = 0,16$; $p < 0,01$), une perception positive de son état de santé ($\beta = 1,14$; $p < 0,05$) et un nombre de séances moindre d'activité physique par mois ($\beta = -0,06$; $p < 0,05$).

Tel qu'attendu, le deuxième modèle s'avère plus performant pour expliquer le niveau d'estime de soi globale à 18 ans. En effet, le fait que les variables explicatives aient été mesurées au même moment que le phénomène que l'on cherche à expliquer donne logiquement lieu à des associations partielles plus élevées, et, de façon corollaire, à un plus grand nombre de variables significatives ainsi qu'à un coefficient de corrélation multiple (R^2) supérieur expliquant une plus grande proportion de la variance.

ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABEAU 4.1

Facteurs associés^a à l'estime de soi chez les filles à 18 ans

Variables indépendantes retenues ^b		β	Erreur-type
Mesures prises à 14 ans			
Constante		30,264***	2,587
1	Nombre de personnes émettant des commentaires négatifs sur son poids ^c	-1,640**	0,468
2	Perception du soutien des amis	1,569**	0,550
3	Estime de soi académique	1,280*	0,527
4	A déjà eu une relation sexuelle (0,1)	1,834*	0,815
5	A des aspirations scolaires universitaires (0,1) ^c	1,476*	0,660
6	Insatisfaction à l'égard de son apparence générale	-1,074*	0,538
7	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette ^d		
	Désire une silhouette plus mince (0,1)	-1,342	0,787
	Désire une silhouette plus forte (0,1)	-0,569	1,031
8	Nombre de personnes suivant un régime dans l'entourage ^c	-0,642	0,381
9	Fréquence de l'activité physique	-0,063	0,042
n = 205 ^e ; F = 10,346*** (dl = 10); R ² _{ajusté} = 0,314			
Mesures prises à 18 ans			
Constante		19,310***	2,111
1	Insatisfaction à l'égard de son apparence générale	-2,476***	0,391
2	Estime de soi académique	2,409***	0,410
3	Compétences interpersonnelles	2,978***	0,531
4	Détresse psychologique	-0,050***	0,013
5	Perception du soutien des amis	1,422**	0,433
6	Soutien affectif maternel faible	0,160**	0,053
7	Perception positive de son état de santé (0,1)	1,144*	0,442
8	Fréquence de l'activité physique	-0,064*	0,031
9	Catégorie d'IMC ^f		
	Poids insuffisant (0,1)	-0,904	0,626
	Excès de poids (0,1)	0,457	0,615
n = 215 ^g ; F = 42,012*** (dl = 10); R ² _{ajusté} = 0,657			

^a Les facteurs associés sont identifiés à l'aide d'une analyse de régression linéaire multiple. Ils sont présentés selon l'ordre d'importance de leur contribution dans le modèle multiple tel qu'attesté par le seuil de significativité observé (p).

^b Une première analyse pas-à-pas (procédure stepwise; p-entrée = 0,20; p-sortie = 0,25) comportant plus d'une vingtaine de facteurs relevés dans la littérature et mesurés dans notre enquête a permis de retenir ces variables pour les modèles présentés.

^c Cette mesure n'a été prise qu'au cycle 1 d'enquête et n'a pu, par conséquent, être incluse dans le deuxième modèle (mesures prises à 18 ans).

^d La catégorie de référence est « Satisfaction de sa silhouette ».

^e 20 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

^f La catégorie de référence est « Poids normal ».

^g 10 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Ces modèles suggèrent, d'une part, que la satisfaction que les jeunes filles éprouvent vis-à-vis de leur apparence, la confiance qu'elles ont en leurs capacités académiques et le soutien qu'elles ressentent de la part de leurs amis à 14 ans ont une incidence importante sur le niveau d'estime de soi qu'elles rapportent quatre ans plus tard et, d'autre part, que les liens entre ces variables et l'estime de soi sont maintenus lorsque les jeunes filles sont âgées de 18 ans. Nous reviendrons sur chacun de ces éléments après avoir présenté les facteurs associés à l'estime de soi des garçons.

4.1.2 Les facteurs associés à l'estime de soi chez les garçons

Le tableau 4.2 nous apprend que les variables mesurées à 14 et à 18 ans expliquent respectivement 23,0 % et 65,7 % de la variance du niveau d'estime de soi globale observé à 18 ans chez les garçons. Dans un premier temps, le modèle basé sur les mesures prises à 14 ans a identifié trois variables comme étant prédictives d'un niveau élevé d'estime de soi à 18 ans. De manière plus spécifique, ces variables sont, par ordre d'importance, la perception d'un soutien plus élevé de la part des amis ($\beta = 2,98$; $p < 0,001$), le fait d'avoir une mère possédant un diplôme d'études secondaires ($\beta = 4,12$; $p < 0,01$) ou postsecondaires ($\beta = 3,10$; $p < 0,05$) ainsi que la présence d'un moindre nombre de personnes suivant un régime dans l'entourage du garçon ($\beta = -1,37$; $p < 0,05$).

Le deuxième modèle, reposant sur les mesures prises à 18 ans, a révélé que six variables étaient associées à un niveau plus élevé d'estime de soi à 18 ans. Par ordre d'importance, il s'agit pour les garçons de posséder de plus grandes compétences interpersonnelles ($\beta = 3,44$; $p < 0,001$), d'avoir un niveau plus élevé d'estime de soi académique ($\beta = 2,89$; $p < 0,001$), de percevoir un soutien plus élevé de la part des amis ($\beta = 2,10$; $p < 0,01$), d'éprouver une moins grande insatisfaction vis-à-vis de son apparence ($\beta = -1,64$; $p < 0,05$), de percevoir un soutien affectif plus élevé de la part de la mère ($\beta = -0,20$; $p < 0,05$) et de présenter un niveau plus faible de détresse psychologique ($\beta = -0,05$; $p < 0,05$).

Ces résultats révèlent donc que la seule variable commune aux deux modèles se conjuguant à un niveau plus élevé d'estime de soi globale à 18 ans est la perception d'un soutien plus élevé de la part des amis. Rappelons que cette dernière variable mesurée à 14 ou à 18 ans chez les filles concourait également à un niveau plus élevé d'estime de soi à 18 ans.

ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABEAU 4.2

Facteurs associés^a à l'estime de soi chez les garçons à 18 ans

Variables indépendantes retenues ^b	β	Erreur-type
Mesures prises à 14 ans		
Constante	23,583***	2,858
1 Perception du soutien des amis	2,984***	0,734
2 Scolarité de la mère ^c		
Diplôme d'études secondaires (0,1)	4,122**	1,296
Diplôme d'études postsecondaires (0,1)	3,101*	1,292
3 Nombre de personnes suivant un régime dans l'entourage ^d	-1,368*	0,565
4 Habite une municipalité rurale (0,1)	-1,177	1,169
5 A des aspirations scolaires universitaires (0,1) ^d	0,316	0,889
n = 103 ^e ; F = 6,082*** (dl = 6); R ² _{ajusté} = 0,230		
Mesures prises à 18 ans		
Constante	17,231***	3,293
1 Compétences interpersonnelles	3,435***	0,882
2 Estime de soi académique	2,891***	0,647
3 Perception du soutien des amis	2,104**	0,764
4 Insatisfaction à l'égard de son apparence générale	-1,635*	0,588
5 Soutien affectif maternel faible	-0,196*	0,093
6 Détresse psychologique	-0,047*	0,023
7 Fréquence de consommation de marijuana ou de hachisch	1,169	0,754
8 A déjà eu une relation sexuelle (0,1)	-0,964	0,645
9 A déjà tenté sérieusement de perdre ou de contrôler son poids (0,1)	-0,766	0,745
n = 109 ^f ; F = 23,939*** (dl = 9); R ² _{ajusté} = 0,657		

^a Les facteurs associés sont identifiés à l'aide d'une analyse de régression linéaire multiple. Ils sont présentés selon l'ordre d'importance de leur contribution dans le modèle multiple tel qu'attesté par le seuil de significativité observé (p).

^b Une première analyse pas-à-pas (procédure stepwise; p-entrée = 0,20; p-sortie = 0,25) comportant plus d'une vingtaine de facteurs relevés dans la littérature et mesurés dans notre enquête a permis de retenir ces variables pour les modèles présentés.

^c La catégorie de référence est « Mère sans diplôme d'études secondaires ».

^d Cette mesure n'a été prise qu'au cycle 1 d'enquête et n'a pu, par conséquent, être incluse dans le deuxième modèle (mesures prises à 18 ans).

^e 9 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

^f 3 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

4.1.3 L'effet de l'estime de soi à 14 ans sur celle observée à 18 ans

Afin d'évaluer dans quelle mesure les facteurs retenus pour prédire de manière prospective le niveau d'estime de soi globale à 18 ans demeurent significatifs lorsque l'on contrôle avec le niveau initial d'estime de soi, des analyses de régression ajoutant simultanément l'estime de soi à 14 ans comme variable contrôle aux variables du premier modèle ont été réalisées pour les filles



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

et les garçons. Ces analyses complémentaires ont révélé que l'estime de soi à 14 ans n'est retenue comme variable prédictive que chez les filles, améliorant légèrement la proportion de variance expliquée du niveau d'estime de soi globale à 18 ans de 31,4 % à 35,7 % ($p < 0,001$). Les associations préalablement rapportées sont globalement maintenues en présence de cette dernière variable (données non présentées). Cette analyse complémentaire montre que le niveau d'estime de soi présenté par les filles à 18 ans est fortement lié, relativement aux autres déterminants du modèle (toutes choses étant égales par ailleurs), à l'estime qu'elles ont d'elles-mêmes quatre ans auparavant et que ce lien est absent chez les garçons. Ce dernier résultat suggère que la construction de l'estime de soi chez les filles au cours de leur adolescence suit un processus plus continu que chez les garçons, du moins à partir de l'âge de 14 ans.

En outre, lorsqu'on se rappelle la plus faible performance du premier modèle pour les garçons (R^2 ajusté de 23,0 %), comparativement à celui des filles (R^2 ajusté de 31,4 %) ainsi que le peu de facteurs personnels retenus par le modèle, on peut émettre l'hypothèse que l'estime de soi à 18 ans des filles est davantage tributaire des perceptions qu'elles entretiennent déjà à propos d'elles-mêmes à 14 ans, de leurs comportements et de leurs valeurs à cet âge.

4.1.4 Discussion sur les déterminants retenus

De l'importance d'avoir une perception positive de son image corporelle

Dans une étude prospective effectuée auprès de 1 177 adolescentes âgées de 13 à 15 ans, Johnson et Wardle (2005) ont observé que les jeunes filles se disant insatisfaites de leur image corporelle étaient plus susceptibles de présenter, 10 mois plus tard, un niveau plus faible d'estime de soi. Dans une étude à plus long terme réalisée auprès d'un premier échantillon de 440 filles et de 366 garçons au début de l'adolescence (âge moyen de près de 13 ans) et d'un deuxième échantillon de 946 filles et 764 garçons au milieu de l'adolescence (âge moyen de près de 16 ans), Paxton et ses collaborateurs (2006a) ont précisé la valeur prédictive de l'insatisfaction à l'égard de son image corporelle relativement au niveau d'estime de soi selon le genre et le moment de l'adolescence où les mesures étaient prises. Ces auteurs ont démontré, d'une part, que l'insatisfaction à l'égard de son image corporelle chez les filles commençant leur adolescence pouvait prédire un niveau faible d'estime de soi observé 5 ans plus tard, et, d'autre part, que l'insatisfaction à l'égard de son image corporelle chez les garçons à la mi-adolescence pouvait prédire un niveau faible d'estime de soi observé 5 ans plus tard. Paxton et ses collaborateurs (2006a) en concluent que l'insatisfaction à l'égard de son image corporelle contribue à un niveau faible d'estime de soi à différents stades développementaux chez les filles

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

et les garçons. Nos résultats corroborent seulement la première des observations de ces chercheurs puisque l'insatisfaction de son apparence à 14 ans n'est une variable prédictive du niveau d'estime de soi à 18 ans que chez les filles.

Dans un autre ordre d'idées, lorsque l'on regarde les facteurs associés à partir des mesures prises à 18 ans, l'insatisfaction de l'apparence est le déterminant le plus important dans le niveau d'estime de soi des filles mais il est aussi le quatrième en importance chez les garçons. Certains auteurs ont soulevé le phénomène de l'importance de la perception de son apparence dans la détermination de l'estime de soi (Harter, 1993 et 1998 ; Perron *et al.*, 1999 ; DuBois *et al.*, 2002 ; Siegel, 2002, Gaudreault *et al.*, 2004 ; Seidah *et al.*, 2004). Miller et Downey (1999) et Tiggemann (2005) ont même affirmé que la perception de l'apparence serait plus importante que le poids réel. Nos données vont aussi dans ce sens puisque l'IMC calculé à 18 ans n'est pas retenu dans le modèle expliquant l'estime de soi aussi bien des garçons que des filles contrairement à l'indice d'insatisfaction de son apparence générale.

Ces résultats font état que l'insatisfaction à l'égard de son apparence contribue plus fortement au niveau d'estime de soi globale à 18 ans chez les filles que chez les garçons. Ces résultats sont semblables à ceux retrouvés dans notre enquête transversale de 2002 (Gaudreault *et al.*, 2004). Dans cet ordre d'idées, une étude qualitative réalisée à partir d'entrevues soulignait que la manière dont les filles se sentent par rapport à elles-mêmes serait davantage influencée par la perception de leur image corporelle que ce qui est le cas chez les garçons (Polce-Lynch *et al.*, 1998).

En outre, nos résultats corroborent ceux de Williams et Currie (2000) qui ont noté, dans un échantillon représentatif d'Écossaises âgées de 13 ans, qu'une perception plus négative de son apparence et qu'une préoccupation plus importante à l'égard de son poids corporel constituaient des facteurs prédictifs d'un niveau faible d'estime de soi. Dans notre étude, le nombre de personnes dans l'entourage émettant des commentaires négatifs sur leur poids constitue chez les filles de 14 ans une variable prédictive du niveau d'estime de soi à 18 ans. Chez les garçons, le nombre de personnes au régime dans l'entourage à 14 ans s'avère prédire de manière prospective leur niveau d'estime de soi à 18 ans. Soulevons l'hypothèse que les filles sont davantage influencées par les commentaires les concernant directement et, les garçons, par les actions de modification de poids adoptées par les gens qui les entourent.



Le soutien des amis : un élément essentiel

L'adolescence est un stade développemental où l'on peut subir de fortes pressions pour se conformer et être accepté par ses amis et ses pairs. On comprendra ainsi qu'une piètre opinion de son image corporelle lors de cette période charnière peut mener à un sentiment de rejet et à des doutes quant à son acceptabilité au sein des groupes de pairs, pouvant alors contribuer à un niveau faible d'estime de soi (Paxton *et al.*, 2006a). Une étude américaine transversale réalisée auprès de filles et de garçons fréquentant la 8^e année (14 ans) et la 12^e année (18 ans) a utilisé des analyses de régression multiple afin de dégager des facteurs associés à l'estime de soi (Polce-Lynch *et al.*, 2001). Alors que la satisfaction à l'égard de son image corporelle et la relation avec les pairs étaient toutes deux associées au niveau d'estime de soi des jeunes filles, seule la relation avec les pairs s'est avérée être associée au niveau d'estime de soi des garçons. Nos données témoignent aussi de l'importance des amis puisque la perception du soutien des amis à 14 et à 18 ans est associée au niveau d'estime de soi, aussi bien chez les garçons que chez les filles.

Une analyse des données de l'enquête transversale de 2002, qui portait sur un échantillon représentatif de la population étudiante, avait fait état du lien entre l'indice de compétences interpersonnelles et l'estime de soi chez les jeunes de 14 ans et plus (Gaudreault *et al.*, 2004). Chez les jeunes de notre présente cohorte, les compétences interpersonnelles à 18 ans, mais non à 14 ans, sont associées chez les filles et les garçons au niveau d'estime de soi globale à 18 ans. Il s'agit donc non pas d'un effet à long terme mais d'un effet immédiat. Par ailleurs, il a été suggéré que les jeunes femmes qui font partie d'organisations à vocation scolaire ou qui pratiquent des activités parascolaires font preuve d'une meilleure estime de soi que les autres (Holmes et Silverman, 1992). Dans cet ordre d'idées, on peut logiquement s'attendre à ce que les compétences interpersonnelles influent sur le niveau d'estime de soi globale à travers divers comportements ou activités, et inversement, à ce que le niveau d'estime de soi favorise la socialisation des jeunes.

Le vécu scolaire

Comme on pouvait s'y attendre, l'estime de soi académique à 18 ans est associée à l'estime de soi globale à 18 ans, il s'agit du deuxième facteur en importance, autant chez les filles que chez les garçons. Seidah et ses collaboratrices (2004) avaient aussi soulevé l'importance du sentiment de compétences dans le domaine scolaire sur l'estime de soi globale. Dans l'enquête

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

transversale de 2002, l'estime de soi académique s'était avérée un facteur associé à l'estime de soi des filles de 14 ans et plus mais non des garçons (Gaudreault *et al.*, 2004).

Parmi les mesures prises à 14 ans, ce n'est toutefois que chez les filles que l'estime de soi académique peut prédire de manière prospective le niveau d'estime de soi globale à 18 ans. Le fait d'avoir des aspirations scolaires universitaires à l'âge de 14 ans s'avère également être un facteur prédictif de l'estime de soi globale à 18 ans chez elles. Comme les résultats de l'enquête de 2002 le faisaient ressortir, la sphère académique semble plus importante pour les filles que pour les garçons, et ce, dès l'âge de 14 ans (Gaudreault *et al.*, 2004).

L'environnement familial : plus déterminant pour les garçons

Twenge et Campbell (2002) ont rapporté une association entre un plus faible statut socioéconomique et une plus faible estime de soi. Si on considère la scolarité de la mère comme une variable proxy du statut socioéconomique, nos données chez les garçons semblent appuyer cette observation, puisque la scolarité de la mère représente à 14 ans, chez ces derniers, une variable prédictive du niveau d'estime de soi à 18 ans. L'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* faisait ressortir l'importance de la scolarité des parents sur l'estime de soi des enfants de 9 ans mais cette relation n'apparaissait plus à 13 et à 16 ans. Or, la scolarité de la mère n'est plus associée au niveau d'estime de soi globale des garçons en présence des mesures à 18 ans, mais la perception du soutien affectif de la mère l'est alors. L'importance du soutien affectif parental sur le niveau d'estime de soi avait aussi été démontrée dans l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, 1999*, mais les analyses n'étaient pas distinctes selon le sexe. Nos données, quant à elles, mettent à jour une dissemblance entre les filles et les garçons en ce qui a trait au lien entre le soutien affectif maternel et le niveau d'estime de soi à 18 ans. De fait, un niveau élevé d'estime de soi est respectivement associé à la perception d'un soutien affectif maternel plus faible chez les filles et d'un soutien affectif maternel plus élevé chez les garçons. D'aucuns pourraient suggérer que les filles doivent se détacher du soutien affectif de leur mère pour devenir autonomes et développer une bonne estime de soi à 18 ans, alors que les garçons auraient davantage besoin, pour avoir une bonne estime de soi, du soutien affectif de leur mère.



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

La détresse psychologique : associée à 18 ans mais non prédictive à 14 ans

Conformément à ce qui ressortait de nos enquêtes transversales (Perron *et al.*, 1999 ; Gaudreault *et al.*, 2004), les présents résultats font état de liens entre un niveau élevé de détresse psychologique à 18 ans et un niveau faible d'estime de soi globale, chez les garçons comme chez les filles. D'ailleurs, plusieurs études ont souligné cette relation entre une faible estime de soi et une incidence plus élevée de symptômes dépressifs et de cas de dépression (Rosenberg *et al.*, 1985; Lewinsohn *et al.*, 1994a; 1994b; Breton *et al.*, 2002 ; Paxton *et al.*, 2006a). Notons cependant que le niveau de détresse à 14 ans n'est pas statistiquement lié à l'estime de soi à 18 ans.

Plus grande précocité sexuelle : l'œuf ou la poule?

Il peut sembler surprenant, de prime abord, que les filles de 18 ans présentant un niveau élevé d'estime de soi aient été plus nombreuses à avoir eu une première relation sexuelle complète à 14 ans ou avant. Or, des études ont précédemment rapporté qu'un niveau plus élevé d'estime de soi était associé à un début d'activité sexuelle plus précoce (Crockett *et al.*, 1996; Spencer *et al.*, 2002 ; Laflin *et al.*, 2008). Plus particulièrement, Crockett et ses collaborateurs ont observé, dans une étude longitudinale réalisée auprès de 289 filles et garçons de milieux ruraux âgés de 13 à 15 ans, que le groupe de garçons ayant eu leur premier rapport sexuel au plus jeune âge présentaient un niveau plus élevé d'estime de soi (Crockett *et al.*, 1996). D'un autre côté, Goodson et ses collaborateurs (2006) ont établi, dans une recension des écrits portant sur la relation entre l'estime de soi et les comportements sexuels chez les adolescents, que la plupart des 38 articles revus ne rapportaient aucune association entre le niveau d'estime de soi et les comportements, attitudes ou intentions reliés à la sexualité. Ces auteurs ont toutefois soulevé la question à savoir si l'emphase mise sur le niveau d'estime de soi par les professionnels de santé publique était inoffensive. En effet, un niveau élevé d'estime de soi peut potentiellement avoir des conséquences négatives ou défavorables pour l'ajustement et le bien-être des adolescents, plutôt que les seuls avantages positifs habituellement escomptés à l'égard de la santé (DuBois et Tevendale, 1999; DuBois et Hirsch, 2000). À cet égard, on peut souligner que les adolescents sexuellement actifs sont ceux qui sont le plus longtemps exposés aux risques connexes à l'activité sexuelle, notamment au risque d'une grossesse non souhaitée, et au risque d'une infection transmise sexuellement (Garriguet, 2005).



4.2 L'insatisfaction de sa silhouette à 18 ans

Est-il nécessaire de rappeler ici que les jeunes de notre cohorte se disent majoritairement insatisfaits à l'égard de leur silhouette. En effet, nous avons vu au chapitre 3 que plus des deux tiers des filles sont insatisfaites de leur silhouette de 14 à 18 ans (71,4 % à 14 ans, 66,4 % à 16 ans et 71,8 % à 18 ans), la presque totalité souhaitant devenir plus mince. Chez les garçons, la proportion d'insatisfaits, même si elle diminue de façon significative de 14 à 18 ans, est presque aussi importante (73,3 % à 14 ans, 57,1 % à 16 ans et 63,8 % à 18 ans). Il nous est donc apparu intéressant de regarder quels peuvent être les facteurs associés au désir d'une silhouette plus mince ou plus forte. Ainsi, des analyses de régression multinomiale furent réalisées pour chaque sexe. Plus particulièrement, des analyses de régression logistique ont permis d'identifier chez les filles les facteurs associés au désir d'une silhouette plus mince¹⁷. Chez les garçons, des modèles de régression multinomiale ont quant à eux permis de déterminer, d'une part, les facteurs associés au fait de désirer une silhouette plus mince et, d'autre part, ceux associés au fait de désirer une silhouette plus forte. Le coefficient utilisé dans ce type de modèle pour quantifier l'association entre le facteur retenu et la variable dépendante est le rapport de cotes (e^{β}). Une valeur de 1 à ce coefficient signifie que le facteur n'a pas d'effet sur la probabilité de désirer une silhouette plus mince ou plus forte. Plus la valeur du rapport de cotes s'accroît, plus la probabilité de désirer une silhouette plus mince (ou plus forte) augmente en fonction du facteur. À l'inverse, une valeur inférieure à 1 indique une diminution du risque.

4.2.1 Les facteurs associés au désir d'une silhouette plus mince chez les filles

Le premier modèle de régression logistique basé sur les mesures prises à 14 ans indique que deux variables permettent de prédire le désir, chez les filles, d'une silhouette plus mince à 18 ans (tableau 4.3). D'abord, les filles insatisfaites de leur apparence générale à 14 ans voient augmenter leur probabilité de désirer une silhouette plus mince à 18 ans ($e^{\beta} = 3,14$; $p < 0,01$). Ensuite, tenter de perdre ou de contrôler son poids à 14 ans diminue significativement le risque de désirer une silhouette plus mince à 18 ans ($e^{\beta} = 0,44$; $p < 0,05$).

¹⁷ Notons que le faible nombre de participantes ayant manifesté le désir d'une silhouette plus forte à 18 ans ($n = 12$) ne permet pas la recherche de facteurs y étant associés.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABLEAU 4.3

Facteurs associés^a à l'insatisfaction de sa silhouette chez les filles à 18 ans

Variables indépendantes retenues ^b	Désire une silhouette plus mince ^c	
	e ^β	I.C. (95%)
Mesures prises à 14 ans		
Constante	0,017	
1 Insatisfaction à l'égard de son apparence générale	3,136**	1,55 - 6,34
2 A déjà tenté sérieusement de perdre ou de contrôler son poids (0,1)	0,444*	0,21 - 0,93
3 Nombre de personnes suivant un régime dans l'entourage ^d	1,468	0,96 - 2,24
4 Perception du soutien des amis	1,728	0,88 - 3,39
5 A des aspirations scolaires universitaires (0,1) ^d	1,738	0,85 - 3,56
6 Détresse psychologique	1,017	0,99 - 1,04
7 Estime de soi	1,049	0,96 - 1,15
n = 192 ^e ; $\chi^2 = 29,886^{***}$ (dl = 7); R ² _{Nagelkerke} = 0,204		
Mesures prises à 18 ans		
Constante	0,231**	
1 A déjà tenté sérieusement de perdre ou de contrôler son poids (0,1)	8,224***	3,60 - 18,78
2 Insatisfaction à l'égard de son apparence générale	4,903***	2,24 - 10,72
3 Catégorie de l'IMC ^f		
Poids insuffisant (0,1)	0,146**	0,04 - 0,48
Excès de poids (0,1)	7,303	0,90 - 59,27
n = 209 ^g ; $\chi^2 = 89,833^{***}$ (dl = 4); R ² _{Nagelkerke} = 0,497		

^a Les facteurs associés sont identifiés à l'aide d'une analyse de régression linéaire multiple. Ils sont présentés selon l'ordre d'importance de leur contribution dans le modèle multiple tel qu'attesté par le seuil de significativité observé (p). La catégorie prédite par le modèle est « Désirer une silhouette plus mince » (69,8% des filles incluses dans l'analyse) par rapport à la catégorie de référence « Satisfaction de sa silhouette actuelle » (30,2%). En raison d'un nombre trop faible de participantes qui ont manifesté le désir d'une silhouette plus forte (n=12), ces dernières ont été exclues des analyses.

^b Une première analyse pas-à-pas (procédure stepwise; p-entrée = 0,20; p-sortie = 0,25) comportant plus d'une vingtaine de facteurs relevés dans la littérature et mesurés dans notre enquête a permis de retenir ces variables pour les modèles présentés.

^c Le coefficient utilisé en régression logistique pour quantifier l'association entre les facteurs retenus et la variable dépendante est le rapport de cotes (e^β). Lorsque le rapport de cotes et l'intervalle de confiance qui lui est associé sont supérieurs à 1, cela indique que la probabilité de désirer une silhouette plus mince s'accroît de façon significative en fonction de la variable en question. Inversement, lorsque le rapport de cotes et l'intervalle de confiance sont inférieurs à 1, la probabilité de désirer une silhouette plus mince diminue en fonction de la variable en question. Dans tous les autres cas, la variable n'a pas d'effet significatif sur cette probabilité.

^d Cette mesure n'a été prise qu'au cycle 1 d'enquête et n'a pu, par conséquent, être incluse dans le deuxième modèle (mesures prises à 18 ans).

^e 21 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes et 12 cas sont exclus de la modélisation.

^f La catégorie de référence est « Poids normal ».

^g 4 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes et 12 cas sont exclus de la modélisation.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

Le deuxième modèle, constitué à partir des mesures prises à 18 ans, comporte quant à lui trois variables associées au désir d'une silhouette plus mince à 18 ans chez les filles. En ordre d'importance, celles qui ont tenté de perdre ou de contrôler leur poids au cours de la dernière année (e^β = 8,22; p < 0,001) et celles davantage insatisfaites à l'égard de leur apparence (e^β = 4,90; p < 0,001) ont un risque plus élevé de désirer une silhouette plus mince. D'un autre

côté, présenter un poids insuffisant selon l'IMC est associé à une plus faible probabilité de désirer une silhouette plus mince ($e^{\beta} = 0,15$; $p < 0,01$). Fait à signaler, présenter un excès de poids n'est pas statistiquement significatif.

4.2.2 L'insatisfaction de sa silhouette chez les garçons

Les modèles de régression multinomiale utilisant les variables mesurées à 14 ans et à 18 ans ont rendu possible l'identification des facteurs associés chez les garçons au fait de désirer une silhouette plus mince, d'une part, et au fait de désirer une silhouette plus forte, d'autre part.

Les facteurs associés au désir d'une silhouette plus mince

Le tableau 4.4 montre d'abord qu'une seule variable mesurée à 14 ans s'avère prédire de manière prospective le désir chez les garçons d'une silhouette plus mince à 18 ans. De fait, avoir essayé de perdre ou de contrôler leur poids à 14 ans accroît la probabilité de souhaiter une silhouette plus mince à 18 ans ($e^{\beta} = 4,27$; $p < 0,05$). Le deuxième modèle, constitué à partir des mesures prises à 18 ans, comporte pour sa part quatre variables associées chez les garçons au désir d'une silhouette plus mince à 18 ans. Plus précisément, se dire plus insatisfait à l'égard de son apparence générale ($e^{\beta} = 9,43$; $p < 0,01$), avoir un excès de poids ($e^{\beta} = 6,67$; $p < 0,05$), avoir tenté de perdre ou de contrôler son poids ($e^{\beta} = 10,18$; $p < 0,05$) et avoir déjà eu une relation sexuelle complète ($e^{\beta} = 3,99$; $p < 0,05$) sont, par ordre d'importance, des facteurs associés à une plus grande probabilité de désirer une silhouette plus mince à 18 ans.

Les facteurs associés au désir d'une silhouette plus forte

Le tableau 4.4 illustre également qu'une seule des variables mesurées à 14 ans a la capacité de prédire le désir chez les garçons d'une silhouette plus forte à 18 ans. De fait, avoir une perception positive de leur état de santé à 14 ans diminue les risques de souhaiter être plus corpulent à 18 ans ($e^{\beta} = 0,23$; $p < 0,05$). D'autre part, le modèle basé sur la série de mesures prises à 18 ans a permis d'identifier deux variables associées au désir d'une silhouette plus forte à 18 ans. Plus particulièrement, vivre une plus grande insatisfaction à l'égard de son apparence ($e^{\beta} = 7,73$; $p < 0,01$) et avoir fait l'expérience d'une relation sexuelle complète ($e^{\beta} = 3,47$; $p < 0,05$) sont, par ordre d'importance, des facteurs associés à un risque accru de désirer une silhouette plus forte à 18 ans.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABEAU 4.4
Facteurs associés^a à l'insatisfaction de sa silhouette chez les garçons à 18 ans

Variables indépendantes retenues ^b	Désire une silhouette plus mince ^c		Désire une silhouette plus forte ^c	
	e ^β	I.C. (95%)	e ^β	I.C. (95%)
Mesures prises à 14 ans				
Constante	4,850		0,121	
1 A déjà tenté sérieusement de perdre ou de contrôler son poids (0,1)	4,271*	1,19-15,28	0,185	0,19-1,80
2 Soutien affectif maternel faible	0,855	0,70-1,05	1,074	0,89-1,30
3 Perception positive de son état de santé (0,1)	0,529	0,15-1,92	0,231*	0,06-0,88
4 Estime de soi académique	0,676	0,25-1,80	3,088	0,98-9,77
n = 94 ^d ; $\chi^2 = 25,479^{**}$ (dl = 8); R ² _{Nagelkerke} = 0,268				
Mesures prises à 18 ans				
Constante	0,052**		0,087**	
1 Insatisfaction à l'égard de son apparence générale	9,433**	2,21-40,23	7,729**	2,04-29,23
2 Excès de poids selon les catégories d'IMC ^e (0,1)	6,667*	1,47-30,32	0,333	0,03-3,61
3 A déjà tenté sérieusement de perdre ou de contrôler son poids (0,1)	10,176*	1,52-68,19	0,633	0,04-9,35
4 A déjà eu une relation sexuelle (0,1)	3,987*	1,10-14,52	3,471*	1,05-11,50
5 Fréquence de l'activité physique	0,925	0,85-1,01	0,973	0,90-1,05
6 Fume la cigarette (0,1)	3,916	0,53-29,07	5,413	0,90-32,43
n = 107 ^f ; $\chi^2 = 71,539^{***}$ (dl = 12); R ² _{Nagelkerke} = 0,550				

^a Les facteurs associés sont identifiés à l'aide d'une analyse de régression logistique multinomiale. Ils sont présentés selon l'ordre d'importance de leur contribution dans le modèle multiple sur le désir d'une silhouette plus mince, tel qu'attesté par le seuil de significativité observé (p). Les catégories prédites par le modèle sont « Désirer une silhouette plus mince » (35,1 % des garçons inclus dans l'analyse) et « Désirer une silhouette plus forte » (27,7 %) par rapport à la catégorie de référence « Satisfaction de sa silhouette actuelle » (37,2 %).

^b Une première analyse pas-à-pas (procédure stepwise; p-entrée = 0,20; p-sortie = 0,25) comportant plus d'une vingtaine de facteurs relevés dans la littérature et mesurés dans notre enquête a permis de retenir ces variables pour les modèles présentés.

^c Le coefficient utilisé en régression logistique multinomiale pour quantifier l'association entre les facteurs retenus et la variable dépendante est le rapport de cotes (e^β). Lorsque le rapport de cotes et l'intervalle de confiance qui lui est associé sont supérieurs à 1, cela indique que la probabilité de désirer une silhouette plus mince (ou plus forte) s'accroît de façon significative en fonction de la variable en question. Inversement, lorsque le rapport de cotes et l'intervalle de confiance sont inférieurs à 1, la probabilité de désirer une silhouette plus mince (ou plus forte) diminue en fonction de la variable en question. Dans tous les autres cas, la variable n'a pas d'effet significatif sur ces probabilités.

^d 18 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

^e En raison du nombre insuffisant de garçons présentant un poids insuffisant selon l'IMC, ces derniers ont été amalgamés à la catégorie « Poids normal » pour former la catégorie de référence.

^f 5 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

4.2.3 *L'effet de l'insatisfaction de sa silhouette à 14 ans sur celle observée à 18 ans*

Des analyses de régression ont aussi été effectuées dans l'objectif d'évaluer dans quelle mesure les facteurs retenus pour prédire de manière prospective le désir d'une silhouette plus mince chez les filles à 18 ans demeurent significatifs lorsque l'on contrôle avec le désir d'une silhouette plus mince à l'âge de 14 ans. Ces analyses complémentaires ont révélé que cette dernière variable était retenue comme variable prédictive et améliorait l'ajustement du modèle, le R^2 de Nagelkerke passant de 0,204 à 0,273 (données non présentées; $p < 0,01$). Alors que l'insatisfaction de l'apparence générale à 14 ans demeure significativement associée au désir d'une silhouette plus mince à 18 ans, avoir tenté de perdre ou de contrôler son poids n'apparaît cependant plus comme facteur prédictif en présence de l'insatisfaction de sa silhouette à 14 ans.

Chez les garçons, l'ajout de l'insatisfaction de sa silhouette à 14 ans comme variable contrôle s'est également avéré significatif ($p < 0,001$) et prend d'ailleurs sur elle-même toute l'explication. En effet, l'ajustement du modèle s'est vu substantiellement amélioré, le R^2 de Nagelkerke passant de 0,268 à 0,522 (données non présentées), alors que l'insatisfaction de l'égard de sa silhouette à 14 ans est la seule variable du modèle. Ces résultats suggèrent que l'insatisfaction de sa silhouette à 18 ans est fortement déterminée par l'insatisfaction présente quatre ans auparavant, et ce, autant pour les garçons que pour les filles.

4.2.4 *Discussion sur les déterminants retenus*

L'insatisfaction de sa silhouette à 18 ans : le poids des apparences

De façon générale, le fait d'avoir choisi à 18 ans une silhouette plus mince pour son apparence souhaitée que pour son apparence actuelle est associé à des facteurs reflétant des comportements ou des problèmes liés au poids ou à l'apparence, que ceux-ci soient mesurés à 14 ou à 18 ans. Toutefois, soulignons d'emblée la contradiction apparente que l'on retrouve chez les filles de la cohorte quant au facteur « tentative de perdre ou de contrôler son poids » mesuré à 14 et à 18 ans. Alors que celles ayant tenté de perdre ou de contrôler leur poids à 18 ans voyaient, comme on pouvait s'y attendre, augmenter leur risque de souhaiter être plus mince, avoir tenté de perdre ou de contrôler son poids à 14 ans diminue ce même risque. Peut-on supposer qu'elles ont réussi à atteindre leur objectif de 14 à 18 ans ou encore qu'elles sont passées à autre chose une fois atteint l'âge de 18 ans? Chez les garçons, avoir tenté de perdre du poids à 14 ans et à 18 ans augmente la probabilité de désirer une silhouette plus mince à 18



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

ans. Les actions de modification de poids entreprises constituaient d'ailleurs un facteur associé à l'insatisfaction de son image corporelle dans l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* (Ledoux *et al.*, 2002).

Aussi les modèles retenus chez les filles démontrent que le désir d'une silhouette plus mince à 18 ans est associé, aussi bien à 14 qu'à 18 ans, à une plus grande insatisfaction à l'égard de son apparence générale. Chez les garçons, l'insatisfaction de son apparence n'était significative qu'à 18 ans, et ce, autant pour le désir d'une silhouette plus mince que plus forte.

L'effet d'être sexuellement actif

L'image corporelle, composante de l'image de soi, joue nécessairement un rôle dans la sexualité. Lors d'une toute première activité sexuelle, l'intimité physique expose le corps de chacun des partenaires aux yeux de l'autre comme jamais auparavant et, corollairement, à son jugement (Gillen *et al.*, 2006). Les études portant sur l'image corporelle et l'expérience sexuelle suggèrent que les femmes adultes qui vivent une plus grande insatisfaction vis-à-vis de leur silhouette rapportent peu ou pas du tout d'expériences sexuelles (Faith et Schare, 1993 ; Ackard *et al.*, 2000), une relation qui n'a pas été confirmée chez les jeunes femmes âgées de 18 à 21 ans (Wiederman et Hurst, 1998) et chez les filles de notre cohorte. Une étude de Gillen et ses collaborateurs (2006) effectuée auprès de 434 étudiants âgés de 17 à 19 ans a, quant à elle, observé, d'une part, que les filles qui évaluaient leur apparence de façon positive présentaient moins souvent des comportements sexuels à risque et, d'autre part, que les garçons qui évaluaient leur apparence de façon positive présentaient plus souvent des comportements sexuels à risque. Dans la présente étude, les garçons insatisfaits de leur silhouette, ayant soit manifesté le désir d'une silhouette plus mince ou plus forte à 18 ans, ont plus souvent rapporté avoir vécu une première expérience sexuelle. À notre connaissance, ce dernier résultat n'a pas d'équivalent dans la littérature. Serait-ce que les garçons qui sont insatisfaits de leur silhouette recherchent, encore plus que les autres, la valorisation ou la prise de confiance qui suit souvent la première relation sexuelle? Ou serait-ce plutôt que le fait d'avoir une vie sexuelle active provoque un questionnement à l'égard de son apparence corporelle? La connaissance des circonstances ayant entouré la première relation sexuelle, notamment sur l'identité du partenaire et la prise de risque, serait nécessaire pour mieux comprendre la relation entre l'insatisfaction de sa silhouette et l'activité sexuelle chez les garçons.

La perception de son état de santé

Chez les garçons, avoir à 14 ans une perception positive de son état de santé diminue le risque de désirer une silhouette plus forte à 18 ans. Les garçons percevant positivement leur état de santé avaient peut-être déjà une silhouette qui répondait davantage à leurs attentes ou tout simplement que le fait de se percevoir en bonne santé facilite prospectivement l'acceptation de son corps. Ledoux et ses collaborateurs (2002) avaient aussi fait ressortir dans l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et adolescents 1999* que les garçons et les filles de 13 ans et de 16 ans qui avaient une perception positive de leur état de santé étaient davantage satisfaits de leur image corporelle.

4.3 L'insatisfaction de son apparence générale à 18 ans

Au chapitre 3, nous avons présenté l'évolution de l'insatisfaction de son apparence générale de 14 à 18 ans chez les jeunes de notre cohorte. Nos résultats ont démontré que même si les filles sont significativement plus insatisfaites de leur apparence que les garçons à 14, 16 et 18 ans, la courbe d'insatisfaction suit la même tendance pour les deux sexes soit une légère diminution de l'insatisfaction au cours de cette période. Des analyses de régression linéaire multiple ont ici été réalisées pour chaque sexe afin d'identifier les facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence à 18 ans. Rappelons qu'une valeur positive observée aux coefficients estimés par ces modèles (β) indique une relation linéaire positive entre le facteur et l'objet d'étude et, inversement, un coefficient négatif indique une relation linéaire négative.

4.3.1 Les facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence générale chez les filles

Le premier modèle, basé sur les mesures obtenues alors que les jeunes filles avaient 14 ans, indique que seules deux variables ont une capacité prédictive relativement au niveau d'insatisfaction que les filles éprouvent vis-à-vis de leur apparence 4 ans plus tard (tableau 4.5). Plus précisément, les variables mesurées à 14 ans qui prédisent une plus grande insatisfaction de son apparence à 18 ans sont, par ordre d'importance, le désir d'une silhouette plus mince ($\beta = 0,43$; $p < 0,001$) et la présence d'un plus grand nombre de personnes émettant des commentaires négatifs sur leur poids ($\beta = 0,16$; $p < 0,01$).



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABLEAU 4.5

Facteurs associés^a à l'insatisfaction de son apparence générale chez les filles à 18 ans

Variables indépendantes retenues ^b		β	Erreur-type
Mesures prises à 14 ans			
Constante		1,157**	0,332
1	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette ^c		
	Désire une silhouette plus mince (0,1)	0,425***	0,095
	Désire une silhouette plus forte (0,1)	0,157	0,128
2	Nombre de personnes émettant des commentaires négatifs sur son poids ^d	0,164**	0,055
3	Scolarité de la mère ^e		
	Diplôme d'études secondaires (0,1)	0,196	0,108
	Diplôme d'études post secondaires (0,1)	-0,001	0,107
4	Estime de soi	-0,014	0,009
5	Habite une municipalité rurale (0,1)	0,144	0,095
6	Compétences interpersonnelles	-0,107	0,082
n = 215 ^f ; F = 10,795*** (dl = 8); R ² _{ajusté} = 0,268			
Mesures prises à 18 ans			
Constante		2,735***	0,316
1	Estime de soi	-0,062***	0,007
2	Catégorie d'IMC ^g		
	Poids insuffisant (0,1)	-0,243*	0,103
	Excès de poids (0,1)	0,379***	0,090
3	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette ^c		
	Désire une silhouette plus mince (0,1)	0,292**	0,084
	Désire une silhouette plus forte (0,1)	0,342*	0,160
4	Fréquence de consommation de marijuana ou de hashisch	0,192*	0,093
5	A déjà sérieusement tenté de perdre ou de contrôler son poids (0,1)	0,109	0,071
6	Scolarité de la mère ^e		
	Diplôme d'études secondaires (0,1)	0,126	0,091
	Diplôme d'études postsecondaires (0,1)	0,000	0,088
7	Détresse psychologique	-0,003	0,002
n = 219 ^h ; F = 18,196*** (dl = 10); R ² _{ajusté} = 0,441			

^a Les facteurs associés sont identifiés à l'aide d'une analyse de régression linéaire multiple. Ils sont présentés selon l'ordre d'importance de leur contribution dans le modèle multiple tel qu'attesté par le seuil de significativité observé (p).

^b Une première analyse pas-à-pas (procédure stepwise; p-entrée = 0,20; p-sortie = 0,25) comportant plus d'une vingtaine de facteurs relevés dans la littérature et mesurés dans notre enquête a permis de retenir ces variables pour les modèles présentés.

^c La catégorie de référence est « Satisfaction de sa silhouette ».

^d Cette mesure n'a été prise qu'au cycle 1 d'enquête et n'a pu, par conséquent, être incluse dans le deuxième modèle (mesures prises à 18 ans).

^e La catégorie de référence est « Mère sans diplôme d'études secondaires ».

^f 10 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

^g La catégorie de référence est « Poids normal ».

^h 6 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

Le deuxième modèle, constitué à partir des mesures prises à 18 ans, comporte pour sa part six variables qui sont associées à l'insatisfaction de son apparence à 18 ans. Plus particulièrement, les variables qui témoignent, chez les jeunes filles, d'un niveau plus élevé d'insatisfaction de son apparence sont, par ordre d'importance, un niveau plus faible d'estime de soi globale ($\beta = -0,06$; $p < 0,001$), présenter un excès de poids selon l'IMC ($\beta = 0,38$; $p < 0,001$), le désir d'une silhouette plus mince ($\beta = 0,29$; $p < 0,01$), ou plus forte ($\beta = 0,34$; $p < 0,05$) et une fréquence plus élevée de consommation de marijuana ou de haschisch ($\beta = 0,19$; $p < 0,05$). À l'inverse, présenter un poids insuffisant selon l'IMC est associé à une moins grande insatisfaction à l'égard de son apparence générale ($\beta = -0,24$; $p < 0,05$). Ainsi, ces modèles suggèrent que l'insatisfaction que les jeunes filles peuvent éprouver à 18 ans à l'égard de leur apparence est prioritairement liée à des considérations mettant en jeu leur silhouette et leur poids, et ce, aussi bien à 14 qu'à 18 ans.

4.3.2 Les facteurs associés à l'insatisfaction de son apparence générale chez les garçons

Dans un premier temps, le modèle basé sur les mesures prises à 14 ans a identifié trois variables comme pouvant prédire le niveau d'insatisfaction de son apparence à 18 ans (tableau 4.6). De manière plus spécifique, les variables mesurées à 14 ans qui prédisent un niveau plus élevé d'insatisfaction à l'égard de son apparence sont, par ordre d'importance, le désir d'une silhouette plus mince ($\beta = 0,48$; $p < 0,001$) ou plus forte ($\beta = 0,45$; $p < 0,01$), un nombre de séances moindre d'activité physique ($\beta = -0,02$; $p < 0,01$) et la perception de ne pas être en très bonne ou en excellente santé ($\beta = -0,30$; $p < 0,05$).

Le deuxième modèle, reposant sur les mesures prises à 18 ans, a révélé que quatre variables étaient associées à un niveau plus élevé d'insatisfaction de son apparence à 18 ans. Par ordre d'importance, il s'agit pour les garçons de présenter un niveau plus faible d'estime de soi globale ($\beta = -0,05$; $p < 0,001$), de désirer une silhouette plus forte ($\beta = 0,30$; $p < 0,01$) ou plus mince ($\beta = 0,27$; $p < 0,05$), d'avoir une mère détenant un diplôme d'études postsecondaires ($\beta = 0,36$; $p < 0,01$) et de ne pas fumer la cigarette ($\beta = -0,30$; $p < 0,05$). En somme, ces modèles retenus chez les garçons dénotent que le désir d'une silhouette plus mince ou plus corpulente est associé à un niveau plus élevé d'insatisfaction de son apparence à 18 ans, que ce désir soit présent à 14 ou à 18 ans. Rappelons que le désir d'une silhouette plus mince chez les filles, formulé à 14 ou à 18 ans, était également associé à un niveau plus élevé d'insatisfaction de son apparence à 18 ans. Soulignons également la présence, chez les garçons de 14 ans, de facteurs liés à la santé qui influent sur le niveau d'insatisfaction qu'ils auront vis-à-vis de leur apparence à 18 ans.



ENQUÊTE LONGITUDINALE

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

TABEAU 4.6
Facteurs associés^a à l'insatisfaction de son apparence générale chez les garçons à 18 ans

Variables indépendantes retenues ^b		β	Erreur-type
Mesures prises à 14 ans			
Constante		1,198***	0,293
1	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette ^c		
	Désire une silhouette plus mince (0,1)	0,478***	0,120
	Désire une silhouette plus forte (0,1)	0,450**	0,132
2	Fréquence de l'activité physique	-0,020**	0,007
3	Perception positive de son état de santé (0,1)	-0,298*	0,119
4	Fume la cigarette (0,1)	-0,457	0,236
5	Sensibilité à l'influence des amis	-0,128	0,075
6	Scolarité de la mère ^d		
	Diplôme d'études secondaires (0,1)	-0,020	0,145
	Diplôme d'études postsecondaires (0,1)	0,166	0,142
7	Nombre de personnes émettant des commentaires négatifs sur son poids ^e	0,074	0,066
n = 99 ^f ; F = 5,060*** (dl = 9); R ² _{ajusté} = 0,272			
Mesures prises à 18 ans			
Constante		2,307***	0,331
1	Estime de soi	-0,046***	0,009
2	Insatisfaction à l'égard de sa silhouette ^c		
	Désire une silhouette plus mince (0,1)	0,274*	0,111
	Désire une silhouette plus forte (0,1)	0,303**	0,109
3	Scolarité de la mère ^d		
	Diplôme d'études secondaires (0,1)	0,185	0,126
	Diplôme d'études postsecondaires (0,1)	0,364**	0,131
4	Fume la cigarette (0,1)	-0,304*	0,123
5	Perception positive de son état de santé (0,1)	-0,214	0,108
6	Catégorie de l'IMC ^g		
	Poids insuffisant (0,1)	0,385	0,196
	Excès de poids (0,1)	0,198	0,115
7	Soutien affectif maternel faible	-0,020	0,013
8	Fréquence des activités artistiques	-0,012	0,008
9	Fréquence de consommation de marijuana ou de haschisch	0,149	0,108
n = 104 ^h ; F = 6,963*** (dl = 12); R ² _{ajusté} = 0,410			

^a Les facteurs associés sont identifiés à l'aide d'une analyse de régression linéaire multiple. Ils sont présentés selon l'ordre d'importance de leur contribution dans le modèle multiple tel qu'attesté par le seuil de significativité observé (p).

^b Une première analyse pas-à-pas (procédure stepwise; p-entrée = 0,20; p-sortie = 0,25) comportant plus d'une vingtaine de facteurs relevés dans la littérature et mesurés dans notre enquête a permis de retenir ces variables pour les modèles présentés.

^c La catégorie de référence est « Satisfait de sa silhouette ».

^d La catégorie de référence est « Mère sans diplôme d'études secondaires ».

^e Cette mesure n'a été prise qu'au cycle 1 d'enquête et n'a pu, par conséquent, être incluse dans le deuxième modèle (mesures prises à 18 ans).

^f 13 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

^g La catégorie de référence est « Poids normal ».

^h 8 cas n'ont pu être considérés en raison de valeurs manquantes.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

Une fois de plus, le deuxième modèle s'avère plus performant que le premier pour expliquer le niveau d'insatisfaction de son apparence à 18 ans, autant chez les filles que chez les garçons. Les résultats des modèles basés sur les mesures prises à 14 et à 18 ans démontrent, en toute logique, que l'insatisfaction à l'égard de leur apparence vécue par les jeunes à 18 ans prend naissance ou est associée à des difficultés liées à leur silhouette ou leur poids, que celles-ci soient perçues ou réelles. D'une manière globale, le deuxième modèle réalisé chez les filles et les garçons inclut une constellation plus riche de facteurs associés, notamment l'estime de soi globale.

4.3.3 *Insatisfaites un jour, insatisfaites toujours?*

Afin de vérifier dans quelle mesure les facteurs retenus pour prédire de manière prospective le niveau d'insatisfaction de son apparence à 18 ans demeurent significatifs lorsque l'on contrôle avec le niveau initial d'insatisfaction de son apparence, des analyses de régression ajoutant simultanément l'insatisfaction de son apparence à 14 ans comme variable contrôle aux variables du premier modèle ont été réalisées pour les filles et les garçons. Ces analyses complémentaires ont révélé que l'insatisfaction de son apparence à 14 ans n'est retenue comme variable prédictive que chez les filles, améliorant la variance expliquée du niveau d'insatisfaction de son apparence à 18 ans de 26,8 % à 35,6 % (données non présentées; $p < 0,001$) et que les associations préalablement rapportées sont intégralement maintenues en présence de cette dernière variable. Ces résultats suggèrent que les efforts de prévention visant à augmenter chez les filles la satisfaction à l'égard de leur apparence devraient être effectués avant l'âge de 14 ans puisque l'insatisfaction qu'elles peuvent ressentir à 14 ans a déjà un impact sur l'insatisfaction qu'elles manifesteront à 18 ans. Chez les garçons, il semble plutôt que l'insatisfaction à l'égard de son apparence ne soit pas encore stable à 14 ans.

4.3.4 *Discussion sur les déterminants retenus*

Quel rôle joue l'indice de masse corporelle?

Plusieurs études ont établi que l'IMC était un puissant prédicteur de l'augmentation de l'insatisfaction de son apparence pendant l'adolescence (Halpern *et al.*, 1999; Field *et al.*, 2001; McCabe et Ricciardelli, 2003; Paxton *et al.*, 2006a et 2006b). Malheureusement, il n'était possible de vérifier ce résultat dans la présente cohorte puisque l'IMC ne fut évalué qu'à 18 ans. À cet âge, on peut cependant constater qu'un poids insuffisant ou qu'un excès de poids selon l'IMC



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

n'est associé à l'insatisfaction de son apparence que chez les filles, un poids insuffisant diminuant l'insatisfaction moyenne et, un excès de poids, l'augmentant. Bref, chez les filles, le poids qu'elles présentent prend beaucoup d'importance au regard de l'insatisfaction de leur apparence générale s'agissant du deuxième facteur en importance.

L'importance de l'environnement familial

Dans l'étude de Paxton et de ses collaborateurs (2006b), un statut socioéconomique plus faible prédisait chez les garçons au début de l'adolescence (âge moyen 12,8 ans) une plus grande insatisfaction à l'égard de leur apparence 5 ans plus tard. En effet, le fait qu'un statut socioéconomique plus faible soit associé à un niveau plus faible d'estime de soi (Twenge et Campbell, 2002) peut avoir une influence sur la façon dont un adolescent perçoit son corps (Paxton *et al.*, 2006a et 2006b). Dans notre étude, les garçons comme les filles qui éprouvaient à 18 ans une insatisfaction à l'égard de leur apparence présentaient de façon concomitante une plus faible d'estime de soi, un résultat conforme aux études antérieures (Ledoux *et al.*, 2002 ; Pastore *et al.*, 2002 ; Levine et Smolak, 2002). Or, chez les garçons de la cohorte, l'insatisfaction de son apparence à 18 ans était plus importante lorsque la mère détenait un diplôme d'études postsecondaires. Ce dernier résultat semble contredire l'observation de Paxton et de ses collaborateurs (2006b) puisque la scolarité de la mère est souvent considérée comme une variable proxy du statut socioéconomique. Pourrait-on suggérer que les mères plus scolarisées seraient plus exigeantes à l'égard de l'apparence de leur fils? Ou encore, provenir d'un milieu socioéconomique plus aisé entraînerait de plus fortes attentes quant à l'apparence générale chez les garçons?

Field et ses collègues (2001) ont par ailleurs observé que les préadolescentes et les adolescentes développaient plus souvent des préoccupations à l'égard de leur poids lorsque la minceur était importante pour leurs parents. Aussi, des études transversales ont établi qu'il existait un lien entre les encouragements des parents incitant leurs enfants au régime et l'IMC de ces derniers (Wertheim *et al.*, 1999 ; 2002). Dans une perspective développementale, on pourrait légitimement s'attendre à ce que l'influence des parents soit plus importante lorsque les enfants sont plus jeunes et à ce que les facteurs extérieurs à la famille aient plus d'impact à l'adolescence (Paxton *et al.*, 2006b). Nos résultats démontrent que les commentaires négatifs sur leur poids émis dans l'entourage des filles lorsqu'elles ont 14 ans ont un impact négatif sur le niveau de satisfaction qu'elles auront vis-à-vis de leur apparence à 18 ans. Les adolescentes semblent démontrer une grande sensibilité à ce qui se dit dans leur environnement sur leur poids.

***Le soutien des amis n'influe pas sur la perception de son apparence***

Autant la perception du soutien des amis était centrale relativement au niveau d'estime de soi des jeunes, autant cette variable ne semble pas avoir d'impact lorsqu'il s'agit de prédire l'insatisfaction des jeunes à l'égard de leur silhouette ou de leur apparence. D'ailleurs, Field et ses collaborateurs (2001) avaient souligné que l'influence des pairs est négligeable quant au développement des préoccupations à l'égard du poids chez les préadolescents et les adolescents. Si l'on conçoit aisément que l'émulation et la participation collective peuvent influencer de façon positive le niveau d'estime de soi d'un jeune, il est moins aisé d'imaginer le mécanisme par lequel le soutien des pairs peut agir sur l'insatisfaction d'un jeune à l'égard de sa silhouette, que celle-ci puisse sembler justifiée ou induite, ou l'évaluation qu'il fait de son apparence physique ou de son corps.

L'estime de soi globale : associée à 18 ans mais non prédictive à 14 ans

Dans les sociétés occidentales, le poids corporel, le tonus musculaire et la minceur sont le plus souvent conçus comme étant sous le contrôle de l'individu. Dans cet ordre d'idées, on peut penser qu'un adolescent qui est insatisfait de son image corporelle est susceptible de vivre cette situation comme étant le fruit de son incompétence personnelle. De telles opinions négatives sont à même d'augmenter à long terme le risque de présenter un niveau faible d'estime de soi (Paxton *et al.*, 2006a). L'estime de soi est considérée comme étant un important déterminant de l'insatisfaction de son apparence et des stratégies pour perdre du poids chez les adolescents (Ricciardelli et McCabe, 2001b).

Paxton et ses collaborateurs (2006a) ont proposé l'existence d'une relation spirale entre l'estime de soi et l'insatisfaction de l'apparence. D'une part, l'insatisfaction à l'égard de son apparence participerait à produire un niveau faible d'estime de soi (qui à son tour pourrait contribuer à augmenter l'insatisfaction à l'égard de son image corporelle) et, d'autre part, l'estime de soi constituerait un facteur de risque prospectif de l'insatisfaction vis-à-vis de son image corporelle au cours de l'adolescence. Cependant, ils précisent qu'il est possible que la nature de la relation entre l'insatisfaction et l'affect négatif aille dans une direction chez certains adolescents, et dans la direction inverse pour d'autres (Paxton *et al.*, 2006a et 2006b). Nos données ne semblent pas suivre ce type de relation spirale, elles semblent davantage corroborer les résultats de Tiggemann (2005) où l'insatisfaction de son image corporelle au premier temps de mesure prédit



ENQUÊTE LONGITUDINALE AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

le niveau d'estime de soi au deuxième temps de mesure, mais non l'inverse. En effet, l'insatisfaction à l'égard de son apparence générale à 18 ans s'est avérée être fortement associée à un niveau plus faible d'estime de soi à 18 ans aussi bien chez les garçons que chez les filles de notre cohorte, mais le niveau d'estime de soi observé à 14 ans n'influence pas l'insatisfaction de son image corporelle (silhouette et apparence générale) à 18 ans, ce qui invaliderait l'hypothèse selon laquelle une estime de soi élevée est un gage de satisfaction de son image corporelle.

Les habitudes de vie

La relation entre une perception négative de son apparence et la présence de comportements à risque chez un individu est depuis longtemps reconnue (Orbach, 1996). Plus particulièrement, une évaluation plus négative a été associée à la consommation de cigarettes, d'alcool et aux pensées et comportements suicidaires (Granner *et al.*, 2002 ; Wild *et al.*, 2004). Conformément à ces résultats, les filles de notre cohorte insatisfaites de leur apparence à 18 ans consommaient plus souvent de la marijuana ou du hashisch. Par contre, chez les garçons, on observe un résultat inattendu. En effet, les fumeurs ont un niveau d'insatisfaction de leur apparence moindre que les non-fumeurs. D'aucuns pourraient soulever l'hypothèse que de fumer la cigarette fait encore partie du look que l'on souhaite afficher.

Tout comme Holsen et ses collaborateurs (2001), nous ne rapportons toutefois aucun lien entre les symptômes dépressifs et l'insatisfaction de l'image corporelle à 18 ans. Par ailleurs, dans une méta-analyse, Hausenblas et Fallon (2006) ont pu dégager que l'activité physique était associée à une amélioration de l'image corporelle. Dans la présente étude, un plus grand nombre de séances d'activité physique à 14 ans s'est avéré pouvoir prédire chez les garçons une plus grande satisfaction vis-à-vis de son apparence à 18 ans, mais non chez les filles. De plus, chez les garçons, avoir une perception positive de son état de santé à 14 ans est associée à une moindre insatisfaction de son apparence générale à 18 ans. Résultat semblable à ceux de Ledoux et ses collaborateurs (2002) dans l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents, 1999* où la proportion de garçons et de filles satisfaits de leur image est supérieure lorsque la perception de leur état de santé est meilleure.

Conclusion générale

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

Dans le présent rapport, l'analyse a porté sur l'estime de soi ainsi que sur l'insatisfaction de sa silhouette et l'insatisfaction de son apparence en lien avec plusieurs autres caractéristiques. De façon à améliorer les stratégies de prévention, cet ouvrage a plus spécifiquement tenté de mieux comprendre le développement de l'estime de soi et de l'image corporelle chez les adolescents, considérés comme acteurs engagés dans des trajectoires plurielles.

L'estime de soi est notre capacité de reconnaître notre propre valeur. Elle repose sur l'image que nous avons de nous-mêmes, image résultant de la confrontation entre nos attentes et les rôles que nous estimons jouer dans une situation précise. En théorie, un individu avec un niveau élevé d'estime de soi est plus à même de choisir en fonction de ses goûts, besoins, désirs et limites du moment, bref de s'affirmer. Un niveau élevé d'estime de soi favorise ainsi un choix de comportements qui entraîneront de meilleures conséquences lors de situations difficiles (Dessaint, 1997; Centre d'orientation et de consultation psychologique, 2008). Pour toutes ces raisons, le développement d'une bonne estime de soi compte parmi les aspects les plus importants du développement sociocognitif des adolescents (Berk, 2000). L'estime de soi constitue d'ailleurs un facteur de protection auquel ont fréquemment recours les programmes québécois de prévention et de promotion en santé mentale (Breton *et al.*, 2002), notamment parce qu'elle est associée à la dépression et aux idéations suicidaires (Ayotte, 1996; Breton *et al.*, 2002; Harter, 1993).

Il est plus que jamais nécessaire de travailler au développement de l'estime de soi pendant l'enfance et au début de l'adolescence puisque l'on retrouve déjà à l'âge de 14 ans plusieurs déterminants prédictifs du niveau d'estime de soi globale à 18 ans chez les filles, mais aussi chez les garçons. L'adolescence constituerait pour les filles la période la plus décisive, au regard notamment du début de la puberté, des changements corporels et de l'affinement de la capacité à porter un regard critique sur elles-mêmes (Holsen *et al.*, 2001). Si la puberté fait en sorte d'éloigner les filles de la minceur comme idéal de beauté, précipitant ainsi l'insatisfaction vis-à-vis de leur corps (Stice et Bearman, 2001), les garçons ne sont pas en reste car ils subissent eux aussi une pression grandissante pour se conformer à un idéal corporel mince et musclé qui serait irréaliste (Cafri *et al.*, 2005). De fait, les filles et les garçons présentant un niveau faible d'estime de soi à 18 ans étaient plus nombreux à avoir rapporté, à 14 ans, des commentaires négatifs sur leur poids (chez les filles) ou des régimes dans leur entourage (chez les garçons), ce qui laisse

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

supposer la présence chez ceux ayant une plus faible estime de soi d'une sensibilité particulière aux questionnements liés au poids dès le début de la puberté. Nos données soutiennent aussi la position selon laquelle la perception de son poids contribuerait davantage au niveau d'estime de soi que le poids réel (Miller et Downey, 1999; Tiggemann, 2005). En effet, l'insatisfaction à l'égard de son apparence est associée, contrairement à l'IMC, à l'estime de soi globale à 18 ans.

L'estime de soi des filles et des garçons était tout aussi fortement associée à la perception du soutien des pairs et des compétences interpersonnelles. À cet égard, les résultats de l'*Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois 1999* ont suggéré l'hypothèse qu'un nombre élevé de sources de soutien pourraient agir comme des facteurs de protection de l'estime de soi et que les interventions dans ce domaine devaient dès lors viser autant les compétences de l'adolescent que l'environnement familial et social (Breton *et al.*, 2002).

Pour Breton et ses collaborateurs (2002), les changements biologiques, psychologiques et sociaux liés à l'adolescence se produisent à la fois plus rapidement et plus intensément chez les filles que chez les garçons. En outre, les adolescentes seraient plus proches de leur monde intérieur que les garçons (Offer et Boxer, 1991). Les résultats du présent rapport semblent appuyer ces propositions puisque les facteurs qui peuvent, dès l'âge de 14 ans, prospectivement prédire le niveau d'estime de soi à 18 ans sont plus nombreux et variés chez les filles que chez les garçons, de même qu'ils témoignent davantage du monde intérieur chez ces dernières. Par ailleurs, nos résultats suggèrent, à la manière de DuBois et Tevendale (1999) et Dubois et Hirsh (2000), que les implications possibles du niveau d'estime de soi sur les capacités d'adaptation sont complexes et différenciées dès le début de l'adolescence, allant de hautement bénéfiques à possiblement négatives. Par exemple, un niveau élevé d'estime de soi à 18 ans est associé à une plus grande satisfaction vis-à-vis de son apparence ce qui est bénéfique, mais un niveau élevé d'estime de soi est aussi lié à une initiation sexuelle plus précoce chez les filles entraînant une exposition plus longue aux risques inhérents à l'activité sexuelle (grossesse non planifiée, risque plus élevé de contracter une infection transmise sexuellement, etc.).

Conformément aux résultats de l'étude de Seidah et collaborateurs (2004), les perceptions de son apparence physique et de ses compétences dans le domaine scolaire se sont avérées être

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE



fortement reliées à l'estime de soi globale, pour les filles comme pour les garçons. Rappelons par ailleurs que le niveau d'estime de soi des filles de notre cohorte était plus faible que celui des garçons à 14 ans alors que les écarts s'amenuisent à 16 et 18 ans. Cette légère différenciation en faveur des garçons est conforme à plusieurs études sur le sujet (Kling *et al.*, 1999; Wilgenbusch *et al.*, 1999; Breton *et al.*, 2002).

D'un autre côté, l'insatisfaction de son image corporelle aussi bien à l'égard de sa silhouette que de son apparence générale demeure très élevée tout au long de l'adolescence. Il s'agit pour les jeunes de notre cohorte d'une préoccupation qui nous apparaît majeure. La présence de préoccupations à l'égard du poids est devenue tellement fréquente qu'elle a même déjà été qualifiée de « mécontentement normatif » (*a normative discontent*) (Rodin *et al.*, 1984). Nos données suggèrent toutefois que le développement du corps relié à la puberté est vécu de manière plus négative par les filles que par les garçons. En effet, les filles de la cohorte démontrent une plus grande insatisfaction à l'égard de leur silhouette et de leur apparence générale comparativement aux garçons tout au long de la période observée. Elles aspirent davantage à une silhouette plus mince et sont proportionnellement plus nombreuses à avoir tenté de perdre ou de contrôler leur poids. Le recours à des moyens d'amaigrissement nuisibles à la santé ou à des techniques pour modifier leur apparence (chirurgie esthétique, épilation et maquillage permanent) est attrayant dans une plus forte mesure pour ces dernières. Tous ces résultats confirment chez les filles une beaucoup plus grande préoccupation pour leur image.

Le développement d'une image corporelle saine se fait nécessairement avec le concours des parents, qui auraient un pouvoir de prévention au regard des facteurs de socialisation culturelle, de l'apprentissage social et des expériences interpersonnelles de leurs enfants. Entre autres choses, l'enseignement du respect d'autrui dans la famille et la non-tolérance des railleries portant sur l'apparence physique compteraient au nombre des moyens de prévenir le développement d'une image corporelle négative (Gagnier, 2006). À ce chapitre, le nombre de commentaires négatifs reçus par les filles de la cohorte au sujet de leur poids est un facteur qui s'est également révélé prédire une plus grande insatisfaction de leur apparence générale à 18 ans.

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

De surcroît, il est primordial que les jeunes apprennent à développer leur sens critique sur les standards de beauté proposés par les médias. Dans son récent avis intitulé « Le sexe dans les médias : obstacle aux rapports égaux », le Conseil du statut de la femme (2008) soulignait qu'il est impossible de conclure que les jeunes sont complètement imperméables aux images qu'ils voient à répétition, en provenance de plusieurs sources pendant des années : « Si tel était le cas, toutes les campagnes publicitaires seraient vaines, ce qui est loin d'être vrai » (Conseil du statut de la femme, 2008). Le rapport démontre en effet que les médias fréquentés par les jeunes proposent de plus en plus de sexualité et que la représentation qui en est faite s'appuie toujours sur une vision stéréotypée des rapports entre les sexes. D'ailleurs, l'une des recommandations porte sur le resserrement des règles d'application des normes en matière de stéréotypes sexuels dont se sont dotés les diffuseurs et l'industrie de la publicité.

Dans un autre ordre d'idées, les plus récentes études de Statistique Canada nous laissent croire que la santé des jeunes est aujourd'hui plus menacée que jamais. D'abord, les taux combinés d'embonpoint et d'obésité ont plus que doublé au cours des 25 dernières années chez les jeunes de 12 à 17 ans (Shields, 2006). La probabilité d'avoir de l'embonpoint ou d'être obèse augmente tandis que la fréquence de l'activité physique diminue au profit d'une augmentation du temps passé devant un écran (télévision, vidéo, ordinateur). À ce propos, nos résultats démontrent qu'un excès de poids, une fréquence moindre d'activité physique et une perception plutôt négative de son état de santé sont tous des facteurs associés à l'insatisfaction de son image corporelle chez les garçons. Une autre étude de Statistique Canada révélait plus tôt cette année qu'une plus faible proportion d'enfants canadiens ont participé à des sports organisés en 2005 qu'en 1992, le déclin étant plus prononcé chez les garçons (Clark, 2008).

Bien que la présente enquête ait établi des liens entre, d'une part, un niveau faible d'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle et, d'autre part, le poids, l'activité physique et le niveau de scolarité de la mère, il faut reconnaître que plusieurs facteurs sociaux et conditions de vie tels la pauvreté, les mauvais traitements, les inégalités sociales et le racisme peuvent aussi contribuer à ces problèmes. Au regard de l'ajustement des adolescents, il est absolument primordial qu'ils aient une image positive des différentes facettes d'eux-mêmes, que ce soit dans des contextes relationnels tels la famille, l'école et le groupe de pairs ou dans des domaines liés à l'image corporelle. Or les parents sont souvent la pièce maîtresse dans la démarche concertée

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

qui doit être articulée autour des jeunes. Par exemple, les parents qui parviennent à déterminer quel poids et quelle silhouette est réaliste compte tenu de leur âge, de leur ossature et de leur patrimoine héréditaire sont susceptibles de devenir de bons modèles d'acceptation de soi pour leurs enfants (Gagnier, 2006). D'ailleurs, plusieurs organismes ont remis en question la notion selon laquelle le corps n'est acceptable que s'il est mince. Ces derniers encouragent donc les gens à accepter toute une gamme de poids-santé, de silhouettes et de tailles corporelles et les incitent à se concentrer davantage sur l'individualité de chacun, ses forces et ses capacités. Bref, ils entendent abattre l'idée voulant que le poids ou l'apparence physique détermine notre valeur en tant que personne. Entre autres, le *projet VITALITÉ*, l'initiative *CorpsSensé*, le projet *Bien dans sa tête, bien dans sa peau* et l'*Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique* contribuent au débat sur l'image corporelle et propose des pistes d'intervention. De façon plus large, des parents qui embrassent un mode de vie sain pour la santé et non pour l'apparence favoriseront chez leurs enfants une saine alimentation et la pratique régulière de l'activité physique sans nécessairement sacrifier leur enfant sur l'autel de la minceur vue comme idéal de beauté. Dans ce même ordre d'idées, la persévérance scolaire et l'obtention d'un diplôme qualifiant diminuent les risques pour la santé et favorisent le développement de l'esprit critique, essentiel pour remettre en question l'image corporelle idéale véhiculée par les médias et les industries de la mode, de l'amaigrissement et du tabac.

Nos résultats n'ont cependant pas démontré qu'un niveau élevé d'estime de soi à 14 ans était un facteur de protection contre l'insatisfaction ultérieure de son image corporelle. À l'inverse, les données suggèrent qu'une plus grande satisfaction de son apparence générale à 14 ans assure une meilleure estime de soi quatre ans plus tard. Le dernier résultat n'a toutefois été observé que chez les participants de sexe féminin, pour qui, l'image corporelle semble davantage préoccupante.

Bien que plusieurs caractéristiques aient été identifiées comme jouant un rôle dans le niveau d'estime de soi, l'insatisfaction de sa silhouette et l'insatisfaction de son apparence chez les filles et les garçons de 18 ans, d'autres facteurs qui n'ont pas été évalués auraient pu être pertinents. En effet, des facteurs sociologiques, biologiques et psychologiques, notamment le statut pubertaire, l'influence des médias et l'internalisation des idéaux socioculturels de beauté, pourraient constituer d'autres facteurs prédictifs à inclure dans de futures recherches.

E N Q U Ê T E L O N G I T U D I N A L E

AUPRÈS DES ÉLÈVES SAGUENÉENS ET JEANNOIS

ÉVOLUTION DE L'ESTIME DE SOI
ET DE L'INSATISFACTION DE SON IMAGE
CORPORELLE DE 14 À 18 ANS

RAPPORT DE
RECHERCHE

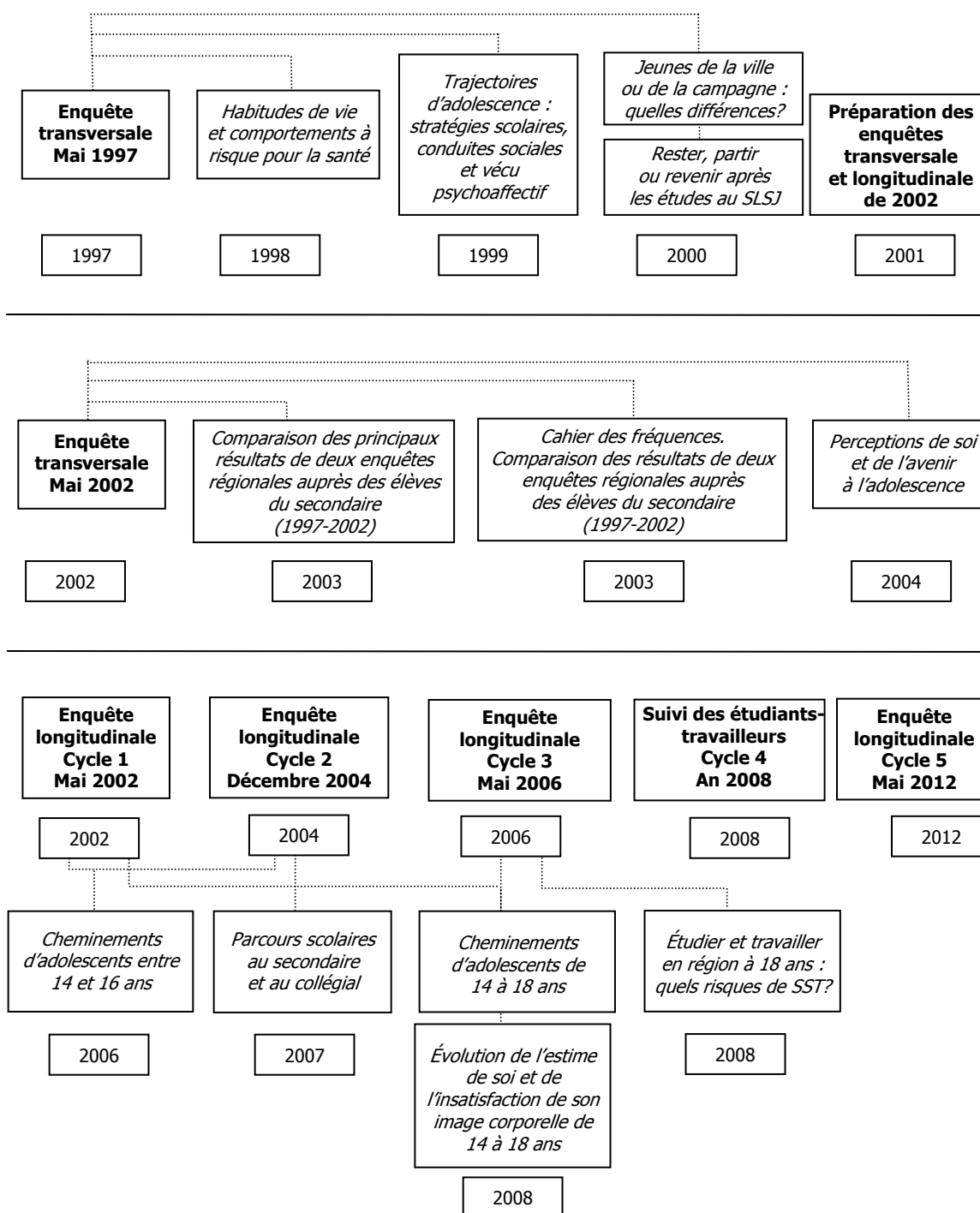
Néanmoins, la perspective longitudinale a permis d'étudier une cohorte d'étudiants sur une période de quatre années permettant d'évaluer à la fois le développement de l'estime de soi et de l'insatisfaction de l'image corporelle. Les présents résultats démontrent la présence d'insatisfaction corporelle chez nos adolescents ainsi que la présence d'une faible estime de soi chez certains d'entre eux. Des facteurs clés ont également été identifiés comme protecteurs, notamment le rôle des parents et mais aussi celui des pairs. Dès lors, il est important que de la prévention soit effectuée auprès des jeunes, non seulement à 14 ans, mais bien avant, puisque un faible niveau d'estime et une forte insatisfaction à l'égard de son image corporelle ont été identifiés à cet âge. Cette prévention doit avoir non seulement lieu dans les écoles, les médias mais aussi auprès des familles.

Annexe A

Schéma des enquêtes et des publications sur les habitudes de vie des jeunes du Saguenay–Lac-Saint-Jean

TABLEAU A.1

Schéma des enquêtes¹ et des publications sur les habitudes de vie des jeunes du Saguenay–Lac-Saint-Jean



¹ Depuis 1997, les enquêtes transversales et l'enquête longitudinale ont été financées grâce à une subvention conjointe du ministère de la Santé et des Services sociaux et de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux du Saguenay–Lac-Saint-Jean dans le cadre du *Programme de subventions en santé publique*. Le cycle 3 de l'enquête longitudinale réalisé en 2006 a aussi reçu l'appui financier du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport dans le cadre du *Programme d'aide à la recherche sur l'enseignement et l'apprentissage (PAREA)*, du Cégep de Jonquière et de l'Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST). Finalement, le cycle 4 portant sur le cumul études-travail ainsi que sur la santé et la sécurité du travail des étudiants-travailleurs a reçu l'appui financier de l'IRSST.

Annexe B

Dimensions et déterminants explorés dans les questionnaires d'enquête

TABLEAU B.1
Dimensions et déterminants explorés dans les questionnaires d'enquête

Caractéristiques personnelles		Milieus de vie	Habitudes de vie et comportements à risque
I Sociodémographiques :	V Conditions économiques :	XI Événements préoccupants :	
• sexe • âge	• sources de revenus • argent de poche • avoir manqué d'argent pour nourriture • insécurité alimentaire • autoévaluation des conditions économiques : soi et famille	• 3 échelles	
II Psychosociales :	VI Famille :	XII Consommation de tabac :	
• perception : heureux ou non • détresse psychologique • estime de soi globale • habiletés cognitives • gestion du temps • compétences interpersonnelles • satisfaction : réussite sociale • satisfaction : apparence physique • perception : santé physique • recours au piercing/chirurgie, etc.	• structure familiale • autonomie résidentielle • import./satisf. de la vie de famille • satisf. communication parents/ados • soutien affectif maternel/paternel • contrôle maternel/paternel abusif • supervision parentale • perception du soutien social • fréq. discussions parents/ados • profession mère/père • scolarité mère/père • étudiant de première génération • violence familiale • engagement des parents dans le suivi scolaire • opinions des parents : DES/études postsecondaires	• tabagisme à domicile • fumeur régulier ou occasionnel • avoir essayé d'arrêter de fumer • âge d'initiation	
III Culturelles :	VII École :	XIII Consommation alcool/drogues :	
• type de morale • religieux ou non • orthodoxie catholique • sentiment d'appartenance à sa région • intéressé à sa région • opinions sur sa région • mobilité et migration : satisfaction • opinions sur les centres urbains • désir d'enracinement • où aimerait vivre dans l'avenir • importance de la participation communautaire • satisfaction de la participation communautaire • foi en l'avenir du Québec/de sa région • civisme public • civisme privé • libéralisme des mœurs • préférence amis/famille • préférence stabilité/changement • préférence implication/solitaire • préférence présent/avenir • degré d'ambition	• amis songent à abandonner • raisons d'aller à l'école/satisfaction • recours aux services de soutien • facilité d'intégration • mal-être à l'école • perception des difficultés scolaires • violence subie à l'école/taxage • moyen de transport/délai • activités parascol. : particip./organis.	• fréquence de consommation • nbre de consommations • fréquence d'enivresments • âge d'initiation • niveaux de consommation • polyconsommation • conséquences/consommation • intention d'arrêter • avoir déjà consulté pour arrêter	
IV Scolaires et professionnelles :	VIII Réseau social :	XIV Activités délinquantes :	
• importance/satisfaction des études • études, travail, loisirs : valorisation • travaux scolaires à la maison • moyenne en français et en maths • attributions causales • motivation scolaire • importance/satisfaction de la vie intellectuelle • aspirations scolaires • aspirations professionnelles • carrière (décidé et confortable ou non) • besoin d'aide/choix de carrière • gestion du stress • niveau scolaire/secteur d'études • redoublement scolaire/abandon • diplomation au secondaire • allongement des études secondaires • passage immédiat au collégial • préparation aux études collégiales • changement de programme au collégial	• nbre mois depuis dernier déménagement • famille/amis hors région • origine des parents • perception des relations sociales • présence de confidents • sensibilité à l'influence des amis • perception du soutien des amis • avoir un chum ou une blonde • importance des relations avec les amis • satisf. des relations avec les amis • sentiment de solitude	• échelle d'activités délinquantes	
	IX Localité de résidence :	XV Jeux de hasard :	
	• indice d'urbanisation	• a déjà joué dans sa vie • hrs/sem. consacrées aux jeux • disputes pour des jeux d'argent • avoir emprunté/volé pour parier • avoir parié à différents jeux	
	X Loisirs :	XVI Sexualité :	
	• activités et occupations • importance/satisfaction des loisirs • nbre d'années cours de musique	• attirance/activité sexuelle • utilise toujours la contraception • utilise toujours le condom • relations forcées	
		XVII Alimentation/activité physique :	
		• nbre repas/jour, type d'aliments • contexte des repas : temps, télé... • restauration • IMC • avoir tenté de perdre/gagner du poids • moyens pour contrôler/gagner du poids • régimes dans entourage • commentaires sur le poids • fréquence d'activités physiques	
		XVIII Sommeil :	
		• heure du coucher/réveil • heures de sommeil • sommeil de rattrapage • délai du coucher le week end • insomnie/somnolence diurne • endormissement au volant • niveau de fatigue/durée	
		XIX Travail rémunéré :	
		• cumul, conciliation études/travail • caract./contraintes du travail • autonomie au travail • relations interpersonnelles • fatigue reliée au travail • symptômes de santé et sécurité du travail	

Annexe C

**Comparaison des participants
et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sur la
base de caractéristiques mesurées à 14 ans**

TABLEAU C.1

Comparaison des participants et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sur la base de caractéristiques mesurées à 14 ans

Dimension Variable	Participants aux 3 cycles	Non- participants aux 3 cycles	Total ¹
	%	%	%
1. GENRE, ORIGINE SOCIALE ET MILIEUX DE VIE			
Sexe (A3)^{a***}	(n = 337)	(n = 835)	(n = 1 172)
Féminin	63,9	43,2	49,0
Masculin	36,1	56,8	51,0
	100,0	100,0	100,0
Conditions économiques familiales perçues moins avantageuses (B10Rec)	(n = 337)	(n = 832)	(n = 1 169)
Oui	9,4	9,5	9,5
Non	90,6	90,5	90,5
	100,0	100,0	100,0
Niveau d'urbanisation de la municipalité de résidence (TypeMun)	(n = 336)	(n = 806)	(n = 1 142)
Rurale	19,0	14,2	15,6
Périurbaine	12,5	13,5	13,3
Urbaine	68,5	72,3	71,1
	100,0	100,0	100,0
Parents avec diplôme d'études postsecondaires (EPGcoll1)^{a*}	(n = 323)	(n = 811)	(n = 1 134)
Aucun parent	34,1	41,7	39,6
Au moins un parent	65,9	58,3	60,4
	100,0	100,0	100,0
Niveau de scolarité de la mère (B11Rec)	(n = 327)	(n = 824)	(n = 1 151)
Études secondaires non complétées	15,2	18,4	17,5
Études secondaires	27,9	31,2	30,3
Études collégiales	37,0	29,1	31,3
Études universitaires	19,9	21,3	20,9
	100,0	100,0	100,0
Niveau de scolarité du père (B12Rec)	(n = 322)	(n = 804)	(n = 1 126)
Études secondaires non complétées	21,8	20,8	21,1
Études secondaires	28,5	33,0	31,8
Études collégiales	29,4	24,5	25,8
Études universitaires	20,3	21,7	21,3
	100,0	100,0	100,0
Soutien affectif de la mère dans les études (EBM22SA)^{b*}	(n = 330)	(n = 800)	(n = 1 130)
$\bar{x}$ (s)	16,11 (3,24)	15,62 (3,27)	15,76 (3,27)
Soutien affectif du père dans les études (EBP22SA)^{b*}	(n = 319)	(n = 761)	(n = 1 080)
$\bar{x}$ (s)	15,01 (3,79)	14,48 (3,81)	14,64 (3,81)

TABLEAU C.1 (SUITE)

Comparaison des participants et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sur la base de caractéristiques mesurées à 14 ans

Dimension Variable	Participants aux 3 cycles	Non- participants aux 3 cycles	Total ¹
	%	%	%
2. ATTITUDES ET VALEURS			
Indice d'habiletés cognitives (IndHabCo, IndHaCoR)^{a***b***}	(n = 333)	(n = 822)	(n = 1 155)
$\bar{x}$ (s)	2,21 (0,62)	1,97 (0,67)	2,04 (0,67)
Faibles	25,5	39,1	35,2
Moyennes	38,6	36,6	37,2
Élevées	35,9	24,3	27,6
	100,0	100,0	100,0
Détresse psychologique (VDDetres)	(n = 337)	(n = 836)	(n = 1 173)
$\bar{x}$ (s)	25,29 (17,08)	26,14 (17,37)	25,90 (17,28)
Oui	15,2	18,5	17,6
Non	84,8	81,5	82,4
	100,0	100,0	100,0
Estime de soi (VDEstime)^{b**}	(n = 337)	(n = 839)	(n = 1 176)
$\bar{x}$ (s)	31,89 (5,20)	31,34 (5,04)	31,49 (5,09)
Faible	15,8	15,7	15,7
Moyenne	65,1	66,8	66,4
Élevée	19,1	17,5	17,9
	100,0	100,0	100,0
Degré d'ambition (L13Rec)	(n = 334)	(n = 803)	(n = 1 137)
Faible à moyen	76,0	72,8	73,7
Très élevé	24,0	27,2	26,3
	100,0	100,0	100,0
Aspirations scolaires réalistes (VDAspir)^{a***}	(n = 334)	(n = 828)	(n = 1 162)
Secondaire au plus	6,1	19,6	15,7
Collégial	35,1	39,9	38,6
Université	58,8	40,5	45,7
	100,0	100,0	100,0
Vouloir devenir un professionnel (G7_14)^{a***}	(n = 321)	(n = 796)	(n = 1 117)
Oui	33,0	20,2	23,8
Non	67,0	79,8	76,2
	100,0	100,0	100,0
Échelle de civisme public⁴ (EchL141, VDCivPub)^{a**b***}	(n = 327)	(n = 741)	(n = 1 068)
$\bar{x}$ (s)	2,69 (1,28)	3,24 (1,59)	3,08 (1,53)
Faible	18,9	29,2	26,1
Moyen	65,1	57,5	59,8
Élevé	16,0	13,3	14,1
	100,0	100,0	100,0
Échelle de civisme privé⁴ (EchL142)	(n = 328)	(n = 752)	(n = 1 080)
$\bar{x}$ (s)	3,95 (1,40)	4,20 (1,67)	4,13 (1,59)
Échelle de libéralisme des mœurs (EchL143)	(n = 328)	(n = 759)	(n = 1 087)
$\bar{x}$ (s)	4,62 (1,52)	4,55 (1,60)	4,57 (1,57)

TABLEAU C.1 (SUITE)

Comparaison des participants et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sur la base de caractéristiques mesurées à 14 ans

Dimension Variable	Participants aux 3 cycles	Non- participants aux 3 cycles	Total ¹
	%	%	%
Indice de délinquance (VDDelinq)^{a**}	(n = 329)	(n = 791)	(n = 1 120)
Nulle	47,2	43,1	44,3
Faible	36,6	31,3	32,8
Élevée	16,2	25,6	22,9
	100,0	100,0	100,0
Perception de ses relations sociales (EchD2)	(n = 326)	(n = 796)	(n = 1 122)
$\bar{x}$ (s)	17,79 (3,65)	18,13 (3,40)	18,03 (3,48)
3. HABITUDES DE VIE ET COMPORTEMENTS À RISQUE			
Heures consacrées aux travaux scolaires à la maison (E1aR2)^{a***}	(n = 333)	(n = 831)	(n = 1 164)
Aucune	4,6	13,9	11,3
Moins de 2 heures/sem.	38,5	39,6	39,3
De 2 à 5 heures/sem.	33,3	32,1	32,4
De 6 à 10 heures/sem.	17,8	10,7	12,7
Plus de 10 heures/sem.	5,8	3,7	4,3
	100,0	100,0	100,0
Travail rémunéré (nombre d'heures/sem.) (E13, E13RQ)	(n = 245)²	(n = 577)²	(n = 822)²
$\bar{x}$ (s)	7,01 (6,61)	6,83 (7,00)	6,88 (6,89)
	(n = 332)	(n = 816)	(n = 1 148)
Sans travail rémunéré	27,7	29,5	29,0
De 1 à 5 heures/sem.	39,4	42,3	41,5
De 6 à 10 heures/sem.	22,1	17,5	18,8
De 11 à 15 heures/sem.	6,2	4,3	4,8
De 16 à 20 heures/sem.	2,1	3,5	3,1
Plus de 20 heures/sem.	2,5	2,9	2,8
	100,0	100,0	100,0
Fréquence de l'activité physique (VDAcPhys)^{a**}	(n = 336)	(n = 838)	(n = 1 174)
1 fois et plus/sem.	72,6	72,6	72,6
1 à 3 fois/mois	23,1	18,3	19,6
Jamais	4,3	9,1	7,8
	100,0	100,0	100,0
Niveau de consommation d'alcool et de drogues (VDNivCon)^{a**}	(n = 326)	(n = 777)	(n = 1 103)
Nul	36,7	28,9	31,1
Faible	14,5	11,7	12,5
Modéré	36,1	39,6	38,6
Excessif	12,7	19,8	17,8
	100,0	100,0	100,0

TABLEAU C.1 (SUITE)

Comparaison des participants et des non-participants aux trois cycles de l'ELESJ-14 sur la base de caractéristiques mesurées à 14 ans

Dimension Variable	Participants aux 3 cycles	Non- participants aux 3 cycles	Total ¹
	%	%	%
Consommation de tabac (VDTabc)	(n = 330)	(n = 789)	(n = 1 119)
Non-fumeurs	77,6	74,8	75,6
Fumeurs occasionnels	10,0	8,3	8,8
Fumeurs réguliers	12,4	16,9	15,6
	100,0	100,0	100,0
4. SITUATION ET RÉSULTATS SCOLAIRES			
Niveau scolaire (A2) ^{a***}	(n = 337)	(n = 830)	(n = 1 167)
Secondaire 1	7,9	15,9	13,6
Secondaire 2	60,3	53,1	55,2
Secondaire 3	30,3	26,3	27,4
Autre ³	1,5	4,7	3,8
	100,0	100,0	100,0
Moyenne des résultats en français et en mathématiques (A15ab, A15abRec) ^{a*** b***}	(n = 331)	(n = 795)	(n = 1 126)
$\bar{x}$ (s)	76,87 (10,85)	72,23 (11,12)	73,57 (11,24)
Moins de 60,0 %	5,9	12,9	10,9
60,0 - 69,9 %	21,5	27,5	25,8
70,0 - 79,9 %	28,9	32,3	31,3
80,0 - 89,9 %	31,4	21,9	24,6
90,0 - 100,0 %	12,3	5,4	7,4
	100,0	100,0	100,0

¹ Échantillon aléatoire représentatif des élèves du SLSJ âgés de 14 ans au 1^{er} mai 2002. Les répartitions en pourcentages sont tirées des données pondérées selon le sexe; le coefficient de pondération est de 0,915 et de 1,098 respectivement pour les filles et les garçons. Par contre, les effectifs présentés ne sont pas pondérés.

² Les étudiants sans emploi rémunéré ne sont pas considérés dans le calcul de la moyenne.

³ Il s'agit d'élèves en cheminement particulier de formation.

⁴ Une valeur élevée à cet indice indique un niveau faible.

^a Le test d'indépendance du Chi-deux indique une association significative entre cette variable et le fait d'avoir accepté de participer ou non à l'enquête longitudinale.

^b Le test de rangs de Mann-Whitney indique une différence significative entre les participants et les non-participants à l'enquête longitudinale.

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001.

Annexe D

**Répartition des filles et des garçons
selon la silhouette souhaitée**

FIGURE D.1

Répartition des filles à 14, 16 et 18 ans selon leur silhouette souhaitée

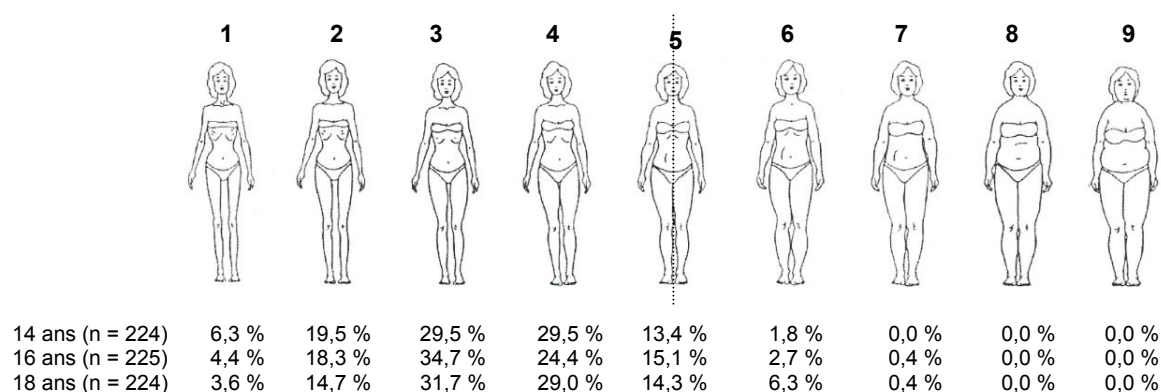
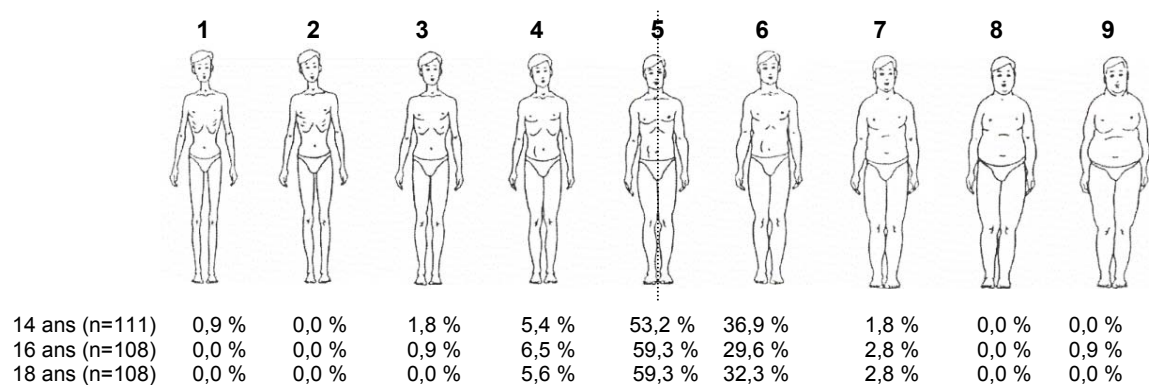


FIGURE D.2

Répartition des garçons à 14, 16 et 18 ans selon leur silhouette souhaitée



Bibliographie

- ACKARD, D. M., KEARNEY-COOKE, A. et C. B. PETERSON. 2000. « Effect of body image and self-image on women's sexual behaviors », *International Journal of Eating Disorders*, 28, 4 : 422-429.
- AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN. 2007. Enquête de santé du Saguenay-Lac-Saint-Jean, Compilations spéciales.
- AYOTTE, V. 1996. *Évaluation d'un programme visant à développer l'estime de soi des adolescents*. Montréal, Direction de la santé publique, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre, 89 pages.
- BARIAUD, F. et BOURCET, C. 1994. « Le sentiment de la valeur de soi », *L'orientation scolaire et professionnelle*, 23, 3 : 271-290.
- BEANE, J. A. et R. P. LYPKA. 1986. *Self-concept, self-esteem and the curriculum*. New York, Teachers College Press, 262 pages.
- BELLEROSE, C., BEAUDRY, J. et S. BÉLANGER. 2002. *Expériences de vie des élèves du niveau secondaire de la Montérégie. Rapport général*. Direction de la Santé publique de la Montérégie, 195 pages.
- BERK, L. E. 2000. *Child Development*, 5^e éd. Boston, Allyn et Bacon, 650 pages.
- BLACKBURN, M.-È., AUCLAIR, J., LABERGE, L., GAUDREAU, M., VEILLETTE, S., LAPIERRE, R., PERRON, M. et M. PERREAU. 2008. *Cheminements d'adolescents de 14 à 18 ans*. Série Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 75 pages.
- BLOCK, J. et R. W. ROBINS. 1993. « A longitudinal study of consistency and change in self-esteem from early adolescence to early adulthood », *Child Development*, 64, 3 : 909-923.
- BOLOGNINI, M., PLANCHEREL, B., BETTSCHART, W. et O. HALFON. 1996. « Self-esteem and mental health in early adolescence : development and gender differences », *Journal of Adolescence*, 19, 3 : 233-245.
- BRETON J. J., LÉGARÉ G., GOULET C., LAVERDURE J. et Y. D'AMOURS. 2002. « Santé mentale », dans *Enquête sociale et de santé auprès des enfants et adolescents québécois 1999*, Québec, Institut de la statistique du Québec, chapitre 19, pp. 433-447.
- CAFRI, G., THOMPSON, J. K., RICCIARDELLI, L., MCCABE, M., SMOLAK, L. et C. YESALIS. 2005. « Pursuit of the muscular ideal : physical and psychological consequences and putative risk factors », *Clinical Psychology Review*, 25, 2 : 215-239.
- CENTRE D'ORIENTATION ET DE CONSULTATION PSYCHOLOGIQUE, UNIVERSITÉ LAVAL. 2008. *L'estime de soi*. [En ligne]. [<http://www.cocp.ulaval.ca/sgc/pid/1484>] (consulté le 22 septembre 2008).
- CLARK, W. 2008. « L'activité sportive chez les enfants », *Tendances sociales canadiennes*, 85 : 57-65.
- COHANE, G. H. et H. G. POPE Jr. 2001. « Body image in boys : a review of the literature », *International Journal of Eating Disorders*, 29, 4 : 373-379.
- COLLINS, M. E. 1991. « Body figure perceptions and preferences among preadolescent children », *International Journal of Eating Disorders*, 10, 2 : 199-208.

- CONSEIL DU STATUT DE LA FEMME. 2008. *Le sexe dans les médias : obstacle aux rapports égaux*. Québec, Conseil du statut de la femme, 109 pages.
- COOLEY, C. H. 1902. *Human nature and the social order*. New York, Charles Scribner and Sons, 444 pages.
- COULON, A. 1993. *Ethnométhodologie et éducation*. Paris, Presses universitaires de France, 238 pages.
- CROCKETT, L. J., BINGHAM, C. R., CHOPAK, J. S., et J. R. VICARY. 1996. « Timing of first sexual intercourse : the role of social control, social learning, and problem behaviour », *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 1 : 89-111.
- DESCHESNES, M., DEMERS, S. et P. FINÈS. 2003. *Styles de vie des jeunes du secondaire en Outaouais, 1991-1996-2002*. Direction de santé publique, RRSSS de l'Outaouais, 249 pages.
- DESSAINT, M. P. 1997. *Bien vivre, mieux vieillir*. Montréal, Éditions de l'Homme, 308 pages.
- DuBOIS, D. L. et H. D. TEVENDALE. 1999. « Self-esteem in childhood and in adolescence : vaccine or epiphenomenon? », *Applied and Preventive Psychology*, 8, 2 : 103-117.
- DuBOIS, D. L. et B. J. HIRSCH. 2000. « Self-esteem in early adolescence. From stock character to marquee attraction », *The Journal of Early Adolescence*, 20, 1 : 5-11.
- DuBOIS, D. L., TEVENDALE, H. D., BURK-BRAXTON, C., SWENSON, L. P. ET J. L. HARDESTY. 2000. « Self-system influences during early adolescence : investigation of an integrative model », *The Journal of Early Adolescence*, 20, 1 : 12-43.
- DURU-BELLA, T. M. 2002. *Les inégalités sociales à l'école : genèse et mythes*. Paris, Presses Universitaires de France, 256 pages.
- EIDE, R. 1982. « The relationship between body image, self-image and physical activity », *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 29 : 109-112.
- EMERY, E. M., MCDERMOTT, R. J., HOLCOMB, D. R. et P. J. MARTY. 1993. « The relationship between youth substance use and area-specific self-esteem », *Journal of School Health*, 65, 5 : 224-228.
- FAITH, M. S. et M. L. SCHARE. 1993. « The role of body image in sexually avoidant behavior », *Archives of Sexual Behavior*, 22, 4 : 345-356.
- FIELD, A. E., CAMARGO, C. A., TAYLOR, C. B., BERKEY, C. S., ROBERTS, S. B. et G. A. COLDITZ. 2001. « Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent girls and boys », *Pediatrics*, 107, 1 : 54-60.
- FREEDMAN, D., THORNTON, A., CAMBURN, D., ALWIN, D. et L. YOUNG-DE MARCO. 1988. « The life history calendar : a technique for collecting retrospective data », *Sociological Methodology*, 18 : 37-68.
- FROST, J. et S. MCKELVIE. 2004. « Self-esteem and body satisfaction in male and female elementary school, high school, and university students », *Sex Roles*, 51, 1-2 : 45-54.

- FURNHAM, A., BADMIN, N. et I. SNEADE. 2002. « Body images dissatisfaction : gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise », *The Journal of Psychology*, 136, 6 : 581-596.
- GAGNIER, N. 2006. « Le développement de l'image corporelle. Le pouvoir de prévention des parents », *Psychologie Québec*, Mai : 25-27.
- GARRIGUET, D. 2005. « Relations sexuelles précoces », *Rapport sur la santé*, 16, 3 : 11-21.
- GAUDREAU, M., VEILLETTE, S., BLACKBURN, M.-È., LABERGE, L., GAGNÉ, M. et M. PERRON. 2004. *Perceptions de soi et de l'avenir à l'adolescence*. Série Enquête régionale 2002 : Les jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean. Qui sont-ils? Que font-ils? Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 127 pages.
- GILBERT, N. et C. MEYER. 2005. « Fear of negative evaluation and the development of eating psychopathology : a longitudinal study among nonclinical women », *International Journal of Eating Disorders*, 37, 4 : 307-312.
- GILLEN, M. M., LEFKOWITZ, E. S. et C. L. SHEARER. 2006. « Does body image play a role in risky sexual behavior and attitudes? », *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 2 : 243-255.
- GOODSON, P., BUHI, E.R. et S. C. DUNSMORE. 2006. « Self-esteem and adolescent sexual behaviors, attitudes, and intentions : a systematic review », *Journal of Adolescent Health*, 38, 3 : 310-319.
- GRANNER, M. L., BLACK, D. R. et D. A. ABOOD. 2002. « Levels of cigarette and alcohol use related to eating-disorder attitudes », *American Journal of Health Behavior*, 26, 1 : 43-55.
- HALPERN, C. T., UDRY, J. R., CAMPBELL, B. et C. SUCHINDRAN. 1999. « Effects of body fat on weight concerns, dating, and sexual activity : a longitudinal analysis of black and white adolescent girls », *Developmental Psychology*, 35, 3 : 721-736.
- HARTER, S. 1985. « Self and identity development », dans R. Leahy (dir.), *The development of the self*, New York, Academic Press, pp. 352-387.
- HARTER, S. 1990. « Causes, correlates, and the functional role of global self-worth : a life-span perspective », dans R. J. Sternberg et J. Kolligan (eds.), *Competence considered*, New Haven, CT, Yale University Press, pp. 67-97.
- HARTER, S. 1993. « Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents », dans R. Baumeister (dir.), *Self-esteem : the puzzle of low self-regard*. New York, Plenum Press, pp. 87-111.
- HARTER, S. 1998. « Comprendre l'estime de soi de l'enfant et de l'adolescent : considérations historiques, théoriques et méthodologiques », dans M. Bolognini et Y. Prêteur (dir.), *Estime de soi. Perspectives développementales*, Lausanne, Delachoux, pp. 57-81.
- HARTER, S. 1999. *The construction of the self : a developmental perspective*. New York, Guilford Press, 413 pages.
- HAUSENBLAS, H. A. et E. A. FALLON. 2006. « Relationship between exercise and body image : a meta-analysis », *Psychology and Health*, 21,1 : 33-47.

- HAZA, M. et A. DUCOUSSO-LACAZE. 2006. « Marquage du corps et marquage du mobilier urbain : expressions de la problématique adolescente », *Cahiers de Psychologie Clinique*, 26,1, 163-175.
- HIGGINS, E. T. 1991. « Development of self-regulatory and self-evaluative processes : costs, benefits, and tradeoffs », dans M. R. Gunnard et L. A. Sroufe (eds.), *Self-processes and development. The Minnesota symposia on child psychology, Volume 23*. Hillsdale, Lawrence Erlbaum Associates, pp. 125-165.
- HOLMES, J. et E. SILVERMAN. 1992. *J'ai des choses à dire... Écoutez-moi : Sondage auprès des adolescentes du Canada*. Ottawa, Conseil consultatif sur la situation de la femme.
- HOLSEN, I., KRAFT, P. et E. ROYSAMB. 2001. « The relationship between body image and depressed mood in adolescence : a 5-year longitudinal panel study », *Journal of Health Psychology*, 6, 6 : 613-627.
- HUANG, J. S., NORMAN, G. J., ZABINSKI, M. F., CALFAS, K. et K. PATRICK. 2007. « Body image and self-esteem among adolescents undergoing and intervention targeting dietary and physical activity behaviors », *Journal of Adolescent Health*, 40, 3 : 245-251.
- JAMES, W. 1890. *The principles of psychology*. New York, Henry Holt, 897 pages.
- JOHNSON, F. et J. WARDLE. 2005. « Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress : a prospective analysis », *Journal of Abnormal Psychology*, 114, 1 : 119-125.
- KING, A. J. C., BOYCE, W. F., KING, M. A. 1999. *La santé des jeunes : tendances au Canada*. Une étude multinationale de l'Organisation mondiale de la Santé. Ottawa, Santé Canada, catalogue no H39-498/1999E, 110 pages.
- KLING, K. C., HYDE, J. S., SHOWERS, C. J. et B. N. BUSWELL. 1999. « Gender differences in self-esteem : a meta-analysis », *Psychological Bulletin*, 125, 4 : 470-500.
- LAFLIN, M. T., WANG, J. et M. A. BARRY. 2008. « A longitudinal study of adolescent transition from virgin to nonvirgin status », *Journal of Adolescent Health*, 42, 3 : 228-236.
- LEDOUX, M., MONGEAU, L. et RIVARD, M. 2002. « Poids et image corporelle », dans *Enquête Sociale et de santé des enfants et adolescents québécois 1999*. Québec, Institut de la statistique du Québec, Chapitre 14, pp. 311-344.
- LESOURD, S. 2004. « Reconstruction narcissique du moi adolescent », *Figures de la psychanalyse*, 9, 1 : 25-34.
- LEVINE, M. P. et L. SMOLAK. 2002. « Body image development in adolescence », dans T. F. Cash et T. Pruzinsky (eds.), *Body Image. A Handbook of theory, research, and clinical Practice*. New York, London, The Guilford Press, pp. 74-82.
- LEWINSOHN, P. M., ROBERTS, R. E., SEELEY, J. R., ROHDE, P., GOTLIB, I. H. et H. HOPS. 1994a. « Adolescent psychopathology : II. Psychosocial risk factors for depression », *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 2 : 302-315.
- LEWINSOHN, P. M., ROHDE, P. et J. R. SEELEY. 1994b. « Psychosocial risk factors for future adolescent suicide attempts », *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 2 : 297-305.
- MARKUS, H. et P. NURIUS. 1986. « Possible selves », *American Psychologist*, 41, 9 : 954-969.

- McCABE, M. P. et L. A. RICCIARDELLI. 2003. « Body image and strategies to lose weight and increase muscles among boys and girls », *Health Psychology*, 22, 1 : 39-46.
- McCAULAY, M., MINTZ, L. et A. A. GLENN. 1988. « Body image, self-esteem, and depression-proneness : closing the gender gap », *Sex Roles*, 18, 7-8 : 381-391.
- MEAD, G. H. 1925. « The genesis of the self and the social control », *International Journal of Ethics*, 35, 3 : 251-273.
- MENDELSON, B. K., WHITE, D. R. et M. J. MENDELSON. 1996. « Self-esteem and body esteem : effects of gender, age, and weight », *Journal of Applied Developmental Psychology*, 17, 3 : 321-346.
- MILLER, C. T. et K. T. DOWNEY. 1999. « A meta-analysis of heavyweight and self-esteem », *Personality and Social Psychology Review*, 3, 1 : 68-84.
- MINTZ, L. B. et N. E. BETZ. 1986. « Sex differences in the nature, realism, and correlates of body image », *Sex Roles*, 15, 3-4 : 185-195.
- NATIONAL EATING DISORDER INFORMATION CENTRE. *Statistics*. [En ligne]. [<http://www.nedic.ca/knowthefacts/statistics.shtml>]. (consulté le 23 juin 2008).
- NEUMARK-SZTAINER, D., STORY, M., HANNAN, P. J., PERRY, C. L. et L. M. IRVING. 2002. « Weight-related concerns and behaviors among overweight and nonoverweight adolescents », *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 156, 2 : 171-178.
- OFFER, D. et A. M. BOXER. 1991. « Normal adolescent development: empirical research findings », dans M. Lewis (eds.), *Child and adolescent psychiatry. A comprehensive text book*, Baltimore, Williams and Wilkins, pp. 266-278.
- OHRING, R. GRABER, J. A. et J. BROOKS-GUNN. 2002. « Girls' recurrent and concurrent body dissatisfaction : correlates and consequences over 8 years », *International Journal of Eating Disorders*, 31, 4 : 404-415.
- OPENSHAW, D. K., THOMAS, D. L. et B. C. ROLLINS. 1981. « Adolescent self-esteem : a multidimensional perspective », *Journal of Early Adolescence*, 1, 3 : 273-282.
- ORBACH, I. 1996. « The role of body experience in self-destruction », *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 1, 4 : 607-619.
- PASTORE, D. R., FISHER, M. et S. B. FRIEDMAN. 1996. « Abnormalities in weight status, eating attitudes, and eating behaviors among urban high school students : correlations with self-esteem and anxiety », *Journal of Adolescent Health*, 18, 5 : 312-319.
- PAXTON, S. J., NEUMARK-SZTAINER, D., HANNAN, P. J. et M. E. EISENBERG. 2006a. « Body dissatisfaction prospectively predicts depressive mood and low self-esteem in adolescent girls and boys », *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35, 4 : 539-549.
- PAXTON, S. J., EISENBERG, M. E. et D. NEUMARK-SZTAINER. 2006b. « Prospective predictors of body dissatisfaction in adolescent girls and boys : a five-year longitudinal study », *Developmental Psychology*, 42, 5 : 888-899.
- PERRON, M., GAUDREAU, M., VEILLETTE, S. et L., RICHARD. 1999. *Trajectoires d'adolescence : stratégies scolaires, conduites sociales et vécu psychoaffectif*. Série Enquête régionale 1997 : Aujourd'hui, les jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean. Jonquière, Cégep de Jonquière, Groupe ÉCOBES, 260 pages.

- POLCE-LYNCH, M., MYERS, B. J., KILMARTIN, C. T., FORSSMANN-FALCK, R. et W. KLIEWER. 1998. « Gender and age patterns in emotional expression, body image, and self-esteem : a qualitative analysis », *Sex Roles*, 38, 11-12 : 1025-1048.
- POLCE-LYNCH, M., MYERS, B. J., KLIEWER, W. et C. KILMARTIN. 2001. « Adolescent self-esteem and gender : exploring relations to sexual harassment, body image, media influence, and emotional expression », *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 2 : 225-244.
- PRESNELL, K., BEARMAN, S. K. et E. STICE. 2004. « Risk factors for body dissatisfaction in adolescent boys and girls : a prospective study », *International Journal of Eating Disorders*, 36, 4 : 389-401.
- RICCIARDELLI, L. A. et M. P. MCCABE. 2001a. « Dietary restraint and negative affect as mediators of body dissatisfaction and bulimic behavior in adolescent girls and boys », *Behaviour Research and Therapy*, 39, 11 : 1317-1328.
- RICCIARDELLI, L. A. et M. P. MCCABE. 2001b. « Children's body image concerns and eating disturbance : a review of the literature », *Clinical Psychology Review*, 21, 3 : 325-344.
- RICE, C. 1995. *Meilleur départ. La promotion d'une image corporelle saine : un guide à l'intention des planificateurs de programmes*. Centre ontarien d'information et de prévention, 81 pages.
- RICHARDS, M. H., BOXER, A. W., PETERSEN, A. C. et R. ALBRECHT. 1990. « Relation of weight to body image in pubertal girls and boys from two communities », *Developmental Psychology*, 26, 2 : 313-321.
- ROBINS, R. W., TRZESNIEWSKI, K. H., TRACY, J. L., GOSLING, S. D. et J. POTTER. 2002. « Global self-esteem across the life span », *Psychology and Aging*, 17, 3 : 423-434.
- RODIN, J., SILBERSTEIN, L. et J. STRIEGEL-MOORE. 1984. *Women and weight : a normative discontent*. Nebraska Symposium on Motivation, Lincoln, Nebraska, University of Nebraska, vol. 32.
- ROSENBERG, M. 1965. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, University of Princeton Press, 326 pages.
- ROSENBERG, M. 1979. *Conceiving the self*. New York, Basic Books, 319 pages.
- ROSENBERG, M. 1985. « Self-concept and psychological well-being in adolescence », dans R. L. Leahy (eds.), *The development of the self*. Orlando, Floride, Academic Press, pp. 205-246.
- ROSENBERG, M., SCHOOLER, C., SCHOENBACH, C. et F. ROSENBERG. 1995. « Global self-esteem and specific self-esteem : different concepts, different outcomes », *American Sociological Review*, 60, 1 : 141-156.
- SEIDAH, A., BOUFFARD, T. et C. VEZEAU. 2004. « Perceptions de soi à l'adolescence : différences entre filles et garçons », *Enfance*, 4, 4 : 405-420.
- SHEA, M. E. et M. E. PRITCHARD. 2007. « In self-esteem the primary predictor of disordered eating? », *Personality and Individual Differences*, 42, 8 : 1527-1537.
- SHEININ, R. 1990. « Body shame : body image in a cultural context », *National eating disorders information centre bulletin*, 5, 5 : 1-3.

- SHIELD, M. 2006. « L'embonpoint et l'obésité chez les enfants et les adolescents », *Rapports sur la santé*, 17, 3 : 27-43.
- SIEGEL, J. M. 2002. « Body image change and adolescent depressive symptoms », *Journal of Adolescent Research*, 17, 1 : 27-41.
- SMOLACK, L. et M. P. LEVINE. 1996. « Adolescent transitions and the development of eating problems » dans L. Smolack, M. P. Levine et R. Striegel-Moore (eds.), *The developmental psychopathology of eating disorders*, Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum, pp. 207-234.
- SPENCER, J. M., ZIMET, G. D., AALSMA, M. C. et D. P. ORR. 2002. « Self-esteem as a predictor of initiation of coitus in early adolescents », *Pediatrics*, 109, 4 : 581-584.
- STICE, E. et S. K. BEARMAN. 2001. « Body-image and eating disturbances prospectively predict increases in depressive symptoms in adolescent girls : a growth curve analysis », *Developmental Psychology*, 37, 5 : 597-607.
- STICE, E. et K. WHITENTON. 2002. « Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls : a longitudinal investigation », *Developmental Psychology*, 38, 5 : 669-678.
- STICE, E. 2002. « Risk and maintenance factors for eating pathology : a meta-analytic review », *Psychological Bulletin*, 128, 5 : 825-848.
- THOMPSON, J. K. et M. N. ALTABE. 1991. « Psychometric qualities of the figure rating scale », *International Journal of Eating Disorders*, 10, 5 : 615-619.
- THOMPSON, M. A. et J. J. GRAY. 1995. « Development and validation of a new body-image assessment scale », *Journal of Personality Assessment*, 64, 2 : 258-269.
- TIGGEMANN, M. 1992. « Body-size dissatisfaction : individual differences in age and gender, and relationship with self-esteem », *Personality and Individual Differences*, 13, 1 : 39-43.
- TIGGEMANN, M. 2005. « Body dissatisfaction and adolescent self-esteem : prospective findings », *Body Image*, 2, 2 : 129-135.
- TORRES, R., LECTURER, R. M., FERNANDEZ, F. et P. R. FELLOW. 1995. « Self-esteem and value of health : as determinants of adolescent health behaviour », *Journal of Adolescent Health*, 16, 1 : 60-63.
- TWENGE, J. M. et W. K. CAMPBELL. 2002. « Self-esteem and socioeconomic status : a meta-analytic review », *Personality and social psychology review*, 6, 1 : 59-71.
- VALLIÈRES, E. F. et R. J. VALLERAND. 1990. « Traduction et validation canadienne-française de l'échelle de l'estime de soi de Rosenberg », *International Journal of Psychology*, 25, 3 : 305-316.
- VEILLETTE, S., AUCLAIR, J., LABERGE, L., GAUDREAU, M., ARBOUR, N. et M. PERRON. 2007. *Les parcours scolaires du secondaire au collégial*. Série Enquête longitudinale auprès des élèves saguenéens et jeannois. Jonquière, Groupe ÉCOBES, Cégep de Jonquière, 153 pages.
- WADE, T. J. et M. COOPER. 1999. « Sex differences in the links between attractiveness, self-esteem and the body », *Personality and Individual Differences*, 27, 6 : 1047-1056.

- WERTHEIM, E. H., MEE, V. et S. J. PAXTON. 1999. « Relationships among adolescent girls' eating behaviors and their parents' weight-related attitudes and behaviors », *Sex Roles*, 41, 3-4 : 169-187.
- WERTHEIM, E. H., MARTIN, G., PRIOR, M., SANSON, A. et D. SMART. 2002. « Parent influences in the transmission of eating and weight related values and behaviors », *Eating Disorders : Journal of Treatment and Prevention*, 10, 4 : 321-334.
- WIEDERMAN, M. W. et S. R. HURST. 1998. « Body size, physical attractiveness, and body image among youth adult women : relationships to sexual experience and sexual esteem », *Journal of Sex Research*, 35, 3 : 272-281.
- WILD, L. G., FLISHER, A. J., BHANA, A. et C. LOMBARD. « Substance abuse, suicidality, and self-esteem in South African adolescents », *Journal of Drug and Education*, 34, 1 : 1-17.
- WILGENBUSCH, T. et K. W. MERRELL. 1999. « Gender differences in self-concept among children and adolescents : a meta-analysis of multidimensional studies », *School Psychology Quarterly*, 14, 2 : 101-120.
- WILLIAMS, J. M. et C. CURRIE. 2000. « Self-esteem and physical development in early adolescence : pubertal timing and body image », *Journal of Early Adolescence*, 20, 2 : 129-149.

Liste des sites internet consultés

- PROJET VITALITÉ. [http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/weights-poids/leaders_image-chefs_image-fra.php].
- CORPS SENSÉ. [http://www.bodysense.ca/about_us/index_f.html].
- ASSOCIATION CANADIENNE POUR L'AVANCEMENT DES FEMMES, DU SPORT ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE. [<http://www.caaws.ca/f/index.cfm>].
- BIEN DANS SA TÊTE, BIEN DANS SA PEAU. [<http://biendanssapeau.ca>].