

**Louvain School of Management**

# **L'impact du genre des pairs sur la norme sociale de réduction de la consommation de viande chez les femmes de 18 à 25 ans.**

Auteur·e(s) : Elise Delvaux & Mulan Leclerc

Promoteur·rice(s) : Karine Charry

Année académique 2024-2025.

Travail de fin d'études (TFE) en vue d'obtenir le titre de Master [120] en sciences de gestion, à finalité spécialisée

Horaire de jour

## Declaration Regarding AI Tool Usage in Master's Thesis

We recognize that AI tools might be valuable aids during the master's thesis work, but they are not infallible. Remember that transparency fosters trust, and acknowledging AI's role enhances the credibility of your work.

Therefore, when deciding to use such a tool, you need to adhere to the following principles of responsible use of AI.

1. **Critical Evaluation:**
  - We critically assessed the AI-generated output, ensuring its alignment with our research objectives.
  - Any modifications or corrections were made based on our expertise and domain knowledge.
2. **Transparency:**
  - We acknowledge the use of Chat GPT transparently, emphasizing that it contributed to our work but did not replace human judgment.
  - Our commitment to transparency ensures the integrity of this thesis.
3. **Ethical Considerations:**
  - We actively monitored for biases or unintended consequences introduced by the AI tool.
  - Our ethical responsibility guided our decisions throughout the research process.

## Declaration (This declaration is mandatory and must appear on the first page (after the title page) of the document.)

During the preparation of this master's thesis, the author(s) utilized Chat GPT] for the following purpose:

1. **[REASON]:** We used Chat GPT for translations and rephrasing purposes.
2. After using Chat GPT, the author(s) diligently reviewed and edited the content produced by the tool. We take full responsibility for the final content presented in this thesis.

By signing this declaration, we affirm that the content of this master's thesis reflects our original work, augmented by the responsible use of AI.

Elise Delvaux  
20/05/2025

Mulan Leclerc  
20/05/2025



## REMERCIEMENT

Avant toute chose, nous tenons à remercier notre promotrice, Madame Karine Charry, pour le temps qu'elle nous a consacré ainsi que pour son implication constante, son optimisme et son intérêt sincère pour notre étude. Son accompagnement a constitué une aide précieuse qui a véritablement permis de nous challenger et de nous pousser à aller plus loin dans nos réflexions. Nos échanges, riches en idées nouvelles, ont joué un rôle central dans la structuration de notre recherche.

Ensuite, nous souhaitons adresser un mot à nos familles qui ont été impliquées dans notre mémoire depuis le début et qui, au quotidien, constituent un soutien sans faille dans toutes les épreuves auxquelles nous faisons face.

Un grand merci aussi à nos amies, dont le soutien psychologique nous a été d'une grande aide. Elles ont su nous motiver dans les moments de découragement et nous offrir une écoute bienveillante lorsque nous en avons besoin.

Nous remercions par ailleurs l'ensemble de l'équipe pédagogique de l'UCLouvain et de la Louvain School of Management, qui a contribué à notre parcours académique et à notre formation en Sciences de Gestion.

De plus, nous remercions sincèrement toutes les personnes, notamment Nancy Guillaume et Séverine van Oosterzee, qui ont pris le temps de relire attentivement notre travail pour nous faire des retours constructifs et nous aider dans l'aboutissement de ce projet.

Enfin, nous voulions remercier toutes les personnes qui ont pris le temps de répondre à notre questionnaire. Bien que l'objectif de réponses fixé nous paraissait ambitieux au départ, nous avons pu l'atteindre grâce à leur participation. Sans elles, cette étude n'aurait pu voir le jour.

Un grand merci à tous.tes,  
Mulan Leclerc & Elise Delvaux

## TABLE DES MATIÈRES

|                                                                                                                                    |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>I. INTRODUCTION .....</b>                                                                                                       | <b>8</b>  |
| <b>II. REVUE DE LA LITTÉRATURE .....</b>                                                                                           | <b>10</b> |
| <b>1. Impact de la consommation de viande sur le changement climatique.....</b>                                                    | <b>10</b> |
| <b>2. Impact de la consommation de viande sur la santé .....</b>                                                                   | <b>11</b> |
| <b>3. Obstacles à la réduction de la consommation de viande.....</b>                                                               | <b>13</b> |
| 3.1. <i>La consommation de viande en tant que pratique culturelle et</i><br><i>comportement habituel.....</i>                      | <i>13</i> |
| 3.2. <i>Normes sociales .....</i>                                                                                                  | <i>16</i> |
| 3.2.1. <i>Normes culturelles et alimentaires.....</i>                                                                              | <i>17</i> |
| 3.2.2. <i>Pression normative et stigmatisation .....</i>                                                                           | <i>18</i> |
| 3.2.3. <i>Déviation des normes : coûts et stratégies .....</i>                                                                     | <i>19</i> |
| 3.2.4. <i>Le phénomène de « self-silencing ».....</i>                                                                              | <i>19</i> |
| 3.2.5. <i>Évolution des normes .....</i>                                                                                           | <i>20</i> |
| <b>4. Le paradoxe de la viande : obstacles psychologiques et situationnels au</b><br><b>changement de régime alimentaire .....</b> | <b>22</b> |
| 4.1. <i>Techniques de neutralisation .....</i>                                                                                     | <i>22</i> |
| <b>5. Végétariens et identité (facteurs facilitant l'expression du végétarisme et</b><br><b>stratégies d'adaptation).....</b>      | <b>23</b> |
| <b>6. Population jeune et différences entre les genres.....</b>                                                                    | <b>26</b> |
| <b>III. ETUDE EMPIRIQUE .....</b>                                                                                                  | <b>29</b> |
| <b>1. Question de recherche .....</b>                                                                                              | <b>29</b> |
| <b>2. Hypothèses .....</b>                                                                                                         | <b>30</b> |
| 2.1. <i>Hypothèse 1 .....</i>                                                                                                      | <i>30</i> |
| 2.2. <i>Hypothèse 2 .....</i>                                                                                                      | <i>31</i> |
| 2.3. <i>Hypothèse 3 .....</i>                                                                                                      | <i>31</i> |
| 2.4. <i>Hypothèse 4 .....</i>                                                                                                      | <i>32</i> |
| 2.5. <i>Hypothèse 5 .....</i>                                                                                                      | <i>32</i> |

|                                                                             |           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>3. Méthodologie.....</b>                                                 | <b>33</b> |
| 3.1. Type de recherche.....                                                 | 33        |
| 3.2. Collecte de données .....                                              | 33        |
| 3.2.1. Population cible de l'étude.....                                     | 33        |
| 3.2.2. Questionnaire.....                                                   | 34        |
| <b>4. Résultats et analyses .....</b>                                       | <b>37</b> |
| 4.1. Préparation des données .....                                          | 37        |
| 4.1.1. Nettoyage des données .....                                          | 37        |
| 4.1.2. Création de nouvelles variables.....                                 | 38        |
| 4.2. Analyses de la validité et de la fiabilité de nos échelles .....       | 39        |
| 4.3. Analyses de l'équivalence des groupes expérimentaux .....              | 40        |
| 4.3.1. Équivalence vis-à-vis de l'âge.....                                  | 42        |
| 4.3.2. Équivalence vis-à-vis du nombre de végétariens .....                 | 42        |
| 4.3.3. Équivalence vis-à-vis du score de conscience de l'environnement..... | 43        |
| 4.3.4. Équivalence vis-à-vis du score de conscience de la santé .....       | 44        |
| 4.4. Tests des hypothèses .....                                             | 45        |
| 4.4.1. Analyse de l'hypothèse 1 .....                                       | 45        |
| 4.4.2. Analyse de l'hypothèse 2 .....                                       | 47        |
| 4.4.3. Analyse de l'hypothèse 3 .....                                       | 49        |
| 4.4.4. Analyse de l'hypothèse 4 .....                                       | 50        |
| 4.4.5. Analyse de l'hypothèse 5 .....                                       | 51        |
| <b>IV. CONCLUSION .....</b>                                                 | <b>53</b> |
| 1. Discussion à propos de la question de recherche.....                     | 53        |
| 2. Discussion à propos des effets modérateurs.....                          | 54        |
| 3. Implications théoriques et managériales .....                            | 55        |
| 4. Limites .....                                                            | 56        |
| 5. Recherches futures et recommandations .....                              | 57        |
| <b>V. BIBLIOGRAPHIE .....</b>                                               | <b>61</b> |
| <b>VI. ANNEXES.....</b>                                                     | <b>75</b> |

## LISTE DES TABLEAUX

|                                                                                                                                                                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tableau 1 : Répartition des participantes par scénario.....                                                                                                                                                    | 38 |
| Tableau 2 : Évaluation de la validité et fiabilité de nos échelles via l'Alpha de Cronbach.....                                                                                                                | 40 |
| Tableau 3 : Répartition des participantes par scénario en fonction de l'âge, nombre de végétariennes, score de conscience de l'environnement, score de conscience de la santé.....                             | 40 |
| Tableau 4 : Test de "Khi-carré" afin d'évaluer l'équivalence des groupes en fonction des catégories d'âge des participantes.....                                                                               | 42 |
| Tableau 5 : Test de "Khi-carré" afin de déterminer l'équivalence des groupes en fonction du nombre de végétariennes par scénario.....                                                                          | 43 |
| Tableau 6 : Test de "Khi-carré" afin de déterminer l'équivalence des groupes en fonction des catégories de score de conscience de l'environnement.....                                                         | 43 |
| Tableau 7 : Test de "Khi-carré" afin de déterminer l'équivalence des groupes en fonction du score de conscience de la santé .....                                                                              | 44 |
| Tableau 8 : Statistiques descriptives et test du khi carré visant à déterminer si le nombre de repas végétariens varie en fonction du genre des personnes entourant les participantes (hommes vs femmes) ..... | 46 |
| Tableau 9 : Régression logistique du genre du groupe sur le choix du plat.....                                                                                                                                 | 46 |
| Tableau 10 : Fréquence du nombre de participantes par type de norme en fonction du genre du groupe.....                                                                                                        | 47 |
| Tableau 11 : Résultats d'une régression logistique du type de norme et du genre des membres sur le choix du plat .....                                                                                         | 48 |
| Tableau 12 : Fréquence du choix du plat en fonction du régime alimentaire des participantes .....                                                                                                              | 48 |
| Tableau 13 : Résultats d'une régression logistique du type de norme et du genre des membres sur le choix du plat .....                                                                                         | 49 |
| Tableau 14 : Résultats d'une régression logistique du score de conscience de santé et du genre du groupe sur le choix du plat .....                                                                            | 50 |
| Tableau 15 : Résultats d'une régression logistique du score de conscience de l'environnement et du genre du groupe sur le choix du plat .....                                                                  | 51 |
| Tableau 16 : Statistiques descriptives du choix du plat en fonction du régime alimentaire et du genre des membres du groupe.....                                                                               | 52 |
| Tableau 17 : Résultats d'une régression logistique du régime alimentaire et du genre du groupe sur le choix du plat .....                                                                                      | 52 |

## LISTE DES ANNEXES

|                                                                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Annexe 1 : Les cinq scénarios qui composent notre plan expérimental et qui ont été attribués de manière aléatoire aux participantes. .... | 75 |
| Annexe 2 : Le questionnaire en ligne de notre expérimentation. ....                                                                       | 81 |
| Annexe 3 : Environmental Concern Scale (Weigel & Weigel, 1978). ....                                                                      | 87 |
| Annexe 4 : Health consciousness scale (Gould, 1990) .....                                                                                 | 88 |

# I. INTRODUCTION

La consommation de viande est aujourd'hui une question qui suscite de nombreux débats entre préoccupations environnementales, préoccupations de santé, habitudes culturelles et sociales. Alors que les effets du changement climatique sont de plus en plus visibles et qu'un changement vers un mode de vie plus respectueux de l'environnement devient inévitable, les chercheurs nous expliquent qu'une réduction de la consommation de viande, et plus spécifiquement de viande rouge, serait un des moyens les plus efficaces pour diminuer nos émissions de dioxyde de carbone (Griesoph et al., 2021). Pourtant, en Europe occidentale, les comportements alimentaires évoluent lentement et une consommation importante de viande reste ancrée dans les habitudes.

Ce paradoxe entre intention et comportement s'explique par plusieurs facteurs individuels et sociaux. En effet, si certaines personnes consomment de la viande pour des raisons de goût, prix ou dû à un manque d'alternatives perçues, d'autres en consomment pour des raisons plus sociales. C'est ici que les normes sociales jouent un rôle important : elles orientent les comportements qui sont jugés comme acceptables et influencent les décisions des consommateurs (Higgs, 2015). Dans le cas du végétarisme<sup>1</sup>, les normes sociales peuvent constituer un obstacle, en raison de la stigmatisation qui touche souvent les individus s'écartant du modèle alimentaire omnivore traditionnel occidental (Rosenfeld et al., 2020).

De plus, les choix alimentaires sont liés à des enjeux d'identité, de genre et d'appartenance sociale. En effet, plusieurs études ont montré que la viande était associée à des idées de virilité et de masculinité, tandis que les régimes végétariens sont considérés comme plus féminins (Rogers, 2008 ; Browarnik, 2012 ; Mycek, 2018 ; Ruby, 2012 ; Kalof et al., 1999). Ces associations peuvent dissuader certains individus à suivre leurs convictions s'ils se trouvent dans des contextes où leurs choix pourraient être jugés. Les jeunes, en particulier, sont particulièrement sensibles au regard et à l'opinion des autres car ils sont toujours dans une phase de construction identitaire (Knoll et al., 2017).

---

<sup>1</sup> Végétarisme = régime alimentaire excluant toute chair animale (viande, poisson), mais qui admet en général la consommation d'aliments d'origine animale comme les œufs, le lait et les produits laitiers (fromage, yaourts) (Larousse, s.d.).

C'est dans cette dynamique de normes sociales, d'identité et de genre que s'inscrit notre mémoire de recherche. Nous avons souhaité comprendre dans quelle mesure la présence d'hommes vs. de femmes non-intimes dans un groupe social influence le choix alimentaire d'une femme lorsqu'une norme descriptive lui est présentée. Plus précisément, notre recherche s'inspire de l'étude de Bolderdijk et Cornelissen (2022) et s'intéresse à comprendre la manière dont des femmes de 18 à 25 ans réagissent à des scénarios dans lesquels leurs camarades font un choix alimentaire (végétarien ou non). Ce mémoire vise donc à comprendre si et dans quelles conditions la norme descriptive a le plus d'effet pour adopter des comportements végétariens. La question de recherche guidant ce mémoire est la suivante :

**“La présence d’hommes extérieurs au cercle intime de la participante (vs. femmes hors cercle intime) réduit-elle l’impact de la norme sociale dans une situation de choix durables pour des participantes âgée de 18 à 25 ans ?”**

Pour répondre à cette question, notre mémoire est séparé en plusieurs parties. Tout d'abord, vous trouverez une revue de la littérature scientifique sur les effets environnementaux et sanitaires de la consommation de viande, les normes sociales, l'identité végétarienne et les effets de genre et d'âge. Après cela, nous présentons notre étude quantitative construite autour de cinq scénarios, à partir desquels nous avons formulé et testé différentes hypothèses. Nous clôturons ce mémoire par une discussion sur les résultats obtenus, leurs implications théoriques et managériales ainsi que les limites et les futures recherches possibles.

## II. REVUE DE LA LITTÉRATURE

Notre monde est confronté à de multiples crises, le changement climatique s'imposant comme l'un des défis mondiaux les plus urgents. Les effets de la hausse des températures deviennent de plus en plus visibles, avec des phénomènes météorologiques extrêmes tels que des inondations, des incendies de forêt et des vagues de chaleur affectant des populations à travers le monde. Le monde scientifique alerte depuis un certain temps déjà sur le fait que, sans une réduction drastique des émissions de gaz à effet de serre, les températures continueront d'augmenter, entraînant des conséquences encore plus graves pour le bien-être humain et la santé de la planète (GIEC, 2023).

Bien que des efforts mondiaux soient déployés pour lutter contre le changement climatique, un facteur souvent négligé est le système alimentaire actuel, et en particulier le niveau actuel de consommation de viande. Le XXe siècle a vu une croissance massive de la production animale industrialisée, faisant des produits animaux, plutôt que du pain, la principale source de protéines dans les régimes alimentaires occidentaux (Boer et al., 2013). Depuis lors, la population a quadruplé, le revenu moyen a augmenté, ce qui a conduit à une demande accrue de produits d'origine animale et, par conséquent, la consommation mondiale de viande a continué d'augmenter, atteignant environ 350 millions de tonnes métriques (Gl Xu et al., 2021 ; Godfray et al., 2018 ; OCDE, 2024).

### **1. Impact de la consommation de viande sur le changement climatique**

L'impact environnemental de l'élevage animal a été largement reconnu dans diverses études. Un rapport de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO, 2006) le décrit même comme « l'un des contributeurs les plus significatifs aux problèmes environnementaux les plus graves d'aujourd'hui » (Freeman, 2010). Le système alimentaire dans son ensemble est responsable de 21 % à 37 % des émissions anthropiques totales de gaz à effet de serre (GES), ce qui en fait un secteur clé pour l'atténuation du changement climatique (Rosenzweig et al., 2020 ; Gl Xu et al., 2021).

L'agriculture et l'utilisation des terres sont des contributeurs importants aux émissions de GES. 57 % des émissions mondiales liées à la production alimentaire proviennent de la

production de viande et d'autres aliments d'origine animale, tandis que les aliments d'origine végétale représentent 29 % (Gl Xu et al., 2021).

En outre, la production de viande, en particulier celle issue des ruminants, contribue fortement à la perte de biodiversité, à la pollution azotée, à la déforestation et à l'érosion des sols (Clark et al., 2020 ; Griesoph et al., 2021 ; Aiking & de Boer, 2020). Les études montrent qu'une réduction significative de la consommation de viande et de produits laitiers pourrait permettre de diminuer jusqu'à 50 % les émissions liées à l'alimentation (Griesoph et al., 2021). De même, adopter un régime à base végétale pourrait réduire jusqu'à 80 % les émissions climatiques mondiales (Willett et al., 2019 ; Salmivaara et al., 2022).

La production de viande est une source majeure des trois principaux gaz à effet de serre : le dioxyde de carbone (CO<sub>2</sub>), le protoxyde d'azote (N<sub>2</sub>O) et le méthane (CH<sub>4</sub>) dont elle constitue la source la plus importante (Godfray et al., 2018). Ces émissions proviennent entre autres de la déforestation causée par la production d'aliments d'origine animale, ou encore de la production et de l'utilisation d'engrais et autres produits agrochimiques (Clark et al., 2020).

Un autre effet de la production de viande est sa consommation élevée d'eau. Elle nécessite d'immenses quantités d'eau douce, près d'un tiers des ressources mondiales en eau douce étant utilisées pour l'élevage (Godfray et al., 2018). En réalité, la viande représente 22 % de l'empreinte hydrique moyenne d'un consommateur (Hoekstra & Mekonnen, 2012).

Les recherches soulignent que diminuer les émissions du système alimentaire mondial est essentiel pour respecter les objectifs climatiques de l'Accord de Paris. Pourtant, ce levier reste souvent négligé car il est perçu comme un coût nécessaire pour nourrir la population mondiale (Clark et al., 2020).

Malgré son impact sur la planète, la consommation de viande continue d'augmenter, en particulier dans les cultures occidentales où la consommation de viande est considérée comme la norme sociale (Buttny & Kinefuchi, 2020).

## **2. Impact de la consommation de viande sur la santé**

En plus de son impact sur la santé de la planète, la consommation de viande a des effets critiques sur la santé. Les régimes alimentaires occidentaux se caractérisent par une consommation élevée de viandes rouges et transformées, ce qui « conduit à un apport en graisses saturées et en viandes rouges supérieur aux recommandations nutritionnelles » (Westhoek et al., 2014). Cela entraîne également une hausse du cholestérol et une diminution des antioxydants (Linseisen et al., 2009 ; Ocké et al., 2009 ; Pan et al., 2012).

Des études ont établi un lien entre ces régimes et une augmentation du risque de maladies cardiovasculaires (MCV), d'accident vasculaire cérébral, de diabète de type 2 (DT2) et de cancer (Schenk et al., 2018).

Les maladies cardiovasculaires constituent une problématique majeure : elles ont causé 4,2 millions de décès en Europe en 2019 (World Health Organization, 2024). Le lien entre viande transformée et MCV est bien établi, même si les effets de la viande rouge non transformée restent débattus (Wolk, 2017 ; Micha et al., 2010).

Le risque de cancer est une autre conséquence significative de la consommation excessive de viande. En 2022, le cancer colorectal (CCR) a causé plus de 900 000 décès dans le monde (World Cancer Research Fund, s.d.). Les viandes rouges et transformées ont été classées comme cancérogènes par le World Cancer Research Fund, l'American Institute for Cancer Research ainsi que par le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC) de l'Organisation mondiale de la santé (Godfray et al., 2018 ; Wolk, 2017). Selon Wolk (2017), le risque de CCR augmente de 17 % avec une consommation régulière de viande rouge, et davantage encore avec la viande transformée.

Le diabète est également associé à une consommation élevée de viandes rouges et transformées. Une consommation quotidienne de viande transformée est liée à une augmentation de 19 % à 32 % du risque de DT2 selon les études (Godfray et al., 2018 ; Wolk, 2017). De plus, une consommation importante de viande est aussi liée à l'obésité, qui constitue une crise majeure de santé publique (Battaglia Richi et al., 2016).

En raison de tous ces risques pour la santé, divers organismes nationaux et internationaux, comme le World Cancer Research Fund, ont recommandé de limiter la consommation de viande afin de préserver une bonne santé (Godfray et al., 2018).

### **3. Obstacles à la réduction de la consommation de viande**

Les individus peuvent souhaiter réduire ou diminuer leur consommation de viande pour des raisons de santé ou environnementales, pourtant, beaucoup continuent de consommer de la viande. Cela suggère qu'il existe des obstacles empêchant les individus de procéder à ces changements.

Les résultats indiquent que les consommateurs sont incertains quant à ce qui constitue des choix alimentaires favorables au climat ou à l'environnement, et seuls quelques-uns d'entre eux sont motivés à modifier leurs habitudes alimentaires pour des raisons environnementales ou liées au climat (Austgulen et al., 2018).

#### *3.1. La consommation de viande en tant que pratique culturelle et comportement habituel*

La consommation de viande est très largement habituelle et enracinée dans les routines quotidiennes et les contextes sociaux en Occident, ce qui en fait un comportement profondément ancré et difficile à changer. Les habitudes se forment lorsque des indices situationnels, tels que les routines des repas, déclenchent de manière constante les mêmes actions (Gardner, 2015 ; Orbell & Verplanken, 2015). Ces schémas de comportement deviennent automatiques, nécessitant une réflexion consciente minimale (Rees et al., 2018). La notion des 4N (*Natural, Normal, Necessary and Nice*), selon laquelle manger de la viande est naturel, normal, nécessaire et agréable, fait partie intégrante du cadre cognitif et culturel de la plupart des gens (Joy, 2011). Cette croyance répandue est renforcée par divers canaux sociaux, tels que les traditions familiales, les médias et certains enseignements religieux, solidifiant davantage la consommation de viande comme une norme incontestée (Piazza et al., 2015).

La consommation alimentaire n'est pas seulement une question de choix personnel, mais est façonnée par des normes culturelles et familiales. Les cultures et les familles établissent des règles sur les aliments acceptables, et dévier de ces normes peut être perçu comme un rejet non seulement de la nourriture, mais aussi des valeurs de la famille ou de la société dans laquelle

elle est servie (Kluever Romo & Erin Donovan-Kicken, 2012). Ce lien entre la nourriture et l'identité rend socialement difficile le refus de la viande car cela peut être interprété comme un rejet de ses racines culturelles (Markowski & Roxburgh, 2019). De plus, créer des alternatives socialement valorisées à la consommation de viande nécessite de remettre en question les attentes de longue date sur le rôle central de la viande dans les repas (Boer et al., 2013).

La consommation de viande reste profondément associée à la masculinité et à la virilité, avec des valeurs traditionnelles la liant à un symbole de patriarcat, de pouvoir et de domination (Adams, 1990 ; Rogers, 2008 ; Ruby & Heine, 2011). Le végétarisme, en revanche, est souvent perçu comme un comportement stéréotypiquement féminin (Browarnik, 2012 ; Mycek, 2018). Cette perception genrée est renforcée par des représentations médiatiques qui dépeignent la consommation de viande comme essentielle pour maintenir une identité masculine, tout en dénigrant le végétarisme comme faible ou peu viril (Rogers, 2008). En revanche, les femmes sont plus susceptibles d'exprimer des opinions et attitudes positives envers la réduction de leur propre consommation de viande (Aldoh et al., 2021). Au sein des familles, les mères tendent à être plus compréhensives envers les enfants qui adoptent des régimes végétariens, tandis que les pères sont plus sceptiques, voyant souvent le végétarisme comme insuffisant sur le plan nutritionnel ou socialement déviant (Beardsworth & Keil, 1991a, 1997). En conséquence, de nombreuses personnes qui deviennent végétariennes en vivant chez leurs parents attendent d'acquérir leur indépendance pour adopter pleinement un régime végan<sup>2</sup> (Cherry, 2015).

Les choix alimentaires sont également étroitement liés aux valeurs personnelles, les individus qui adoptent des valeurs universalistes, en mettant l'accent sur l'égalité et la responsabilité environnementale, sont plus susceptibles d'adopter des régimes végétariens ou flexitariens<sup>3</sup> (Berg & Gornitzka, 2018 ; Aldoh et al., 2021). La moralisation joue un rôle crucial dans la transformation des préférences alimentaires en valeurs, qui sont plus durables et profondément ancrées que de simples préférences (Rozin et al., 1997). Ceux qui justifient la consommation de viande par des arguments hiérarchiques, tels que l'idée que les animaux sont

---

<sup>2</sup> Véganisme = Mode de vie alliant une alimentation exclusive par les végétaux (végétalisme) et le refus de consommer tout produit (vêtements, chaussures, cosmétiques, etc.) issu des animaux ou de leur exploitation (Larousse, s.d.).

<sup>3</sup> Flexitarisme = mode d'alimentation principalement végétarien, mais incluant occasionnellement de la viande ou du poisson (Larousse, s.d.)

faits pour être mangés ou que Dieu a voulu que les humains mangent de la viande, sont plus susceptibles de maintenir des niveaux élevés de consommation de viande (Rothgerber, 2014).

L'un des obstacles majeurs à la réduction de la consommation de viande est le goût. Les personnes qui apprécient manger de la viande ont tendance à résister aux changements alimentaires, percevant souvent les aliments végétariens comme insipides ou insatisfaisants (Piazza et al., 2015). Le facteur « agréable », le plaisir et la satisfaction dérivés de la consommation de viande, représentent des justifications clés pour maintenir cette consommation (Graça et al., 2015). Des recherches ont montré que les individus qui défendent fortement des justifications liées au goût pour manger de la viande sont moins susceptibles de prendre en compte les aspects éthiques ou le bien-être animal lorsqu'ils font leurs choix alimentaires (Šedová et al., 2016).

Le prix est un autre facteur majeur influençant les choix alimentaires. Alors que certains individus mentionnent les contraintes financières comme raison de continuer à manger de la viande, d'autres affirment que les régimes végétariens sont plus coûteux ou moins accessibles (Rosenfeld & Tomiyama, 2020). De plus, certains consomment de la viande en raison du manque d'alternatives, notamment dans des environnements alimentaires où les options végétariennes et véganes sont limitées (Rosenfeld & Tomiyama, 2020). L'accessibilité économique semble constituer un défi persistant pour les régimes sans viande, en particulier compte tenu de l'importance de l'accessibilité financière et de la commodité dans la prise de décision des consommateurs.

Les gouvernements jouent un rôle crucial dans la formation des normes alimentaires, mais les politiques actuelles placent souvent la responsabilité du changement alimentaire sur les individus plutôt que d'implémenter des changements systémiques (Austgulen et al., 2018). Les politiques environnementales visant à transférer la responsabilité de la réduction des émissions de gaz à effet de serre aux consommateurs sont souvent inefficaces en raison de l'absence de lignes directrices claires et de consensus sur ce qui constitue une consommation de viande durable (Austgulen et al., 2018). De plus, les consommateurs souffrent déjà d'une surcharge d'informations, ce qui les rend résistants aux campagnes répétées incitant à des changements alimentaires (Berg & Gornitzka, 2018). Cependant, l'histoire a montré que des politiques efficaces peuvent induire à la fois des changements comportementaux à court terme et des

changements à long terme des normes sociales. Le recyclage, par exemple, a d'abord rencontré une résistance mais est devenu une pratique largement acceptée grâce aux incitations gouvernementales et aux campagnes de sensibilisation du public (Kinzig et al., 2013). De même, des politiques bien structurées garantissant une responsabilité partagée et un renforcement social pourraient conduire à une réduction généralisée de la consommation de viande au fil du temps.

La consommation de viande est influencée par une série de facteurs, y compris les habitudes, l'identité culturelle, les rôles de genre, les valeurs personnelles, les préférences gustatives et les contraintes économiques, qui contribuent tous à la complexité et à la difficulté de changer les comportements alimentaires. De plus, les normes sociales renforcent et soutiennent davantage ces schémas de consommation.

### 3.2. *Normes sociales*

Les normes sociales sont définies comme des « codes de conduite implicites qui guident les comportements appropriés » (Higgs, 2015). Les normes sociales dictent les comportements, attitudes et croyances acceptables au sein d'un groupe, influençant les actions individuelles à travers les attentes sociales perçues (Cialdini & Jacobson, 2021).

Les normes sociales peuvent être catégorisées en normes descriptives et injonctives (Kallgren et al., 2000). Les normes descriptives se réfèrent aux perceptions de la fréquence d'un comportement au sein d'un groupe, tandis que les normes injonctives concernent ce qui est socialement approuvé ou désapprouvé. Les normes subjectives, un concept étroitement lié aux normes injonctives, font référence à la pression sociale perçue pour se conformer, en fonction des attentes des référents importants, tels que la famille et les amis (Ajzen et al., 1980). Les normes sociales peuvent également être classées comme des normes statiques, qui demeurent stables au fil du temps, et des normes dynamiques, qui reflètent l'évolution des comportements sociaux (Aldoh et al., 2021). Ces normes guident les comportements en établissant des attentes, soit par une approbation sociale explicite, soit par des indices implicites indiquant ce qui est typique dans une société (Higgs, 2015).

Bien que l'influence des figures de référence proches soit largement reconnue dans la littérature, des recherches telles que celles de Bolderrijk et Cornelissen (2022) ou encore

l'expérience de Asch (1952) montrent également que des individus extérieurs au cercle intime («les weak ties») peuvent exercer une influence sociale significative sur nos comportements. Bolderdijk et Cornelissen ont mis en place une expérimentation où les participants étaient confrontés à des inconnus jouant le rôle de pairs, reprenant le principe des études classiques sur le conformisme d'Asch (1952). Malgré l'absence de lien affectif, la présence d'une majorité, même composée d'inconnus, peut générer un effet de conformité puissant, poussant un.e participant.e à ajuster son comportement par crainte d'être perçu.e comme déviante, étrange ou isolée. Contrairement à un contexte où les relations proches permettent d'exprimer un désaccord ou de justifier ses choix, l'interaction avec des inconnus tend à réduire cette marge de liberté, renforçant le poids des normes sociales perçues.

### *3.2.1. Normes culturelles et alimentaires*

Dans de nombreuses sociétés occidentales, consommer de la viande est profondément ancré comme le choix alimentaire normatif. Les identités nationales sont souvent associées à des aliments spécifiques qui servent de symboles du patrimoine, de la tradition et de la fierté. La consommation de viande, en particulier, est enracinée à la fois dans des traditions historiques et culturelles et est souvent le comportement par défaut, suivi sans beaucoup de réflexion consciente, tandis que le végétarisme ou le véganisme nécessitent une motivation active pour aller à l'encontre de la norme (Rosenfeld & Burrow, 2018 ; Nguyen & Platow, 2021). Cela est amplifié par les associations sociales liant la consommation de viande à la masculinité, à la force et au statut (Ruby & Heine, 2011 ; Adams, 1991). Des études ont révélé que les hommes qui adoptent des régimes végétariens sont souvent perçus comme moins masculins, ce qui peut les dissuader d'adopter ces changements alimentaires (MacInnis & Hodson, 2017).

La norme omnivore est renforcée à la fois de manière explicite et implicite à travers des récits culturels, des rituels sociaux et des pratiques institutionnelles. Lors des réunions de famille, des événements professionnels ou des sorties sociales, manger de la viande est attendu, et dévier de cette norme peut entraîner des conséquences sociales négatives (Salmivaara et al., 2022). Les omnivores évaluent fréquemment les végétariens et les végétariens plus négativement que leurs pairs mangeurs de viande, en particulier lorsque leurs choix alimentaires sont motivés par des préoccupations morales ou éthiques plutôt que par des raisons de santé (MacInnis & Hodson, 2017). Cela résulte d'un phénomène connu sous le nom de « dévalorisation des

bienfaiteurs », où les individus se sentent menacés par ceux qui défient le statu quo et réagissent de manière défensive pour protéger leurs propres pratiques (Bolderlijk & Cornelissen, 2022).

La probabilité de suivre les normes alimentaires augmente lorsque la norme est perçue comme pertinente à travers la comparaison sociale, particulièrement lorsqu'elle est établie par des individus avec lesquels on s'identifie. Cependant, l'alignement comportemental avec de telles normes est modéré par des facteurs tels que l'attention portée à la norme, les préoccupations liées à l'acceptation sociale et l'influence de normes personnelles concurrentes ou de stéréotypes de consommation. La décision de suivre un modèle normatif pertinent dépend également du degré d'incertitude situationnelle concernant le comportement approprié et de la motivation de l'individu à s'intégrer (Leone et al., 2007 ; Bevelander et al., 2013). Comme le note Higgs (2015), l'adhésion aux normes est particulièrement probable lorsqu'il existe une incertitude dans des contextes inconnus, et les gens utilisent donc les informations sur les normes descriptives comme guide.

### 3.2.2. *Pression normative et stigmatisation*

La perception que d'autres consomment de la viande régulièrement renforce la tendance d'un individu à faire de même, car les gens ont tendance à aligner leur comportement sur ce qui est perçu comme normal (Çoker et al., 2022). La *Théorie de l'identité sociale* (Tajfel & Turner, 1979) suggère que lorsque les individus s'identifient à un groupe social, ils sont plus enclins à adopter les habitudes alimentaires de ce groupe, renforçant ainsi les normes alimentaires au fil du temps (Turner, 1982 ; Tajfel & Turner, 1979).

De plus, suivre les normes sociales peut avoir des bénéfices émotionnels. En s'alignant sur les normes du groupe, les individus ressentent souvent un sentiment d'appartenance, ce qui peut renforcer l'estime de soi, un sentiment que l'on peut considérer comme gratifiant (Deutsch & Gerard, 1955). Ces normes facilitent la coordination sociale et la solidarité, mais elles peuvent également agir comme des obstacles au changement, en particulier lorsque les normes existantes favorisent des comportements nuisibles pour l'environnement, tels que la consommation de viande (Alblas et al., 2022).

En dépit de la disponibilité croissante des options végétales, la stigmatisation sociale aggrave encore ces défis, les végétariens et les végétariens faisant souvent face à l'exclusion, aux

critiques ou étant étiquetés comme difficiles (Markowski & Roxburgh, 2019). Les végétariens et les végans y sont souvent confrontés en raison de leur déviation des normes alimentaires culturelles. Cette stigmatisation, parfois appelée « végaphobie » souligne la dévalorisation sociale dont le végétarisme fait l'objet, avec des individus subissant des remarques dénigrantes, des tensions relationnelles, ou de l'anxiété lorsqu'ils révèlent leurs choix alimentaires (Rosenfeld et al., 2020). En pratique, elle se manifeste par des attitudes négatives, des remises en question, des micro-agressions, ainsi que la minimisation des choix, considérés comme une simple phase (Rosenfeld et al., 2020 ; MacInnis & Hodson, 2017 ; Torti, 2017 ; LeRette, 2014). Dans les relations familiales et sociales proches, ces tensions peuvent conduire à des interactions sociales réduites ou créer des conflits, de nombreux non-végétariens considérant les régimes sans viande comme une phase temporaire ou un risque nutritionnel (Salmivaara et al., 2022). La peur d'être perçu comme moralement supérieur ou jugeant peut également amener les végétariens à minimiser leurs choix alimentaires ou à utiliser des justifications plus neutres, comme les bienfaits pour la santé plutôt que les préoccupations éthiques (Kluever Romo & Erin Donovan-Kicken, 2012).

### 3.2.3. *Déviation des normes : coûts et stratégies*

Parce que dévier des normes alimentaires peut avoir un coût social, les végétariens et les végans développent souvent des stratégies pour gérer ces défis. Certains défient la norme en prônant ouvertement l'alimentation végétarienne et en confrontant les normes de consommation de viande dans des contextes sociaux, malgré la réaction négative potentielle (Salmivaara et al., 2022). Une autre stratégie consiste à affaiblir la norme en introduisant des repas végétariens dans des espaces partagés, montrant que l'alimentation sans viande peut être agréable, accessible et socialement acceptable (Kluever Romo & Erin Donovan-Kicken, 2012). Finalement, certains choisissent de se conformer à la norme dominante de la consommation de viande dans des contextes sociaux pour éviter le jugement social (c'est-à-dire le « self-silencing »). Cela peut inclure le fait de consommer temporairement de la viande afin d'éviter l'inconfort ou les conflits, même en présence de personnes avec lesquelles il n'existe aucun lien de proximité.

### 3.2.4. *Le phénomène de « self-silencing »*

Le « self-silencing » désigne la tendance à ne pas exprimer certaines convictions personnelles pour éviter des jugements sociaux. Cette attitude peut s'observer lorsque des

végétariens ou vegans se trouvent dans des contextes où la norme dominante est la consommation de viande. Comme l'ont montré Bolderdijk et Cornelissen (2022), il arrive que des vegans préfèrent taire leurs choix alimentaires lorsqu'ils sont entourés de non-végétariens, par crainte d'être perçus comme moralisateurs ou de susciter des réactions négatives. Ce silence alimente sans le vouloir l'idée que le véganisme reste un phénomène de niche (Bolderdijk & Cornelissen, 2022). Les végétariens et les vegans sont souvent conscients que leurs choix alimentaires peuvent être interprétés comme une critique implicite des habitudes majoritaires, ce qui peut provoquer des réactions de rejet (Greenebaum, 2012). Cette vigilance s'explique notamment par des expériences antérieures de rejet ou de remarques négatives, qui engendre une certaine appréhension de s'affirmer ouvertement (Hirschler, 2011 ; MacInnis & Hodson, 2017). Pour limiter ce risque, certains préfèrent invoquer des raisons personnelles (comme le goût) plutôt que des arguments éthiques (comme la souffrance animale), afin de ne pas vexer leur entourage (Greenebaum, 2012 ; Markowski & Roxburgh, 2019). Cependant, il existe des situations sociales où ces justifications ne sont pas possibles, par exemple lors d'un repas entre collègues où chacun commande à tour de rôle (Bolderdijk & Cornelissen, 2022). Dans ces cas-là, les vegans peuvent se retrouver face à un choix difficile : être fidèles à leurs convictions ou éviter de se démarquer. Ce type de dilemme illustre bien comment le « self-silencing » peut s'imposer, même chez celles et ceux qui adhèrent profondément à des principes moraux, dès lors qu'ils craignent d'entrer en conflit avec la norme sociale dominante (Bolderdijk & Cornelissen, 2022).

### 3.2.5. *Évolution des normes*

Malgré la forte résistance sociale, les normes peuvent changer au fil du temps, notamment lorsqu'elles sont soutenues par des alliés et des interventions structurelles. Les alliés, qu'il s'agisse d'individus, de groupes de défense ou d'institutions, jouent un rôle crucial dans le changement des normes en normalisant les régimes végétariens et en offrant des alternatives qui facilitent la réduction de la consommation de viande (Bolderdijk & Cornelissen, 2022). Des études indiquent que l'exposition à des pairs qui réduisent leur consommation de viande augmente la probabilité que d'autres suivent leur exemple, démontrant la nature contagieuse des changements de norme (Markowski & Roxburgh, 2019).

Pour qu'un changement à grande échelle des normes sociales se produise, un point de bascule doit être atteint, où un nombre suffisant de personnes adopte un nouveau comportement,

en faisant la nouvelle norme (Lasarov et al., 2022). De plus, le *Modèle d'Activation des Normes* de Schwartz (1968, 1977) suggère que pour qu'une norme morale influence le comportement, les individus doivent être conscients des conséquences de leurs actions et ressentir un sentiment de responsabilité personnelle. Cela peut être facilité par des changements de politique, tels que faire des repas végétariens l'option par défaut dans les institutions, mettre en place des taxes sur la viande ou mener des campagnes médiatiques mettant en avant l'acceptation croissante des régimes végétariens (Welsch, 2022). Les recherches sur les normes dynamiques suggèrent que mettre l'accent sur l'idée que d'autres modifient déjà leur comportement peut être une stratégie efficace pour encourager davantage le changement (Sparkman & Walton, 2017). Lorsque les individus perçoivent que les habitudes alimentaires évoluent, ils sont plus susceptibles d'aligner leur comportement en conséquence. Par exemple, une étude aux États-Unis où les gens ont reçu des informations sur le déclin de la consommation de viande a conduit à un plus grand intérêt des participants pour réduire leur propre consommation (Sparkman et al., 2021).

Les normes sociales et culturelles sont des forces puissantes dans la formation des choix alimentaires. Cependant, elles varient géographiquement et évoluent au fil du temps (Deliens et al., 2014). Actuellement, nous constatons que le flexitarisme et les régimes végétariens sont de plus en plus répandus, signalant un changement dans les perceptions normatives. Une exposition accrue à ces régimes à travers les pairs et les politiques institutionnelles peut faciliter cette transition (Bolderlijk & Cornelissen, 2022 ; Markowski & Roxburgh, 2019). Les liens sociaux jouent un rôle crucial dans ce processus, les individus étant plus enclins à adopter des changements alimentaires lorsqu'ils sont soutenus par leurs cercles sociaux immédiats (Zafar, 2008).

Un autre mécanisme impliquant une relation négative entre le comportement propre et celui des autres concerne la distinction sociale ; lorsqu'un comportement souhaitable est rare, les gens peuvent l'adopter pour se démarquer (Bénabou & Tirole, 2006). À mesure que ce comportement devient plus courant, il perd son caractère distinctif, ce qui peut entraîner une réduction de l'engagement et des effets contraires (effets boomerang) (Welsch, 2022). Les normes descriptives et injonctives peuvent également échouer en raison de la réactance, en particulier lorsque le comportement est montré comme étant effectué par une minorité. Mettre en évidence les normes dynamiques peut aider à contrer cela (Aldoh et al., 2021).

#### 4. Le paradoxe de la viande : obstacles psychologiques et situationnels au changement de régime alimentaire

La volonté de réduire la consommation de viande s'intensifie, motivée par des préoccupations liées à la santé, à l'environnement et au bien-être animal. Pourtant, de nombreuses personnes continuent à consommer de la viande malgré ces convictions, illustrant une forme de dissonance cognitive (Šedová et al., 2016). Ce phénomène, souvent appelé « paradoxe de la viande », désigne le conflit moral vécu par les omnivores qui rejettent la souffrance animale tout en continuant à manger de la viande (Rothgerber, 2015 ; Herzog, 2010 ; Joy, 2010 ; Loughnan, Bastian & Haslam, 2014 ; Loughnan, Haslam & Bastian, 2010). Selon la théorie de la *dissonance cognitive* (Festinger, 1957 ; Cooper, 2007 ; Harmon-Jones & Mills, 1999), cette tension peut être résolue soit en modifiant son comportement, soit en ajustant ses croyances pour justifier la consommation. Étant donné que la grande majorité des gens continuent à consommer de la viande, la seconde option semble plus courante.

##### 4.1. Techniques de neutralisation

Pour résoudre la dissonance entre leurs valeurs morales et leur consommation de viande, les individus adoptent des techniques de neutralisation, comme des croyances auto-justificatrices, qui minimisent ou nient les conséquences négatives de leurs choix alimentaires. Ces croyances restent résistantes au changement, même lorsque des informations factuelles sont présentées, rendant les interventions peu efficaces pour faire évoluer les comportements (Festinger, 1957 ; Hestermann et al., 2017 ; Bazoche et al., 2023).

La rationalisation est centrale dans ce processus, permettant de préserver une image positive de soi malgré des actions potentiellement contraires à l'éthique (Kunda, 1990 ; Mercier, 2011 ; Tsang, 2002 ; Bandura, 1999 ; Jordan & Monin, 2008 ; Mazar et al., 2008 ; Haidt, 2001 ; Uhlmann et al., 2009). Parmi les stratégies courantes figurent la dissociation entre la viande et l'animal, l'euphémisation du langage ou encore la délégation de responsabilité (Šedová et al., 2016 ; Buttlar et al., 2020 ; Schenk et al., 2018). La justification par les « 4Ns » (pour rappel, il s'agit de la consommation de viande perçue comme « *Natural, Normal, Necessary and Nice* » - naturelle, normale, nécessaire et agréable) est également largement utilisée, de même que l'idée de consommer moins que la moyenne ou de réduire plus tard (Šedová et al., 2016).

Ces mécanismes contribuent à ce que Bauman (2003) appelle « l’aveuglement moral », où les individus restent inconscients ou choisissent d’ignorer les implications éthiques de leurs habitudes de consommation (Šedová et al., 2016 ; Bauman, 2003). Le scepticisme à l’égard des régimes alternatifs ou encore la sous-estimation de l’impact climatique de la viande limitent le passage à l’action. De plus, la croyance selon laquelle il est difficile de modifier ses habitudes alimentaires dissuade davantage les individus de tenter de réduire leur consommation de viande (Austgulen et al., 2018).

Enfin, les facteurs contextuels jouent un rôle déterminant. Dans des environnements festifs ou hédoniques, les individus privilégient souvent le plaisir au détriment des considérations éthiques (Bamberg & Moser, 2007 ; Rosenfeld & Tomiyama, 2019). La recherche indique que les intentions ne prédisent qu’une fraction du comportement réel, car les signaux situationnels déclenchent souvent des actions habituelles (Danner et al., 2008 ; Sheeran & Webb, 2016 ; Wood & Neal, 2007). Les « reducers » (c’est-à-dire les personnes cherchant à réduire leur consommation de viande) sont plus susceptibles d’en consommer lorsque le contexte favorise l’indulgence plutôt que la prise de décision rationnelle. De plus, des études qualitatives montrent que même les végétariens enfreignent parfois leur régime lors d’occasions spéciales, ce qui souligne l’influence des facteurs sociaux et situationnels (Wehbe et al., 2022 ; Bouwman et al., 2021).

## **5. Végétariens et identité (facteurs facilitant l’expression du végétarisme et stratégies d’adaptation)**

Malgré les obstacles qui freinent les individus à devenir végétariens ou végétariens, un nombre croissant de personnes choisissent néanmoins de modifier leurs habitudes alimentaires en adoptant un régime sans viande. Quelles en sont les raisons ? Le parcours menant au végétarisme ou au véganisme constitue souvent une expérience profondément personnelle et transformatrice, motivée par des considérations éthiques, environnementales et de santé. Pour beaucoup, cette décision découle d’une préoccupation pour le bien-être animal, des conséquences environnementales de la consommation de viande ou du désir de mener une vie plus saine (Fox & Ward, 2008 ; Santos & Booth, 1996 ; Worsley & Skrzypiec, 1998). Certains individus sont également motivés par un dégoût viscéral envers la viande, qu’ils associent de manière directe à son origine animale (Kunst & Hohle, 2016 ; Ruby & Heine, 2012). Quelle que soit la motivation spécifique, l’adoption d’un régime sans viande représente souvent bien

plus qu'un simple changement alimentaire : elle incarne une transformation identitaire qui influence les interactions sociales, les valeurs personnelles et la manière dont l'individu se perçoit au sein de la société (Rosenfeld & Burrow, 2017).

Pour de nombreux végétariens et végétariens, leurs choix alimentaires deviennent un élément central de leur identité personnelle. Selon la *Théorie de l'identité sociale* (Tajfel & Turner, 1985), les individus tirent un sentiment d'appartenance de leur affiliation à un groupe, ce qui est particulièrement vrai dans le cas des végétariens, qui trouvent une communauté auprès de personnes partageant les mêmes convictions. Dans ce cadre, ils sont plus susceptibles d'adapter leur comportement aux normes perçues de leur groupe (Smith & Louis, 2008). La consommation alimentaire joue ainsi un rôle important dans la construction et la validation des identités personnelles car elle est intimement liée à des significations sociales, morales et politiques (Belk, 1988 ; Dittmar, 1992 ; Rössel & Pape, 2016). Toutefois, les étiquettes telles que « végétarien » ou « végétarien » ne sont pas toujours simples. Des recherches ont montré qu'il existe un spectre fluide de pratiques alimentaires omnivores, plutôt qu'une distinction stricte entre consommateurs de viande et non-consommateurs (Rosenfeld et al., 2018). Certaines personnes se déclarant végétariennes consomment des produits laitiers, des œufs ou du poisson, tandis que d'autres excluent tous les produits d'origine animale. Le degré de rigueur peut également varier selon les périodes ou les contextes sociaux. Cela peut entraîner la perception d'une hiérarchie au sein de la communauté végétarienne, où ceux qui éliminent un plus grand nombre de produits animaux se voient attribuer un statut végétarien plus élevé (Jabs et al., 2000). Ainsi, le fait de s'identifier comme végétarien et celui de suivre réellement un régime végétarien constituent deux phénomènes distincts (Rosenfeld & Burrow, 2017).

Rosenfeld et Burrow (2017) conceptualisent le végétarisme comme une identité sociale et développent le *Modèle Unifié de l'Identité Végétarienne* (Unified Model of Vegetarian Identity) pour en rendre compte. À partir de ce modèle, ils proposent une notion plus large, celle de « l'identité diétarienne », qui englobe les pensées, émotions et comportements liés à la consommation ou à l'évitement de produits d'origine animale, c'est-à-dire la viande rouge, la volaille, le poisson, les œufs et les produits laitiers. Tandis que l'*identité végétarienne* s'applique spécifiquement à ceux qui s'identifient comme tels, l'identité diétarienne constitue un champ plus inclusif, avec lequel tout individu peut entrer en relation, indépendamment des

étiquettes alimentaires ou des choix de consommation. L'identité végétarienne peut ainsi être comprise comme une forme particulière de l'identité diétarienne (Rosenfeld & Burrow, 2018).

Dans le cadre familial, les choix alimentaires peuvent avoir une influence particulièrement marquée. Bien que les végétariens rencontrent souvent une certaine résistance de la part de leurs proches, ils parviennent progressivement à modifier les habitudes alimentaires au sein de leur foyer. Nombreux sont ceux qui rapportent que, avec le temps, les membres de leur famille commencent à cuisiner davantage de plats végétariens ou à manifester une plus grande acceptation de ces régimes (Salmivaara et al., 2022). Certains végétariens s'efforcent activement de déconstruire les préjugés associés à l'alimentation végétale en servant des plats végétariens ressemblant à des mets traditionnels, contribuant ainsi à affaiblir les normes sociales entourant la consommation de viande (Buttny & Kinefuchi, 2020).

Au-delà du cercle familial, les végétariens peuvent également inspirer un changement social plus large. Des études montrent qu'ils peuvent inciter leurs ami.e.s omnivores à réduire leur consommation de viande. Par ailleurs, les personnes qui consomment peu ou pas de viande ont tendance à se lier d'amitié avec des individus ayant des habitudes alimentaires similaires (Lea & Worsley, 2001). Ce phénomène peut s'expliquer par le besoin de soutien social, identifié comme un facteur clé dans le maintien à long terme d'un régime végétarien (Jabs et al., 1998). De plus, la présence accrue de végétariens au sein d'une communauté peut créer un effet de norme sociale, accélérant la transition vers ce type d'alimentation (Eker et al., 2019). Les recherches indiquent que les individus sont effectivement plus enclins à partager leurs choix alimentaires non conventionnels, tels que le végétarisme, lorsqu'ils perçoivent leur entourage comme favorable, ouvert d'esprit ou partageant les mêmes valeurs (Kluever Romo & Erin Donovan-Kicken, 2012). Toutefois, les végétariens doivent aborder ces échanges avec prudence afin d'éviter de susciter des réactions de rejet. Les études suggèrent que la confrontation est souvent contre-productive ; les végétariens privilégient alors des stratégies de préservation de la face, visant à protéger à la fois leur image et celle des omnivores (Greenebaum, 2012). Des approches telles que le fait d'attendre que les autres posent des questions, de mettre en avant les bénéfices pour la santé plutôt que les arguments éthiques, ou encore de montrer l'exemple, s'avèrent généralement plus efficaces pour favoriser une évolution des comportements alimentaires (Greenebaum, 2012 ; Jabs et al., 2000). Ces pressions sociales peuvent même pousser certains végétariens à dissimuler leurs pratiques

alimentaires afin d'éviter les discussions conflictuelles, voire de consommer occasionnellement de la viande afin de préserver l'harmonie sociale – un phénomène de “self-silencing” (Rosenfeld & Tomiyama, 2019).

Malgré les contraintes existantes, la visibilité croissante du végétarisme et du véganisme contribue à faire évoluer les représentations sociales. L'information sur les régimes végétariens et végétaliens n'a jamais été aussi accessible, et les préoccupations liées à la durabilité occupent une place de plus en plus centrale dans le débat public (Salmivaara et al., 2022). Bien que le végétarisme demeure une pratique minoritaire sur le plan social (Nezlek & Forestell, 2020), la multiplication des alternatives végétales dans les restaurants et les supermarchés reflète une acceptation croissante de ces régimes alimentaires. Néanmoins, la persistance des stéréotypes et la résistance d'une partie des omnivores indiquent que la transition vers un changement alimentaire généralisé demeure un processus long et complexe.

## **6. Population jeune et différences entre les genres**

Bien que les jeunes soient considérés comme les plus susceptibles de réduire leur consommation de viande, une stigmatisation à l'égard du végétarisme et du véganisme persiste au sein de cette population (Markowski & Roxburgh, 2019). Cela indique que, malgré la popularité croissante des régimes végétariens, des barrières culturelles et sociales subsistent. Cette résistance peut également s'expliquer par le fait que les jeunes sont encore en construction identitaire et sont, de ce fait, davantage influencés par l'opinion d'autrui. En effet, des recherches ont montré que, bien que toutes les tranches d'âge soient sensibles à l'influence sociale, celle-ci tend à diminuer avec l'âge (Knoll et al., 2017).

Le genre constitue un autre facteur déterminant dans la consommation de viande. Les études démontrent de manière constante que les femmes sont plus enclines que les hommes à adopter des régimes végétariens (Kalof et al., 1999). Elles présentent également une plus grande sensibilité aux enjeux de santé (Fagerli & Wandel, 1999) et se montrent plus conscientes des bénéfices environnementaux associés à la réduction de la consommation de viande (Tobler et al., 2011). À l'inverse, les hommes consomment en moyenne plus de viande que les femmes (Vergnaud et al., 2010 ; de Boer et al., 2007 ; Gossard & York, 2003 ; Guenther et al., 2005 ; Leahy et al., 2011 ; MRI, 2008 ; Praetlaelae et al., 2007), une pratique souvent ancrée dans des normes sociales et culturelles associées à la masculinité (Schenk et al., 2018 ; Adams, 1990 ;

Rogers, 2008 ; Rozin et al., 2012 ; Ruby & Heine, 2011 ; Sobal, 2005). Dans une revue de littérature exhaustive, Ruby (2012) met en évidence l'association fréquente entre la consommation de viande et la masculinité. Comparés aux femmes, les hommes perçoivent davantage la viande comme un élément essentiel d'un régime équilibré, en consomment plus régulièrement et manifestent une moindre préoccupation quant à ses effets sur les animaux et l'environnement. Il n'est donc pas surprenant que les femmes soient plus nombreuses à adopter un régime végétarien.

Les motivations différenciées selon le genre influencent également les attitudes envers le végétarisme. Les femmes évoquent plus fréquemment des considérations de santé, telles que la crainte d'une carence en fer, comme obstacles à un engagement végétarien total, tandis que des valeurs universelles, notamment éthiques, les incitent à réduire leur consommation de viande (Lea & Worsley, 2001). Chez les hommes, le principal facteur prédictif de leurs habitudes de consommation de viande est le nombre d'amis végétariens dans leur entourage (Lea & Worsley, 2001). Ainsi, si la commodité perçue, la santé et l'environnement apparaissent comme des motivations majeures pour les femmes, l'influence sociale semble jouer un rôle prépondérant chez les hommes (Cordts et al., 2014 ; Schenk et al., 2018). Il est intéressant de noter que, bien que les femmes manifestent généralement une intention plus forte d'éviter la viande (Schenk et al., 2018), des études suggèrent que le végétarisme masculin est mieux accueilli dans le cadre familial que le végétarisme féminin (Cherry, 2015). Ces résultats corroborent ceux de Merriman (2010), selon lesquels les familles tendent à adopter une posture neutre voire favorable face au végétarisme masculin, tandis qu'elles se montrent plus hostiles à l'égard des choix alimentaires des femmes.

Les femmes semblent accorder une attention particulière aux comportements d'autres femmes, notamment en matière de comparaison sociale, en partie en raison des mécanismes de socialisation liés au genre. Les femmes sont plus enclines que les hommes à se comparer physiquement aux autres, et ces comparaisons ont souvent des conséquences plus négatives pour elles (Heinberg & Thompson, 1992 ; Jones, 2001). Elles ont également tendance à effectuer davantage de comparaisons ascendantes, c'est-à-dire avec des figures perçues comme supérieures, comme des mannequins, alors que les hommes privilégient les comparaisons descendantes (Strahan et al., 2006).

Cette sensibilité accrue aux normes sociales féminines peut s'expliquer par le processus de construction identitaire genrée. Selon Sánchez-López et Limiñana-Gras (2017), l'identité de genre est façonnée par l'intériorisation progressive de normes et d'attentes sociales, qui déterminent les comportements, émotions et rôles jugés appropriés selon le sexe. Ainsi, apprendre à « être une femme » implique aussi d'apprendre quelles attitudes adopter dans des contextes sociaux donnés. Chrisler (2004) renforce cette idée en mobilisant la théorie de l'apprentissage social, selon laquelle les enfants intègrent les rôles de genre en observant ce que font les autres. Les comportements en accord avec les attentes de leur genre sont encouragés, tandis que les écarts sont punis (Bussey & Bandura, 1999). Dans un tel contexte, il devient compréhensible que les femmes soient particulièrement sensibles aux choix et aux comportements d'autres femmes, qui servent de référence normative et de guide pour leur propre conduite.

### III. ETUDE EMPIRIQUE

Sur base de la revue de la littérature de la première partie, nous avons pu formuler différentes hypothèses afin de répondre à la question de recherche de ce mémoire. Dans le but de valider ou invalider ces dernières, nous décrivons dans cette seconde partie la méthodologie d'étude suivie. Nous abordons tout d'abord la question de recherche et les différentes hypothèses posées. Nous détaillerons ensuite le type de recherche ainsi que la méthode de collecte de données.

#### 1. Question de recherche

Notre revue de la littérature met en évidence que les jeunes sont particulièrement sensibles aux normes sociales, et que des différences genrées marquent leur rapport à la consommation de viande. Pour de nombreux hommes, manger de la viande est perçu comme un acte naturel, normal, voire un symbole de virilité. Les femmes, quant à elles, réduisent leur consommation de viande pour des raisons variées, telles que la santé, les préoccupations environnementales ou le bien-être animal. En nous inspirant des travaux de Bolderdijk et Cornelissen (2022), nous examinons l'effet d'une norme descriptive – les choix alimentaires visibles (végétariens ou carnés) de personnes extérieures au cercle intime (soit exclusivement des hommes, soit exclusivement des femmes) – sur les décisions alimentaires des jeunes femmes. Dans la lignée de cette expérimentation, nous avons développé des scénarios dans lesquels les participantes sont placées en présence d'individus desquels elles ne sentent pas proches (*«les weak ties»*). Notre objectif est d'analyser comment les normes sociales et les pressions liées à la conformité peuvent influencer la consommation de viande chez les femmes âgées de 18 à 25 ans, lorsqu'elles sont confrontées à un choix entre des plats végétariens et non végétariens.

La norme descriptive que nous avons choisie de présenter aux participantes de notre étude est donc une norme qui dit que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement tendent à privilégier des plats végétariens. Cela se justifie par ce qui a été abordé lors de notre revue de la littérature. En effet, une consommation excessive de viande excessive est néfaste pour l'environnement. De plus, le végétarisme est souvent associé aux femmes.

Cela nous amène à la formulation de notre question de recherche :

**« La présence d’hommes extérieurs au cercle intime de la participante (vs. femmes hors cercle intime) réduit-elle l’impact de la norme sociale dans une situation de choix alimentaire pour des participantes âgées de 18 à 25 ans ? »**

Les différents questionnements et discussions concernant l’élaboration de notre expérimentation nous ont menées à nous poser la sous-question suivante :

**« La présence d’hommes extérieurs au cercle intime de la participante (vs femmes hors cercle intime) et leur choix opposé à la norme sociale, réduisent-ils davantage l’impact de la norme sociale dans une situation de choix pour des participantes ? »**

## **2. Hypothèses**

L'étude du cadre théorique nous a permis de mieux comprendre le contexte. Il est donc désormais temps de développer des hypothèses pour tenter de répondre à ces questions. Nous en avons choisi cinq qui nous semblent les plus pertinentes.

### *2.1. Hypothèse 1*

Pour commencer, notre première hypothèse, centrale pour notre mémoire, vise à répondre à notre question de recherche. Elle s’appuie sur plusieurs éléments clés identifiés dans la revue de littérature.

Ensuite, les travaux de Ruby & Heine (2011) ainsi que d'Adams (1991) ont mis en évidence que la consommation de viande est fortement associée à des valeurs de masculinité.

L'étude de Knoll et al. (2017) a montré que l'influence sociale tend à diminuer avec l'âge. Cela peut notamment s’expliquer par le fait que les jeunes adultes, encore en construction identitaire, sont plus sensibles aux jugements des autres. Bien que toutes les tranches d'âge soient sensibles à l'influence sociale, cette sensibilité est plus marquée chez les plus jeunes.

Sur base de ces constats, nous pensons qu’en présence d'hommes non-intimes, les jeunes femmes pourraient être moins aptes à choisir un plat végétarien, par crainte d’être mises à l’écart du groupe ou d'adopter un comportement perçu comme moins conforme aux normes sociales attendues. Nous arrivons donc à notre première hypothèse :

### **Hypothèse 1 :**

**Le genre des personnes accompagnant une femme exposée à une norme influence son choix alimentaire** — *dans le sens où la présence d'hommes réduit le choix végétarien (vs la présence de femmes).*

### **2.2. Hypothèse 2**

Nous pensons que lorsque les membres de son groupe commandent oralement des plats avec de la viande, cela renforce non seulement la norme omnivore, mais accentue également la pression de conformité car le comportement normatif devient alors plus visible. Par ailleurs, les femmes ont tendance à se conformer davantage aux comportements perçus comme socialement attendus pour leur genre, et à imiter plus facilement d'autres femmes dans des contextes normatifs (Bussey & Bandura, 1999 ; Chrisler, 2004). Ainsi, la norme végétarienne que nous présentons (les femmes soucieuses de l'environnement tendent à choisir des plats végétariens) pourrait avoir moins d'impact si la participante est entourée d'hommes exprimant des choix carnés. Cela nous mène donc à notre deuxième hypothèse qui vise à tester notre sous-question:

### **Hypothèse 2 :**

**La relation entre le genre des personnes qui accompagnent une jeune femme exposée à une norme et le choix alimentaire de cette dernière est modéré par le choix des accompagnateurs** — *dans le sens où le choix d'un plat végétarien renforce le choix végétarien de la jeune femme d'autant plus lorsqu'elle est accompagnée de femmes.*

### **2.3. Hypothèse 3**

Comme nous l'avons expliqué dans notre revue de la littérature, une consommation excessive de viande peut entraîner d'importants problèmes de santé tels que les maladies cardiovasculaires, les AVC, le diabète de type 2 et certains cancers (Schenk et al., 2018). Nous avons également constaté que les femmes ont tendance à être plus soucieuses de leur santé (Fagerli & Wandel, 1999). Nous pensons donc qu'une femme qui fait attention à sa santé sera plus amenée à consommer des plats végétariens et sera moins influencée par la présence d'homme lors de son choix de repas. Cela mène donc à notre troisième hypothèse :

### **Hypothèse 3 :**

**La sensibilité que la participante accorde à sa santé modère l'effet de la présence d'hommes extérieurs à son cercle intime (vs. femmes hors de ce cercle) sur**

**l'impact d'une norme descriptive qui lui est présentée lors du choix d'un menu végétarien parmi différentes options** — *plus précisément, la participante est davantage susceptible de choisir un menu végétarien lorsqu'elle accorde de l'importance à sa santé.*

#### 2.4. Hypothèse 4

Nos recherches ont également mis en évidence l'impact environnemental colossal de la production de viande (Clark et al., 2020 ; Gl Xu et al., 2021). Adopter un régime alimentaire plus végétarien est vu comme une des solutions les plus efficaces pour réduire jusqu'à 80% les émissions de gaz à effet de serre (Willett et al., 2019 ; Salmivaara et al., 2022). Une personne ayant une forte conscience environnementale pourrait donc être moins influencée par des pressions sociales et plus encline à choisir un plat végétarien, même en présence d'hommes non-intimes. Cela mène à notre quatrième hypothèse :

#### **Hypothèse 4 :**

**La sensibilité de la participante à la cause environnementale modère l'effet de la présence d'hommes extérieurs à son cercle intime (vs. femmes hors de ce cercle) sur l'impact d'une norme descriptive qui lui est présentée lors du choix d'un menu végétarien parmi différentes options** — *plus précisément, la participante est davantage susceptible de choisir un menu végétarien lorsqu'elle accorde de l'importance à la protection de l'environnement.*

#### 2.5. Hypothèse 5

Finalement, comme nous l'avons expliqué dans notre revue de littérature, les choix alimentaires d'un végétarien constituent une part centrale de leur identité. Donc, les individus ayant une identité végétarienne forte sont moins susceptibles de manger de la viande pour se conformer aux normes sociales. Notamment car la motivation des végétariens est généralement ancrée dans des valeurs éthiques ou environnementales (Rosenfeld & Tomiyama, 2019 ; Markowski & Roxburgh, 2019). Toutefois, la littérature souligne également que certains végétariens peuvent faire preuve de « self-silencing » dans des contextes sociaux spécifiques, c'est-à-dire qu'ils peuvent taire certaines convictions personnelles pour éviter des conflits et préserver l'harmonie sociale (Rosenfeld & Tomiyama, 2019). Par conséquent, même si une femme végétarienne a une probabilité plus élevée de maintenir son choix alimentaire, il reste

possible qu'elle soit influencée par la présence d'hommes non-intimes, perçue comme socialement menaçante. Cela nous conduit donc à notre cinquième et dernière hypothèse :

### **Hypothèse 5:**

**Le fait d'être végétarienne modère l'effet de la présence d'hommes extérieurs au cercle intime de la participante (vs. femmes hors de ce cercle) sur l'impact d'une norme descriptive qui lui est présentée lors du choix d'un menu végétarien parmi différentes options** — *plus précisément, la participante est davantage susceptible de choisir un menu végétarien lorsqu'elle est elle-même végétarienne.*

## **3. Méthodologie**

### *3.1. Type de recherche*

Notre étude est de type causal, elle permet de vérifier des relations de cause à effet entre différentes variables et de tester les hypothèses formulées suite à notre revue de la littérature. À travers cette étude, nous observons donc l'influence de certaines variables (indépendantes) sur d'autres (dépendantes). Cette approche permet par ailleurs d'identifier la nature du lien entre les variables causales et le résultat à anticiper (Lim, 2024). L'expérimentation, sous forme d'un questionnaire en ligne, est la méthode choisie pour cette étude quantitative.

Une étude quantitative vise principalement à répondre aux questions de type « combien » et « comment », plutôt qu'à explorer le « pourquoi » comme le ferait une étude qualitative. Elle permet ainsi de mesurer des phénomènes de manière chiffrée et, sous condition d'une méthodologie rigoureuse, de généraliser les résultats obtenus à une population plus large. L'étude quantitative expérimentale facilite également la manipulation des données et permet de mieux contrôler les facteurs externes, renforçant ainsi la validité des résultats obtenus. Notre étude se concentrera donc sur des données mesurables dans le but d'analyser de manière la plus objective possible un phénomène social (Lim, 2024).

### *3.2. Collecte de données*

#### *3.2.1. Population cible de l'étude*

La population cible pour notre enquête est la suivante : les femmes âgées de 18 à 25 ans. Nous avons choisi de nous concentrer sur cette population pour plusieurs raisons. Comme nous avons pu le constater dans la revue de la littérature, les jeunes adultes sont aujourd'hui les plus susceptibles de réduire leur consommation de viande, notamment pour des raisons

environnementales, sanitaires ou éthiques (Kalof et al., 1999 ; Tobler et al., 2011). Toutefois, malgré une ouverture croissante aux régimes végétariens, des stigmates persistent encore à l'égard du végétarisme dans cette tranche d'âge (Markowski & Roxburgh, 2019). Cela peut s'expliquer par le fait que les jeunes sont encore en construction identitaire et donc plus sensibles à la pression sociale et au regard des autres. En effet, Knoll et al. (2017) ont montré que si toutes les classes d'âge sont influencées par l'opinion d'autrui, cette influence diminue avec l'âge, ce qui rend les 18–25 ans particulièrement intéressants à observer dans une perspective de conformité sociale. Par ailleurs, cette tranche d'âge nous permettait de situer notre scénario dans un cadre universitaire, facilement mobilisable pour une expérimentation et auquel les participantes pouvaient s'identifier sans difficulté.

D'autre part, nous avons choisi de nous concentrer exclusivement sur les femmes, car elles sont plus nombreuses que les hommes à adopter un régime végétarien ou à chercher à réduire leur consommation de viande (Kalof et al., 1999 ; Ruby & Heine, 2011). Elles semblent également davantage sensibilisées aux enjeux sanitaires et environnementaux (Fagerli & Wandel, 1999 ; Tobler et al., 2011). Cela en fait une population pertinente pour étudier l'influence d'une norme descriptive indiquant un comportement alimentaire donné. Enfin, en manipulant le genre des personnes présentes dans le scénario - soit uniquement des hommes, soit uniquement des femmes - nous avons souhaité explorer si la pression de conformité pouvait varier selon le genre du groupe d'observation et ainsi mettre en évidence un éventuel effet différencié en fonction du contexte social.

### 3.2.2. *Questionnaire*

#### 3.2.2.1. Structure

Notre design expérimental sous forme d'un questionnaire en ligne se caractérise par une comparaison « between subjects » avec expérimentation de cinq scénarios différents. Chaque groupe expérimental est affecté à un seul traitement donc à une seule condition expérimentale. En termes pratiques, le questionnaire est composé de 34 questions qui nous permettront de valider ou invalider nos hypothèses. La structure ainsi que l'ordre des questions sont identiques pour tous les groupes expérimentaux de l'étude, seul le scénario présenté diffère en fonction du groupe expérimental auquel appartient la répondante.

La mise en situation décrite dans le scénario permettait à la répondante de s'imaginer en début d'année universitaire, devant réaliser un travail de groupe avec des personnes (soit uniquement des hommes, soit uniquement des femmes) qu'elle ne connaissait pas encore. Cette précision visait à susciter chez la répondante un désir d'appartenance sociale. Il était ensuite indiqué que, compte tenu des échéances imminentes, le groupe devait impérativement se réunir pour avancer sur le projet. N'ayant pas terminé le travail en classe, les membres décidèrent d'aller déjeuner ensemble au restaurant universitaire.

Dans la file d'attente, le groupe consultait le menu de la semaine, composé de cinq plats : quatre contenant de la viande, un seul étant végétarien. À proximité se trouvait une affiche installée par un kot à projet sur l'alimentation durable, affichant le message suivant : « Le saviez-vous ? Des études révèlent que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement ont tendance à privilégier des plats végétariens. » Le fait d'inclure davantage de plats avec de la viande dans le menu avait pour objectif d'augmenter la probabilité que, si une répondante choisissait le plat végétarien, cela reflétait une décision intentionnelle plutôt qu'un simple hasard.

Le scénario de base, tel que décrit ci-dessus, était commun à toutes les répondantes. Toutefois, selon la condition expérimentale, deux facteurs ont été manipulés : le genre des camarades de groupe et leur choix alimentaire (plat végétarien ou non). Ainsi, cinq conditions ont été créées : un groupe de contrôle recevant le scénario de base sans indication ni du genre ni du choix des camarades, un groupe composé uniquement de femmes choisissant toutes un plat végétarien, un groupe de femmes choisissant un plat avec de la viande, un groupe d'hommes optant pour un plat végétarien et enfin, un groupe d'hommes choisissant un plat contenant de la viande. Les différents scénarios ainsi que le questionnaire sont présentés en annexe 1 et 2.

Le questionnaire était structuré de la manière suivante : des questions sociodémographiques (âge, genre, statut professionnel), suivies de la lecture du scénario, du choix du plat par la répondante, des seize items de l'échelle de conscience environnementale développée par Weigel et Weigel (1978) (annexe 3), des neuf items de l'échelle de conscience de la santé proposée par Gould (1990) (annexe 4), puis d'une question sur le régime alimentaire

de la répondante. Enfin, deux questions de vérification visaient à s'assurer que la répondante avait bien lu le scénario de manière attentive.

Il convient de préciser que les deux échelles retenues ont été évaluées à l'aide d'une échelle de Likert en 5 points et ont été sélectionnées en raison de leur validation dans la littérature scientifique. Toutefois, l'échelle de conscience environnementale a été légèrement modifiée afin de mieux refléter les enjeux contemporains : étant donné qu'elle date de 1978, nous avons choisi de remplacer le terme « pollution » par « réchauffement climatique » dans les items concernés. Cette adaptation vise à ancrer les questions dans les préoccupations environnementales actuelles. Par ailleurs, lors de l'analyse des données, nous avons constaté qu'une des trois questions de vérification ne s'était pas affichée aux répondantes. Cependant, la présence des deux autres questions, suffisamment précises, nous a permis de considérer que cette omission n'avait pas d'impact significatif sur la qualité des données.

#### 3.2.2.2. Méthode de collecte de données

Comme évoqué précédemment, nous avons mené une étude quantitative expérimentale en proposant cinq mises en situation à travers des questionnaires en français, diffusés en ligne à l'aide de l'outil LimeSurvey. Ce logiciel permet de créer des enquêtes statistiques, de construire des bases de données et d'en analyser les résultats de manière sécurisée.

Les réponses ont été récoltées entre le 26 avril 2025 et le 28 avril 2025. L'objectif initial était d'atteindre 200 réponses valides, soit 40 réponses par groupe expérimental. L'enquête a été diffusée en ligne afin de maximiser nos chances d'atteindre le quota nécessaire. Les participantes ont été mobilisées via les réseaux sociaux (Facebook, Instagram, Messenger). À titre informatif, une réponse valide signifie que le questionnaire a été rempli par une personne correspondant à notre population cible et que les « manipulation check questions » ont été correctement répondues.

Le quota de 189 réponses valides au terme de l'enquête et après nettoyage des données, permet de garantir une taille d'échantillon suffisante pour que les résultats soient statistiquement fiables, tout en limitant l'impact des différences naturelles entre les différentes participantes. En d'autres termes, augmenter la puissance statistique permet d'obtenir des

résultats plus représentatifs et robustes mais aussi d'augmenter la probabilité d'observer un effet réel entre les différents scénarios, à condition que cet effet existe.

## 4. Résultats et analyses

Dans cette partie de notre mémoire, nous allons analyser les résultats obtenus à notre questionnaire dans le but de répondre à nos hypothèses. Pour réaliser ces analyses, nous avons dans un premier temps exporté les réponses à notre questionnaire créé avec LimeSurvey pour pouvoir les traiter dans IBM SPSS, un logiciel de traitement de données et de statistiques.

### 4.1. Préparation des données

#### 4.1.1. Nettoyage des données

Pour pouvoir effectuer des analyses correctes, il fallait dans un premier temps, passer par une phase de « nettoyage » des données pour pouvoir tirer des conclusions valides. En effet, lorsque que nous avons arrêté le questionnaire pour commencer les analyses, nous avons reçu 338 réponses à notre enquête. Pour commencer, nous avons supprimé les réponses incomplètes en retirant toutes les personnes qui n'avaient pas répondu à la dernière question. Nous n'avions à ce moment « plus que » 234 réponses. Ensuite, nous avons utilisé nos questions « filtre » pour supprimer toutes les réponses qui ne répondaient pas aux critères de notre recherche, à savoir des filles de 18 à 25 ans. Grâce au fait que nous avons ciblé les personnes à qui nous avons envoyé le questionnaire, nous n'avons pas perdu beaucoup de réponses à ce stade et sommes arrivées à 216 réponses qui remplissaient les conditions.

Une fois que nous avons uniquement des réponses de personnes qui correspondaient à notre cible, il était temps de passer aux « manipulation checks » pour s'assurer que les participantes de notre étude avaient bien été attentives et n'avaient pas répondu au hasard, ce qui pourrait biaiser les résultats. Pour cela, nous avons retiré les personnes qui ne se souvenaient pas avoir vu une affiche dans le restaurant universitaire du scénario. Nous avons alors 200 réponses. Pour finir, nous avons vérifié que les participantes se souvenaient correctement du genre des personnes qui les accompagnaient au restaurant. À savoir, à la question « Quel était le genre des membres de votre groupe ? », les personnes ayant le scénario 1 (de contrôle) devaient cocher la case : « ce n'était pas précisé », les personnes ayant les scénarios 2 et 3 devaient cocher « des filles » et les personnes ayant le scénario 4 ou 5 devaient choisir « des

garçons ». Suite à ces traitements, 189 réponses ont été considérées comme exploitables pour notre analyse. La répartition par scénario était la suivante :

Tableau 1 : Répartition des participantes par scénario

|               | Garçons | Filles | Pas précisé |
|---------------|---------|--------|-------------|
| Controle      | 0       | 0      | 32          |
| FillesVG      | 0       | 34     | 0           |
| FillesViande  | 0       | 45     | 0           |
| GarconsVG     | 40      | 0      | 0           |
| GarconsViande | 38      | 0      | 0           |

#### 4.1.2. Création de nouvelles variables

Une fois les réponses invalides éliminées, il restait une étape essentielle avant de débiter l'analyse proprement dite : la création de nouvelles variables. En effet, dans le questionnaire nous avons posé les différents items des échelles de *Environmental Concern Scale* (Weigel and Weigel, 1978) et de *Health Consciousness Scale* (Gould, 1990). Chacun de ces items a été mesuré sur une échelle de Likert donnant un score de 1 à 5. Il fallait créer un score pour chaque participante en fonction de leurs réponses à ces échelles.

Pour l'échelle de conscience de la santé, la manipulation était assez facile, nous avons simplement additionné les scores de chaque question et divisé par le nombre d'items, à savoir 9. Cela nous a permis d'avoir un score moyen entre 1 et 5 pour chaque participante. Cette variable a été appelée *sante\_score*.

Nous avons aussi regroupé nos participantes en différentes catégories de conscience de santé via la variable *sante\_cat*. Les participantes avec une conscience faible (un score entre 1 et 2) appartiennent à la première catégorie, les participantes avec un score moyen (entre 2 et 4) appartiennent à la catégorie 2 et celles avec un score élevé (>4) appartiennent à la catégorie 3.

Pour l'échelle de conscience de l'environnement, la manipulation était légèrement plus complexe. En effet, certaines des affirmations de l'échelle étaient négatives. Par exemple, le deuxième item était « Nous ne devrions pas nous inquiéter de tuer trop d'animaux dans le cadre de la chasse récréative parce que dans le long terme, les choses vont s'équilibrer (l'équilibre sera atteint). », ce qui signifie qu'un score élevé à cette question reflète une conscience écologique moindre. Pour tous ces items négatifs, nous avons donc inversé le score de la participante. Par exemple, si elle avait répondu « tout à fait d'accord » à cette affirmation elle a obtenu un score de 5, nous avons inversé pour qu'elle ait un score de 1. Si elle avait obtenu

un score de 4 nous l'avons modifié pour qu'il devienne 2, etc. Après cette correction, nous avons créé la variable `env_score`, le score moyen de la participante.

En parallèle, nous avons aussi créé une variable `env_cat` qui classe nos participantes en différentes catégories de conscience environnementale. Les participantes ayant obtenu un score entre 1 et 3 ont été considérées comme ayant une conscience faible et appartiennent à la catégorie 1. Les participantes avec un score de conscience moyen (entre 3 et 4) appartiennent à la catégorie 2 et les participantes avec une forte conscience (un score > 4) appartiennent à la catégorie 3.

Par la suite, nous avons créé des variables binaires afin de faciliter l'analyse. La participante a eu le choix entre plusieurs menus et nous nous sommes concentrées sur l'aspect végétarien ou non du plat sélectionné. À cette fin, nous avons défini une variable appelée `choix_plat`, qui prend la valeur 1 lorsque le plat est végétarien, et 0 lorsqu'il contient de la viande. De la même façon, la participante à l'étude avait le choix entre plusieurs régimes alimentaires : végétarien, omnivore ou autre. Nous avons donc créé une variable binaire, `vg`, qui vaut 1 si la participante est végétarien ou végétarienne (bien que dans notre échantillon, nous n'avons pas de végétariens) et 0 si la participante suit un autre régime alimentaire. Finalement, nous avons créé une dernière variable binaire, `type_de_norme`, qui dépend du choix des accompagnateurs. En effet, cette variable vaudra 1 quand la norme est renforcée, c'est-à-dire quand les autres membres du groupe choisissent le plat végétarien et elle vaudra 0 quand les autres prendront un plat carné.

Pour faciliter l'analyse nous avons également créé une variable catégorielle en regroupant les âges des participantes en trois catégories. À la variable `age_cat`, les participantes de 18 à 20 ans ont un score de 1, celles de 21 à 23 ont un score de 2 et celle de 24 et 25 ans ont un score de 3.

#### 4.2. *Analyses de la validité et de la fiabilité de nos échelles*

Comme expliqué précédemment, nous avons utilisé plusieurs échelles issues de la littérature pour déterminer la conscience environnementale et la conscience de la santé de nos participantes. Cela nous permettait d'utiliser des échelles validées précédemment et donc de s'assurer de la validité de nos résultats. Étant donné que nous avons modifié légèrement les

échelles (traduction ainsi qu'adaptation au contexte actuel), il était préférable de s'assurer à nouveau de leur validité.

Pour cela, nous avons décidé d'utiliser l'alpha de Cronbach. En effet, cet indice permet de connaître la consistance interne de notre échelle. Le problème le plus récurrent qui affecte les mesures vient de l'instrument lui-même (SMART, 2019). L'alpha de Cronbach estime donc la fiabilité du test. Au plus cet indice est élevé et au plus l'échelle est fiable. De plus, il faut un score minimum de 0,70 pour être considéré comme étant acceptable.

Tableau 2 : Évaluation de la validité et fiabilité de nos échelles via l'Alpha de Cronbach

| Échelle                     | Nombre d'items | Alpha de Cronbach |
|-----------------------------|----------------|-------------------|
| Environmental Concern Scale | 16             | 0,782             |
| Health Consciousness Scale  | 9              | 0,909             |

Nous remarquons dans notre cas que nos deux échelles ont un alpha de Cronbach supérieur à 0,70, nous pouvons donc considérer nos échelles comme étant fiables.

#### 4.3. *Analyses de l'équivalence des groupes expérimentaux*

Finalement, avant de tester nos hypothèses, il nous restait une dernière étape : vérifier que nos différents groupes sont bien équivalents. En effet, en s'assurant que nos groupes sont bien équivalents en termes d'âge, de nombre de végétariennes, de conscience environnementale et de santé, cela nous permet de généraliser nos résultats et conclusions. Étant donné que les scénarios ont été distribués de manière aléatoire, les groupes devraient être équivalents. Nous allons dans un premier temps regarder les statistiques descriptives de ces variables. Nous utiliserons également des tests statistiques pour vérifier l'équivalence des groupes. Pour ces tests, nous utiliserons des tests de chi-carré pour comparer les proportions entre groupes.

Tableau 3 : Répartition des participantes par scénario en fonction de l'âge, du nombre de végétariennes, du score de conscience de l'environnement et du score de conscience de la santé

**scenario \* age\_cat Crosstabulation**

Count

|          |   | age_cat |      |      | Total |
|----------|---|---------|------|------|-------|
|          |   | 1.00    | 2.00 | 3.00 |       |
| scenario | 1 | 7       | 14   | 11   | 32    |
|          | 2 | 10      | 16   | 8    | 34    |
|          | 3 | 6       | 27   | 12   | 45    |
|          | 4 | 7       | 21   | 12   | 40    |
|          | 5 | 4       | 19   | 15   | 38    |
| Total    |   | 34      | 97   | 58   | 189   |

**scenario \* vg Crosstabulation**

Count

|          |   | vg  |    | Total |
|----------|---|-----|----|-------|
|          |   | 0   | 1  |       |
| scenario | 1 | 28  | 4  | 32    |
|          | 2 | 28  | 6  | 34    |
|          | 3 | 40  | 5  | 45    |
|          | 4 | 33  | 7  | 40    |
|          | 5 | 31  | 7  | 38    |
| Total    |   | 160 | 29 | 189   |

**scenario \* env\_cat Crosstabulation**

Count

|          |   | env_cat |      |      | Total |
|----------|---|---------|------|------|-------|
|          |   | 1.00    | 2.00 | 3.00 |       |
| scenario | 1 | 0       | 11   | 21   | 32    |
|          | 2 | 1       | 17   | 16   | 34    |
|          | 3 | 3       | 25   | 17   | 45    |
|          | 4 | 1       | 18   | 21   | 40    |
|          | 5 | 0       | 23   | 15   | 38    |
| Total    |   | 5       | 94   | 90   | 189   |

**scenario \* sante\_cat Crosstabulation**

Count

|          |   | sante_cat |      |      | Total |
|----------|---|-----------|------|------|-------|
|          |   | 1.00      | 2.00 | 3.00 |       |
| scenario | 1 | 4         | 27   | 1    | 32    |
|          | 2 | 4         | 29   | 1    | 34    |
|          | 3 | 10        | 35   | 0    | 45    |
|          | 4 | 11        | 29   | 0    | 40    |
|          | 5 | 8         | 28   | 2    | 38    |
| Total    |   | 37        | 148  | 4    | 189   |

L'analyse du tableau reprenant l'âge des participantes nous montre que la plupart d'entre elles ont entre 21 et 23 et ce, dans tous nos scénarios. Nous remarquons que les végétariennes sont en minorité franche dans tous les scénarios. Les tableaux de conscience de

l'environnement nous montrent que la majorité de nos participantes ont une conscience moyenne à élevée dans tous nos scénarios. Tandis que le tableau de conscience de la santé nous montre une conscience de la santé faible à moyenne et ce, dans nos différents scénarios.

#### 4.3.1. Équivalence vis-à-vis de l'âge

Maintenant que nous connaissons mieux nos différents groupes, nous pouvons tester statistiquement leur équivalence. Pour cela, nous utilisons un test « chi-carré » de la variable nominale *age* afin de tester les deux hypothèses suivantes :

- H0 : La composition des cinq groupes est équivalente en termes de catégories d'âge
- H1 : La composition des cinq groupes n'est pas équivalente en termes de catégories d'âge

Tableau 4 : Test de "Khi-carré" afin d'évaluer l'équivalence des groupes en fonction des catégories d'âge des participantes

| Chi-Square Tests             |                    |    |                                   |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------------------|
|                              | Value              | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
| Pearson Chi-Square           | 7.529 <sup>a</sup> | 8  | .481                              |
| Likelihood Ratio             | 7.337              | 8  | .501                              |
| Linear-by-Linear Association | 2.101              | 1  | .147                              |
| N of Valid Cases             | 189                |    |                                   |

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.76.

Sur base des résultats, la p-valeur obtenue est de 0,481 et ainsi supérieure au seuil fixé de 5%. Nous ne rejetons donc pas l'hypothèse H0 et pouvons affirmer que les groupes sont équivalents en termes d'âge.

#### 4.3.2. Équivalence vis-à-vis du nombre de végétariens

De façon similaire, nous vérifions désormais l'équivalence des groupes par rapport au nombre de personnes suivant un régime végétarien, et réalisons un test chi-carré de la variable nominale *vg* afin de tester les deux hypothèses suivantes :

- H0 : La composition des cinq groupes est équivalente en termes de nombre de végétariennes.
- H1 : La composition des cinq groupes n'est pas équivalente en termes de nombre de végétariennes.

Tableau 5 : Test de "Khi-carré" afin de déterminer l'équivalence des groupes en fonction du nombre de végétariennes par scénario

| Chi-Square Tests             |                    |    |                                   |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------------------|
|                              | Value              | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
| Pearson Chi-Square           | 1.379 <sup>a</sup> | 4  | .848                              |
| Likelihood Ratio             | 1.421              | 4  | .841                              |
| Linear-by-Linear Association | .390               | 1  | .532                              |
| N of Valid Cases             | 189                |    |                                   |

a. 1 cells (10.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.91.

Une nouvelle fois, nous observons que le résultat obtenu (0,848) est supérieur au seuil fixé de 5% et nous sommes donc en mesure d'affirmer que les groupes sont équivalents en termes de nombre de végétariennes.

#### 4.3.3. Équivalence vis-à-vis du score de conscience de l'environnement

Pour ce test, nous avons utilisé la variable catégorielle *env\_cat* qui départage nos participantes en fonction de leur score : faible, moyen ou élevé. Comme pour l'analyse précédente, nous utilisons un test de chi-carré et vérifions les hypothèses suivantes :

- H0 : La composition des cinq groupes est équivalente en termes de catégories de conscience environnementale.
- H1 : La composition des cinq groupes n'est pas équivalente en termes de catégories de conscience environnementale.

Tableau 6 : Test de "Khi-carré" afin de déterminer l'équivalence des groupes en fonction des catégories de score de conscience de l'environnement

### Chi-Square Tests

|                              | Value               | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
|------------------------------|---------------------|----|-----------------------------------|
| Pearson Chi-Square           | 11.338 <sup>a</sup> | 8  | .183                              |
| Likelihood Ratio             | 12.353              | 8  | .136                              |
| Linear-by-Linear Association | 2.142               | 1  | .143                              |
| N of Valid Cases             | 189                 |    |                                   |

a. 5 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .85.

Sur base de ces résultats, nous observons que la p-valeur (0,183) est supérieure au seuil de 5%, nous ne rejetons donc pas l'hypothèse nulle et pouvons supposer que les groupes sont équivalents en termes de catégorie de score de conscience de l'environnement.

#### 4.3.4. Équivalence vis-à-vis du score de conscience de la santé

Finalement, nous regardons l'équivalence de nos groupes en termes de conscience de santé et conformément aux analyses ci-dessus, nous faisons un test « chi-carré » pour vérifier ces deux hypothèses :

- H0 : La composition des cinq groupes est équivalente en termes de catégories de conscience de la santé.
- H1 : La composition des cinq groupes n'est pas équivalente en termes de catégories de conscience de la santé.

Tableau 7 : Test de "Khi-carré" afin de déterminer l'équivalence des groupes en fonction du score de conscience de la santé

### Chi-Square Tests

|                              | Value              | df | Asymptotic Significance (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------------------|
| Pearson Chi-Square           | 7.844 <sup>a</sup> | 8  | .449                              |
| Likelihood Ratio             | 9.230              | 8  | .323                              |
| Linear-by-Linear Association | 1.785              | 1  | .182                              |
| N of Valid Cases             | 189                |    |                                   |

a. 5 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .68.

Sur base de ces résultats, la p-valeur (0,449) est supérieure au seuil de 5%. Nous ne rejetons donc pas  $H_0$ . De ce fait, nous considérons que les groupes sont équivalents en termes de catégorie de score de conscience de la santé.

#### 4.4. Tests des hypothèses

Maintenant que nous avons vérifié la validité de nos échelles et l'équivalence entre nos différents groupes, nous pouvons tester nos hypothèses de recherche. Pour rappel, le but de notre recherche est de déterminer quel scénario engendre le plus de choix végétariens. Pour ce faire, nous allons réaliser différents tests.

Par ailleurs, il convient de préciser que pour tester nos hypothèses, nous avons exclu le groupe contrôle ( $n = 32$ ) afin de nous concentrer sur les scénarios où le genre des membres du groupe ainsi que leur choix de repas était précisé. L'échantillon final pour ces analyses est donc composé de 157 participants.

Cependant à titre exploratoire nous avons voulu comparer ce groupe aux autres. Nous observons que le nombre de repas végétariens choisis diffère significativement uniquement avec le groupe où les participantes sont accompagnées d'hommes ayant choisi un plat végétarien (la p-valeur du « Khi-carré » entre ces deux groupes seulement est de 0,043). Nous reviendrons sur ce résultat plus tard dans la partie conclusion.

##### 4.4.1. Analyse de l'hypothèse 1

Notre première hypothèse – *le genre des personnes accompagnant une femme exposée à une norme influence son choix alimentaire, dans le sens où la présence d'hommes réduit le choix végétarien (vs la présence de femmes)* – vise à explorer l'existence d'une association entre le genre des membres du groupe et leur choix de repas. Pour tester la validité de cette hypothèse, nous réalisons un test chi-carré en différenciant les scénarios où la participante est entourée d'hommes (scénario 4 et 5) de ceux où elle est entourée de femmes (scénarios 2 et 3). Grâce à ce test, nous pourrions savoir si le nombre de repas végétariens varie en fonction du genre des membres du groupe. En effet, nous testons les deux sous-hypothèses suivantes :

- $H_0$  : Le nombre de repas végétariens choisis par les participantes entourées de femmes  
= Le nombre de repas végétariens choisis par les participantes entourées d'hommes.

- H1 : Le nombre de repas végétariens choisis par les participantes entourées de femmes  
 $\neq$  Le nombre de repas végétariens choisis par les participantes entourées d'hommes.

Tableau 8 : Statistiques descriptives et test du khi carré visant à déterminer si le nombre de repas végétariens varie en fonction du genre des personnes entourant les participantes (hommes vs femmes)

| genre_groupe * choix_plat Crosstabulation |                       |                       |            |        |        |
|-------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|------------|--------|--------|
|                                           |                       |                       | choix_plat |        |        |
|                                           |                       |                       | 0          | 1      | Total  |
| genre_groupe                              | filles                | Count                 | 41         | 38     | 79     |
|                                           |                       | % within genre_groupe | 51.9%      | 48.1%  | 100.0% |
|                                           | garçons               | Count                 | 33         | 45     | 78     |
|                                           |                       | % within genre_groupe | 42.3%      | 57.7%  | 100.0% |
| Total                                     | Count                 | 74                    | 83         | 157    |        |
|                                           | % within genre_groupe | 47.1%                 | 52.9%      | 100.0% |        |

**Chi-Square Tests**

|                                    | Value              | df | Asymptotic<br>Significance<br>(2-sided) | Exact Sig. (2-<br>sided) | Exact Sig. (1-<br>sided) |
|------------------------------------|--------------------|----|-----------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 1.449 <sup>a</sup> | 1  | .229                                    |                          |                          |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 1.090              | 1  | .297                                    |                          |                          |
| Likelihood Ratio                   | 1.451              | 1  | .228                                    |                          |                          |
| Fisher's Exact Test                |                    |    |                                         | .264                     | .148                     |
| N of Valid Cases                   | 157                |    |                                         |                          |                          |

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 36.76.

b. Computed only for a 2x2 table

Sur base de ces résultats, nous observons que dans notre échantillon, 79 participantes ont lu un scénario dans lequel elles étaient entourées de femmes. 38 d'entre elles ont choisi de manger un repas végétarien (cela représente environ 48 % de ce sous-groupe). En parallèle, parmi les 78 participantes qui ont lu un scénario où elles étaient entourées d'hommes, 45 d'entre elles ont opté pour le repas végétarien (environ 58 % de ce sous-groupe). Les participantes ont donc davantage choisi le plat végétarien lorsqu'elles étaient entourées d'hommes.

Cependant, lorsque nous regardons si cette différence est significative au moyen d'un test de chi-carré, nous observons que la p-valeur est supérieure au seuil de 5%, cette différence n'est dès lors pas statistiquement significative. Nous ne rejetons donc pas l'hypothèse nulle et notre première hypothèse n'est pas vérifiée.

Tableau 9 : Régression logistique du genre du groupe sur le choix du plat

**Variables in the Equation**

|                                     | B     | S.E. | Wald  | df | Sig. | Exp(B) |
|-------------------------------------|-------|------|-------|----|------|--------|
| Step 1 <sup>a</sup> genre_groupe(1) | -.386 | .321 | 1.444 | 1  | .229 | .680   |
| Constant                            | .310  | .229 | 1.831 | 1  | .176 | 1.364  |

a. Variable(s) entered on step 1: genre\_groupe.

Nous avons également fait le test en utilisant une régression logistique et nous obtenons le même résultat, à savoir, une p-valeur (0,229) supérieure au seuil de 5%. Nous ne pouvons donc pas rejeter l'hypothèse nulle.

#### 4.4.2. Analyse de l'hypothèse 2

Notre deuxième hypothèse – *la relation entre le genre des personnes qui accompagnent une jeune femme exposée à une norme et le choix alimentaire de cette dernière est modéré par le choix des accompagnateurs, dans le sens où le choix d'un plat végétarien renforce le choix végétarien de la jeune femme lorsqu'elle est accompagnée de femmes* – explore le rôle modérateur de la variable « type de norme » (norme déforcée ou renforcée) dans l'association entre le genre des membres et leur choix de plat. Pour ce test, nous utilisons un modèle de régression logistique. Ce modèle nous permet d'expliquer la manifestation d'un événement (dans notre cas, le choix d'un plat végétarien), « en fonction de certaines valeurs ou d'un groupe de variables de prédicteur » (IBM, 2024). Nous utilisons ce type de modèle car notre variable dépendante (le choix du plat) est binaire. En effet, comme expliqué précédemment, nous avons codé cette variable comme étant égale à 0 si la participante a choisi un plat avec de la viande et égale à 1 si le choix est végétarien.

Pour notre test, nous utilisons donc les deux sous hypothèses suivantes :

- H0 : Le choix de plat est équivalent au sein des différents groupes peu importe le type de norme et le genre des membres du groupe.
- H1 : Le choix de plat n'est pas équivalent au sein des différents groupes peu importe le type de norme et le genre des membres du groupe.

Tableau 10 : Fréquence du nombre de participantes par type de norme en fonction du genre du groupe

| genre_groupe * type_de_norme Crosstabulation |         |                       |               |           |        |
|----------------------------------------------|---------|-----------------------|---------------|-----------|--------|
|                                              |         |                       | type_de_norme |           | Total  |
|                                              |         |                       | déforcée      | renforcée |        |
| genre_groupe                                 | filles  | Count                 | 45            | 34        | 79     |
|                                              |         | % within genre_groupe | 57.0%         | 43.0%     | 100.0% |
|                                              | garçons | Count                 | 38            | 40        | 78     |
|                                              |         | % within genre_groupe | 48.7%         | 51.3%     | 100.0% |
| Total                                        |         | Count                 | 83            | 74        | 157    |
|                                              |         | % within genre_groupe | 52.9%         | 47.1%     | 100.0% |

Categorical Variables Codings

|               |      | Frequency | Parameter coding (1) |
|---------------|------|-----------|----------------------|
| typedenorme   | .00  | 83        | .000                 |
|               | 1.00 | 74        | 1.000                |
| vg            | 0    | 132       | .000                 |
|               | 1    | 25        | 1.000                |
| hommes_autour | .00  | 79        | .000                 |
|               | 1.00 | 78        | 1.000                |

Sur base de ces deux premiers tableaux, nous pouvons observer les fréquences des différentes variables. Plus précisément, 74 personnes ont lu un scénario dans lequel la norme était renforcée (c'est-à-dire que les membres du groupe choisissaient le plat végétarien), dont 34 étaient entourées de filles et 40 de garçons. Parallèlement, 83 participantes ont lu un scénario dans lequel la norme était déforcée (c'est-à-dire que les membres du groupe mangeaient un plat avec de la viande), dont 45 étaient entourées de filles et 38 de garçons. Nous observons également, comme vu précédemment, que 79 participantes ont lu un scénario avec un groupe de filles et 78 avec un groupe de garçons. Finalement, nous observons que nous avons 25 participantes végétariennes contre 132 suivant un autre régime alimentaire.

Tableau 11 : Résultats d'une régression logistique du type de norme et du genre des membres sur le choix du plat

|                     |                                    | Variables in the Equation |          |       |    |      | 95% C.I. for EXP(B) |            |
|---------------------|------------------------------------|---------------------------|----------|-------|----|------|---------------------|------------|
|                     |                                    | B                         | S.E.     | Wald  | df | Sig. | Exp(B)              |            |
| Step 1 <sup>a</sup> | hommes_autour(1)                   | -.087                     | .498     | .031  | 1  | .861 | .917                | .346 2.431 |
|                     | vg(1)                              | 21.468                    | 7916.050 | .000  | 1  | .998 | 2106170011          | .000 .     |
|                     | typedenorme(1)                     | .223                      | .502     | .197  | 1  | .657 | 1.250               | .467 3.347 |
|                     | hommes_autour(1) by typedenorme(1) | .805                      | .721     | 1.247 | 1  | .264 | 2.238               | .544 9.201 |
|                     | Constant                           | -.511                     | .327     | 2.446 | 1  | .118 | .600                |            |

a. Variable(s) entered on step 1: hommes\_autour, vg, typedenorme, hommes\_autour \* typedenorme .

Nous pouvons désormais regarder le résultat de notre régression logistique. Nous avons voulu inclure la variable *vg* comme contrôle dans notre régression. Mais lorsque nous observons les résultats, nous observons un Odds Ratio (OR, ici *Exp(B)*) extrêmement élevé. Cela s'explique par le fait qu'une variable (dans notre cas *vg*) prédit parfaitement la variable dépendante (le choix du plat). En effet, dans notre échantillon, toutes les végétariennes ont choisi le plat végétarien.

Tableau 12 : Fréquence du choix du plat en fonction du régime alimentaire des participantes

vg \* choix\_plat Crosstabulation

|       |   |             | choix_plat |        | Total  |
|-------|---|-------------|------------|--------|--------|
|       |   |             | 0          | 1      |        |
| vg    | 0 | Count       | 74         | 58     | 132    |
|       |   | % within vg | 56.1%      | 43.9%  | 100.0% |
|       | 1 | Count       | 0          | 25     | 25     |
|       |   | % within vg | 0.0%       | 100.0% | 100.0% |
| Total |   | Count       | 74         | 83     | 157    |
|       |   | % within vg | 47.1%      | 52.9%  | 100.0% |

Nous avons donc décidé d'enlever cette variable de contrôle et de refaire le test.

Tableau 13 : Résultats d'une régression logistique du type de norme et du genre des membres sur le choix du plat

| Variables in the Equation |                                    |       |      |      |    |      |        |                     |       |
|---------------------------|------------------------------------|-------|------|------|----|------|--------|---------------------|-------|
|                           |                                    | B     | S.E. | Wald | df | Sig. | Exp(B) | 95% C.I. for EXP(B) |       |
|                           |                                    |       |      |      |    |      |        | Lower               | Upper |
| Step 1 <sup>a</sup>       | hommes_autour(1)                   | .118  | .442 | .071 | 1  | .790 | 1.125  | .473                | 2.677 |
|                           | typedenorme(1)                     | .341  | .456 | .559 | 1  | .455 | 1.406  | .575                | 3.438 |
|                           | hommes_autour(1) by typedenorme(1) | .495  | .654 | .574 | 1  | .449 | 1.641  | .456                | 5.912 |
|                           | Constant                           | -.223 | .300 | .553 | 1  | .457 | .800   |                     |       |

a. Variable(s) entered on step 1: hommes\_autour, typedenorme, hommes\_autour \* typedenorme .

Nous pouvons désormais examiner la p-valeur de la variable *hommes\_autour\*typedenorme*. Celle-ci est supérieure au seuil de 5%, autrement dit, nous ne pouvons pas rejeter l'hypothèse nulle. Notre deuxième hypothèse n'est donc pas validée et nous pouvons donc conclure que le type de norme ne modère pas de manière significative la relation entre le genre des membres du groupe et le choix de plat végétarien.

Par souci de précaution, nous avons également refait le test en excluant les participantes végétariennes mais le résultat était le même (le p-valeur était supérieure à 5%).

#### 4.4.3. Analyse de l'hypothèse 3

Notre troisième hypothèse – *la sensibilité que la participante accorde à sa santé modère l'effet de la présence d'hommes extérieurs à son cercle intime (vs. femmes hors de ce cercle) sur l'impact d'une norme descriptive qui lui est présentée lors du choix d'un menu végétarien parmi différentes options, dans le sens où la participante est davantage susceptible de choisir un menu végétarien lorsqu'elle accorde de l'importance à sa santé* – explore le rôle modérateur de la variable d'intervalle « sensibilité à la santé » dans l'association entre le genre des membres et

leur choix de plat. Pour tester cela, nous allons une nouvelle fois réaliser une régression logistique.

Pour vérifier notre hypothèse, nous posons les deux sous-hypothèses suivantes :

- H0 : Le choix de plat est équivalent au sein des différents groupes peu importe la sensibilité à la santé et le genre des membres du groupe.
- H1 : Le choix de plat n'est pas équivalent au sein des différents groupes peu importe la sensibilité à la santé et le genre des membres du groupe.

Tableau 14 : Résultats d'une régression logistique du score de conscience de santé et du genre du groupe sur le choix du plat

| Variables in the Equation |                                 |       |       |       |    |      |        |                              |        |
|---------------------------|---------------------------------|-------|-------|-------|----|------|--------|------------------------------|--------|
|                           |                                 | B     | S.E.  | Wald  | df | Sig. | Exp(B) | 95% C.I. for EXP(B)<br>Lower | Upper  |
| Step 1 <sup>a</sup>       | hommes_autour(1)                | 1.401 | 1.183 | 1.402 | 1  | .236 | 4.058  | .399                         | 41.235 |
|                           | sante_score                     | -.110 | .329  | .112  | 1  | .738 | .896   | .470                         | 1.708  |
|                           | hommes_autour(1) by sante_score | -.430 | .472  | .830  | 1  | .362 | .650   | .258                         | 1.641  |
|                           | Constant                        | .192  | .831  | .053  | 1  | .817 | 1.212  |                              |        |

a. Variable(s) entered on step 1: hommes\_autour, sante\_score, hommes\_autour \* sante\_score .

Sur base de ces résultats, nous observons que la p-valeur de la variable *hommes\_autour\*sante\_score* est supérieure au seuil de significativité de 5%. Nous ne pouvons donc ni rejeter H0, ni affirmer que nos groupes sont différents. Ainsi, nous ne concluons pas que la sensibilité à la santé modère la relation entre le genre des membres du groupe et le choix de plat végétarien.

Une fois de plus, nous avons refait le test en enlevant les participantes végétariennes mais le résultat restait non significatif.

#### 4.4.4. Analyse de l'hypothèse 4

Notre quatrième hypothèse – *la sensibilité de la participante à la cause environnementale modère l'effet de la présence d'hommes extérieurs à son cercle intime (vs. femmes hors de ce cercle) sur l'impact d'une norme descriptive qui lui est présentée lors du choix d'un menu végétarien parmi différentes options, dans le sens où la participante est davantage susceptible de choisir un menu végétarien lorsqu'elle accorde de l'importance à la protection de l'environnement* – examine si la variable d'intervalle « sensibilité à l'environnement » modère l'association entre le genre des membres et leur choix de plat. Une fois de plus, nous allons réaliser une régression logistique.

Pour cela, nous posons les deux sous-hypothèses suivantes :

- H0 : Le choix de plat est équivalent au sein des différents groupes peu importe la sensibilité à l'environnement et le genre des membres du groupe.
- H1 : Le choix de plat n'est pas équivalent au sein des différents groupes peu importe la sensibilité à l'environnement et le genre des membres du groupe.

Tableau 15 : Résultats d'une régression logistique du score de conscience de l'environnement et du genre du groupe sur le choix du plat

| Variables in the Equation |                                  |        |       |        |    |       |        |                              |          |
|---------------------------|----------------------------------|--------|-------|--------|----|-------|--------|------------------------------|----------|
|                           |                                  | B      | S.E.  | Wald   | df | Sig.  | Exp(B) | 95% C.I. for EXP(B)<br>Lower | Upper    |
| Step 1 <sup>a</sup>       | hommes_autour(1)                 | .325   | 3.453 | .009   | 1  | .925  | 1.385  | .002                         | 1204.663 |
|                           | env_score                        | 1.930  | .582  | 10.995 | 1  | <.001 | 6.892  | 2.202                        | 21.574   |
|                           | env_score by<br>hommes_autour(1) | -.015  | .877  | .000   | 1  | .987  | .986   | .177                         | 5.497    |
|                           | Constant                         | -7.578 | 2.285 | 10.998 | 1  | <.001 | .001   |                              |          |

a. Variable(s) entered on step 1: hommes\_autour, env\_score, env\_score \* hommes\_autour .

À nouveau, sur base de ces résultats, nous observons que la p-valeur de la variable d'interaction est supérieure au seuil de significativité. Cependant, nous observons un effet direct significatif de la variable *env\_score*. C'est-à-dire qu'au plus une participante est sensible à l'environnement, au plus elle est susceptible de choisir un plat végétarien. Cela signifie que la sensibilité à l'environnement influence le choix végétarien de manière significative mais que cela ne modère pas l'effet du genre du groupe. Notre quatrième hypothèse n'est donc pas validée.

#### 4.4.5. Analyse de l'hypothèse 5

Notre dernière hypothèse – *le fait d'être végétarienne modère l'effet de la présence d'hommes extérieurs au cercle intime de la participante (vs. femmes hors de ce cercle) sur l'impact d'une norme descriptive qui lui est présentée lors du choix d'un menu végétarien parmi différentes options, dans le sens où la participante est davantage susceptible de choisir un menu végétarien lorsqu'elle est elle-même végétarienne* – examine si la variable nominale vg (statut végétarien ou non) modère l'association entre le genre des membres et leur choix de plat. De manière similaire aux hypothèses précédentes, nous utilisons une régression logistique pour vérifier cette hypothèse et nous posons les deux sous-hypothèses suivantes :

- H0 : Le choix de plat est équivalent au sein des différents groupes peu importe le nombre de végétariennes et le genre des membres du groupe.
- H1 : Le choix de plat n'est pas équivalent au sein des différents groupes peu importe le nombre de végétariennes et le genre des membres du groupe.

Tableau 16 : Statistiques descriptives du choix du plat en fonction du régime alimentaire et du genre des membres du groupe

| Descriptive Statistics         |       |      |                |     |
|--------------------------------|-------|------|----------------|-----|
| Dependent Variable: choix_plat |       |      |                |     |
| genre_groupe                   | vg    | Mean | Std. Deviation | N   |
| filles                         | 0     | .40  | .493           | 68  |
|                                | 1     | 1.00 | .000           | 11  |
|                                | Total | .48  | .503           | 79  |
| garçons                        | 0     | .48  | .504           | 64  |
|                                | 1     | 1.00 | .000           | 14  |
|                                | Total | .58  | .497           | 78  |
| Total                          | 0     | .44  | .498           | 132 |
|                                | 1     | 1.00 | .000           | 25  |
|                                | Total | .53  | .501           | 157 |

Tableau 17 : Résultats d'une régression logistique du régime alimentaire et du genre du groupe sur le choix du plat

| Variables in the Equation |                            |        |           |       |    |       |            |                                    |
|---------------------------|----------------------------|--------|-----------|-------|----|-------|------------|------------------------------------|
|                           |                            | B      | S.E.      | Wald  | df | Sig.  | Exp(B)     | 95% C.I. for EXP(B)<br>Lower Upper |
| Step 1 <sup>a</sup>       | hommes_autour(1)           | .355   | .352      | 1.018 | 1  | .313  | 1.426      | .715 2.844                         |
|                           | vg(1)                      | 21.621 | 12118.636 | .000  | 1  | .999  | 2453128465 | .000 .                             |
|                           | hommes_autour(1) by vg (1) | -.355  | 16194.209 | .000  | 1  | 1.000 | .701       | .000 .                             |
|                           | Constant                   | -.418  | .248      | 2.841 | 1  | .092  | .659       |                                    |

a. Variable(s) entered on step 1: hommes\_autour, vg, hommes\_autour \* vg .

Sur base des statistiques descriptives, et comme vu précédemment, nous observons que toutes les participantes végétariennes ont fait le choix d'un menu végétarien. Cela crée un Odds Ratio extrêmement élevé pour la variable vg. Ceci empêche le modèle d'estimer correctement l'effet de vg ou de son interaction avec le genre du groupe. En effet, étant donné que le fait d'être végétarienne prédit grandement le choix d'un plat végétarien, il est pour nous impossible de tester un effet d'interaction où le fait d'être végétarienne modère l'effet du genre. Cependant, nous pouvons affirmer que le fait d'être végétarienne est fortement significatif pour prédire le choix d'un plat végétarien.

## IV. CONCLUSION

L'objectif de notre mémoire était de tester dans quelle mesure le genre des individus présents dans un contexte social (hommes vs. femmes non-intimes) influence l'efficacité d'une norme descriptive encourageant la consommation de plat végétarien chez les femmes âgées de 18 à 25 ans. De manière plus spécifique, nous nous sommes demandé si la présence d'hommes non intimes réduit l'impact de la norme descriptive, et encore plus lorsqu'ils ont un comportement contraire à cette norme (en commandant un plat qui contient de la viande). En se basant sur cela, nous avons testé 5 hypothèses.

Mais revenons tout d'abord sur le résultat exploratoire que nous avons obtenu, à savoir : une différence statistique entre le nombre de repas végétarien choisi dans le groupe de contrôle et dans le groupe des participantes entourée d'hommes qui prennent le repas végétarien. Ce résultat pourrait indiquer que les normes perçues comme contre-stéréotypiques (ici : des hommes qui mangent végétarien) exercent un effet plus marqué que des normes neutres (seulement lire une affiche qui soulignerait que des femmes consciente de l'environnement choisirait un plat végétarien). Il est aussi possible que la présence d'hommes ayant un comportement perçu comme positif (choisir un plat végétarien) rend ce comportement légitime ou attendu, poussant les participantes à s'y conformer.

### 1. Discussion à propos de la question de recherche

Nos analyses n'ont pas permis de confirmer notre hypothèse principale selon laquelle la présence d'hommes non-intimes réduirait l'effet d'une norme descriptive qui encouragerait la consommation de plats végétariens. Nous observons même que les participantes entourées d'hommes ont plus consommé de repas végétariens que les participantes entourées de femmes. Cependant cette différence n'était pas significative. Notre première hypothèse est donc rejetée. Cela va à l'encontre de ce à quoi nous nous attendions après notre revue de littérature et notamment des études de Ruby & Heine (2011) ou de Adams (1991) qui associent la viande à la virilité. Nous pensions observer que les femmes adapteraient leur comportement en présence d'hommes.

Plusieurs explications sont possibles pour interpréter ce résultat. Premièrement, il est possible que, dans notre génération, le fait d'être une personne végétarienne soit moins

stigmatisé, réduisant ainsi l'effet de « self-silencing » en présence d'hommes (Borderlijk & Cornelissen, 2022). Par ailleurs, certaines participantes ont peut-être évité de choisir des plats perçus comme trop gras ou peu sains lorsqu'elles étaient entourées d'hommes pour ne pas renvoyer l'image d'une personne qui ne prendrait pas soin d'elle, ce qui pourrait avoir favorisé le choix de plats végétariens.

## **2. Discussion à propos des effets modérateurs**

Aucun des effets modérateurs examinés (norme renforcée vs déforcée, conscience de la santé, conscience environnementale, régime végétarien) n'a été confirmé par nos tests statistiques ; en conséquence, nos hypothèses n'ont pas pu être validées.

En ce qui concerne l'hypothèse 2, selon laquelle le type de norme (renforcée ou déforcée) modérerait l'effet de la présence d'hommes, les résultats ne révèlent pas d'effet modérateur significatif. Toutefois, il apparaît que les participantes avaient davantage tendance à choisir un plat végétarien lorsque les autres membres du groupe faisaient de même, indépendamment du genre de ces derniers. Ce comportement pourrait s'expliquer par un effet de conformité sociale, les incitant à adopter le comportement majoritaire (ici, manger végétarien), mais également par une volonté d'aligner leur choix sur ce qui est perçu comme une « bonne action », afin d'éviter de se distinguer négativement en adoptant un comportement perçu comme « mauvais ».

Concernant l'hypothèse 3, qui postulait que le score de conscience de la santé modérerait l'effet de la présence d'hommes ; autrement dit, que les participantes les plus soucieuses de leur santé seraient moins influencées par la présence masculine et donc plus enclines à choisir un plat végétarien, nos analyses n'ont pas mis en évidence d'effet de modulation statistiquement significatif. Plus surprenant encore, une tendance négative a été observée entre le score de conscience de la santé et le choix du plat : plus les participantes déclaraient accorder de l'importance à leur santé, moins elles optaient pour un plat végétarien. Bien que cette tendance ne soit pas significative, elle pourrait s'expliquer par le fait que la consommation de viande n'est pas spontanément perçue comme nocive pour la santé. Au contraire, elle est souvent associée à un bon apport en protéines, et donc à une alimentation saine. Il est également possible que les risques sanitaires liés à la consommation de viande soient perçus comme des risques lointains, moins immédiats ou moins pertinents pour de jeunes adultes.

Concernant notre quatrième hypothèse, qui portait sur l'effet modérateur de la conscience environnementale sur l'influence de la présence d'hommes, aucun effet de modération significatif n'a été observé. En revanche, un effet direct significatif de la conscience environnementale a été mis en évidence : plus une participante se montre sensible aux enjeux environnementaux, plus elle est susceptible de choisir un plat végétarien. Autrement dit, les femmes ayant une conscience environnementale élevée semblent davantage enclines à adopter des comportements alimentaires durables, indépendamment du contexte social. Cette dynamique suggère que la conscience environnementale peut atténuer l'impact d'une éventuelle pression sociale. Cela pourrait s'expliquer par une meilleure connaissance des conséquences environnementales de la consommation de viande, souvent perçue comme une source majeure de pollution, renforçant ainsi la cohérence entre les convictions écologiques et les choix alimentaires.

Enfin, notre cinquième et dernière hypothèse, selon laquelle le fait d'être végétarienne modérerait l'effet de la présence d'hommes, n'a pas pu être véritablement testée dans notre échantillon. En effet, toutes les participantes végétariennes ont systématiquement choisi l'option végétarienne du menu. Ce résultat suggère une absence de « self-silencing » : les participantes concernées ont pleinement assumé leurs convictions, sans sembler influencées par une éventuelle pression sociale. Cela va donc à l'encontre de ce qu'avaient observé Bolderdijk et Cornelissen (2022). Cela peut s'expliquer par un fort engagement personnel, une conviction éthique marquée, ainsi qu'une identité végétarienne solidement ancrée, les rendant moins sensibles aux mécanismes de conformité sociale.

### **3. Implications théoriques et managériales**

D'un point de vue théorique, ce mémoire contribue à une meilleure compréhension de l'impact des normes sociales et du genre dans un cadre de choix alimentaire durable et végétarien. Bien que nos hypothèses n'aient pas été confirmées, notre étude apporte des éléments de réflexion sur la complexité des mécanismes d'influence sociale. Nos résultats suggèrent que les femmes de 18 à 25 ans, bien qu'elles restent influencées par certaines normes, comme nous l'avons vu lors de notre revue de la littérature, peuvent faire preuve d'autonomie dans leur décision surtout lorsqu'elles ont des convictions personnelles fortes (c'est-à-dire si elles sont végétariennes).

D'un point de vue managérial, bien que notre étude ne permet pas d'affirmer que les normes sociales descriptives sont systématiquement efficaces pour promouvoir des choix végétariens, nous avons tout de même observé que les campagnes de communication pourraient gagner en efficacité en tenant compte des différences individuelles, par exemple en adaptant les messages selon le niveau de sensibilité environnementale ou l'adhésion à un régime végétarien. Cela nous rappelle l'importance de concevoir des messages ciblés et personnalisés, en fonction des motivations et des caractéristiques du public visé. Enfin, une piste d'action complémentaire pourrait consister à renforcer l'association entre alimentation végétarienne et santé, notamment en remettant en question l'idée largement répandue selon laquelle la consommation de viande est synonyme d'une alimentation saine.

#### **4. Limites**

Cette étude présente plusieurs limites méthodologiques et contextuelles qu'il convient de souligner afin d'interpréter les résultats avec la prudence requise. Tout d'abord, notre échantillon se caractérise par une forte homogénéité : il est composé exclusivement de jeunes femmes âgées de 18 à 25 ans, majoritairement étudiantes, probablement inscrites à l'Université Catholique de Louvain, compte tenu des canaux de diffusion du questionnaire. Il s'agit donc d'un groupe restreint et relativement homogène en termes d'âge, de niveau d'éducation et potentiellement de sensibilisation aux enjeux environnementaux et sociétaux. Cette concentration sur une population jeune et hautement éduquée, plus susceptible d'être informée et engagée sur des questions telles que le changement climatique ou la santé, limite fortement la représentativité des résultats pour l'ensemble de la population.

En ce qui concerne le questionnaire, les participantes ayant sélectionné l'option "Autre" pour décrire leur régime alimentaire ont été assimilées à la catégorie "non végétarienne", ce qui constitue une approximation pouvant créer un biais. Certaines de ces personnes auraient pu se définir comme pesco-végétariennes, flexitariennes ou encore suivre un régime majoritairement végétal, ce qui aurait pu modifier notre interprétation des résultats.

Par ailleurs, le recours à un questionnaire en ligne présente certaines limites inhérentes. Le niveau d'engagement personnel tend à être plus faible dans ce format, notamment en raison de la difficulté pour les participantes à se projeter dans le scénario proposé. De plus, l'environnement dans lequel elles ont répondu au questionnaire n'a pas pu être maîtrisé, ce qui

peut influencer la qualité des réponses. Or, comme le montre la littérature, le contexte joue un rôle déterminant dans les choix alimentaires (Gardner, 2015 ; Orbell & Verplanken, 2015 ; Croker et al., 2009). L'absence de contrôle sur les conditions de réponse empêche donc de garantir que les décisions simulées dans le questionnaire reflètent fidèlement celles qui auraient été prises dans un cadre réel, en situation sociale.

En outre, les données collectées reposent exclusivement sur des auto-déclarations, ce qui comporte deux implications majeures : premièrement, les réponses traduisent des intentions plutôt que des comportements réels, ce qui limite la validité des résultats lorsqu'ils sont transposés à des situations réelles. Deuxièmement, les participantes ont pu être influencées par un biais de désirabilité sociale, c'est-à-dire une tendance à répondre de manière socialement valorisée, en particulier en matière de comportements alimentaires perçus comme « éthiques » ou « sains ». Ce biais, bien que partiellement atténué par l'anonymat garanti des réponses, reste difficile à éliminer complètement dans les recherches basées sur des questionnaires en ligne.

Un autre point critique concerne les échelles utilisées. Si nous avons eu recours à des échelles reconnues dans la littérature pour évaluer la conscience environnementale (Weigel & Weigel, 1978) et l'importance accordée à la santé (Gould, 1990), il convient de noter que ces instruments datent de plusieurs décennies. Bien que nous ayons choisi de remplacer le terme « pollution » par « réchauffement climatique » dans l'échelle de conscience environnementale, ces échelles pourraient ne plus refléter avec précision les représentations actuelles des enjeux environnementaux et de santé. Cela souligne l'intérêt de développer de nouveaux outils de mesure plus contemporains, adaptés aux préoccupations d'aujourd'hui.

Pour terminer sur le plan méthodologique, la conception transversale de notre étude constitue également une limite. Ce type de design permet d'identifier des associations entre variables, mais ne permet pas d'établir de liens de causalité. Toutefois, dans le cas spécifique des régimes végétariens, qui impliquent généralement une décision relativement stable et durable, la validité de l'approche transversale peut être partiellement défendue.

## **5. Recherches futures et recommandations**

Plusieurs pistes de recherche pourraient être envisagées pour approfondir les résultats de cette étude. Une première idée consisterait à reproduire l'expérience en intégrant de nouvelles

variables sociodémographiques, telles que le niveau d'étude ou l'affiliation politique des participant.e.s. En effet, certaines études suggèrent que les choix alimentaires ne dépendent pas uniquement du contexte social ou culturel, mais également de l'orientation politique des individus (Aldoh et al., 2021 ; Austgulen et al., 2018 ; Greenebaum, 2012 ; Schenk et al., 2018). Un croisement des données avec ces variables permettrait de mieux comprendre dans quelle mesure ces facteurs influencent la résistance ou la conformité sociale en matière de choix alimentaires. Il serait également intéressant de mener cette même étude en y insérant différents nudges pour comparer les résultats selon le type d'incitation comportementale.

Il serait également pertinent d'explorer d'autres segments de population, notamment des individus plus âgés, qui, selon la littérature, se montrent en général moins sensibles aux régimes alimentaires alternatifs, comme le véganisme. Il est possible que cette population soit plus vulnérable à la pression du groupe dans le contexte d'un repas partagé, en raison d'un moindre engagement envers des régimes alimentaires perçus comme « marginaux ». De la même manière, une étude centrée exclusivement sur des hommes pourrait apporter un éclairage nouveau, dans la mesure où la consommation de viande demeure fortement associée à des normes de virilité, à une pratique jugée naturelle et normale. Ces normes pourraient rendre les hommes plus réticents à adopter des comportements alimentaires perçus comme déviants par rapport à ces représentations sociales.

D'un point de vue méthodologique, une autre perspective intéressante serait d'élargir le champ géographique de l'étude afin de comparer les résultats obtenus dans différentes régions ou pays. Une telle approche permettrait de mieux cerner les effets des différences culturelles sur la conformité sociale en matière de choix alimentaires. Dans le prolongement de cette idée, il serait également intéressant de tester cette étude en comparant l'impact de différents types de normes sociales (norme descriptive, norme injonctive et norme dynamique) sur les choix alimentaires.

Par ailleurs, la mise en place d'un protocole expérimental en situation réelle, par exemple en laboratoire ou dans un environnement contrôlé, permettrait d'observer des comportements réels plutôt que des intentions déclarées. Ce type de design augmenterait la validité des résultats, tout en permettant de mieux évaluer le phénomène de « self-silencing » (la tendance à taire ses préférences personnelles pour se conformer au groupe).

D'autres pistes méritent également d'être explorées concernant la nature du groupe social présent lors de la prise de décision. Tester l'impact de la proximité relationnelle (famille, amis proches versus collègues ou inconnus) pourrait confirmer l'hypothèse selon laquelle l'effet de conformité est plus prononcé en présence d'un groupe de référence auquel l'individu souhaite s'identifier. En effet, le besoin d'appartenance sociale semble jouer un certain rôle au niveau des comportements alimentaires. Dans cette optique, une future étude pourrait introduire une autre variable indépendante qui serait le besoin d'appartenance, afin de mieux comprendre comment cette motivation sociale influence la résistance ou la conformité dans le contexte des choix alimentaires.

En termes de design, une transformation du design transversal actuel en une étude longitudinale permettrait d'examiner la stabilité des choix alimentaires au fil du temps. Bien que nous puissions supposer, si nous nous référons à la notion d'identité diététique, que les régimes alimentaires sont relativement stables et ancrés dans l'individu, une observation répétée offrirait une perspective plus nuancée sur les facteurs contextuels ou de changement comportemental.

Par ailleurs, notre étude a révélé que certaines participantes ont résisté à la pression sociale en choisissant un plat végétarien, malgré la présence exclusive de membres, hommes ou femmes, ayant opté pour un plat avec de la viande. Cette observation soulève plusieurs questions : quelles caractéristiques psychologiques ou sociales différencient ces personnes de celles qui se sont conformées ? Sont-elles moins sensibles aux coûts sociaux de la non-conformité ? Possèdent-elles une plus grande estime de soi ou un moindre besoin d'approbation sociale ? De futures recherches pourraient investiguer dans quelle mesure ces traits de personnalité (tels que la désinhibition ou la confiance en soi) permettent à des individus de maintenir des choix alimentaires perçus comme divergents, et dans quelle mesure ces comportements peuvent être favorisés à l'échelle collective pour accélérer la transition vers des régimes alimentaires plus durables.

Enfin, cette recherche a fait émerger des questionnements plus larges, notamment sur la perception sociale des régimes sans viande en Belgique : les végétariens et véganes y sont-ils encore stigmatisés ? Si ce n'est pas le cas, quels mécanismes sociaux, politiques ou culturels

ont permis la normalisation de ces régimes dans certains contextes ? Identifier ces leviers pourrait s'avérer crucial pour accompagner les dynamiques de changement alimentaire à plus large échelle.

## V. BIBLIOGRAPHIE

- Aarts, H., Dijksterhuis, A., 2003. The silence of the library: environment, situational norm, and social behavior. *J. Pers. Soc. Psychol.* 84, 18–28
- Adams, C. J. (1991). The sexual politics of meat. In A. M. Jaggar (Ed.), *Living with contradictions. Controversies in feminist social ethics* (pp. 548–557). Boulder: Westview Press
- Adams, C. (1990). *The sexual politics of meat: A feminist vegetarian critical theory*. New York, NY: Continuum.
- Aiking, H., & de Boer, J. (2020). The next protein transition. *Trends in Food Science & Technology*, 105, 515–522. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2018.07.008>
- Ajzen, I., Heilbroner, R. L., Fishbein, M., & Thurow, L. C. (1980). *Understanding attitudes and predicting social behavior*. Prentice Hall
- Aldoh, A., Sparks, P., & Harris, P. R. (2021). Dynamic Norms and Food Choice: Reflections on a Failure of Minority Norm Information to Influence Motivation to Reduce Meat Consumption. *Sustainability*, 13(15), 8315. <https://doi.org/10.3390/su13158315>
- Asch, S. E. (1952). Group forces in the modification and distortion of judgments. In *Social psychology* (pp. 450–501). Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc.
- Austgulen, M. H., Skuland, S. E., Schjøll, A., & Alfnes, F. (2018). Consumer Readiness to Reduce Meat Consumption for the Purpose of Environmental Sustainability: Insights from Norway. *Sustainability*, 10(9), 3058. <https://doi.org/10.3390/su10093058>
- Bamberg, S., & Moser, G. (2007). Twenty years after Hines, Hungerford, and Tomera: A new meta-analysis of psycho-social determinants of pro-environmental behaviour. *Journal of Environmental Psychology*, 27(1), 14–25
- Bandura, A. (1999). Moral disengagement in the perpetration of inhumanities. *Personality and Social Psychology Review*, 3(3), 193–209
- Battaglia Richi, E., Baumer, B., Conrad, B., Darioli, R., Schmid, A., & Keller, U. (2016). Health risks associated with meat consumption: a review of epidemiological studies. *International journal for vitamin and nutrition research*. <https://doi.org/10.1024/0300-9831/a000224>
- Bauman, Z. (2003). *Modernity and the Holocaust*. Cambridge, UK: Polity Press

- Bazoche, P., Guinet, N., Poret, S., & Teyssier, S. (2023). Does the provision of information increase the substitution of animal proteins with plant-based proteins? An experimental investigation into consumer choices. <https://hal.inrae.fr/hal-03350356>
- Beardsworth, A.D. and Keil, E.T. 1991a . Health-related beliefs and dietary practices among vegetarians and vegans: A qualitative study . Health Educ. J. , 50 : 38 – 42
- Beardsworth, A.D. and Keil, E.T. 1997 . Sociology on the menu: An invitation to the study of food and society , New York : Routledge
- Belk, R.W. (1988). Possessions and the Extended Self. J. Consum. Res. 1988, 15, 139–168
- Béenabou, R., Tirole, J., 2006. Incentives and prosocial behavior. Am. Econ. Rev. 96, 1652–1678
- Berg, L., Gornitzka, Å. (2018) The consumer attention deficit syndrome: Consumer choices in complex markets. Acta Sociol. 2012, 55, 159–178
- Bevelander, K. E., Anschütz, D. J., Creemers, D. H. M., Kleinjan, M., & Engels, R. C. M. E. (2013). The role of explicit and implicit self-esteem in modeling of palatable food intake: A study on social media interaction among youngsters. PLoS One, 8(8). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0072481>
- Bolderdijk, J. W., & Cornelissen, G. (2022). "How do you know someone's vegan?" They won't always tell you. An empirical test of the do-gooder's dilemma. Appetite, 168, 105719. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105719>
- Browarnik, B. (2012). Attitudes toward male vegetarians: Challenging gender norms through food choices. Psychology Honours Papers, 25. Accessed on March 23, 2019 at <http://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/25>
- Bussey, K., & Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of gender development and differentiation. Psychological review, 106(4), 676.
- Buttlar, B., Rothe, A., Kleinert, S., Hahn, L., & Walther, E. (2020). Food for Thought: Investigating Communication Strategies to Counteract Moral Disengagement Regarding Meat Consumption. Environmental Communication, 15(1), 55–68. <https://doi.org/10.1080/17524032.2020.1791207>
- Buttny, R., & Kinefuchi, E. (2020). Vegans' problem stories: Negotiating vegan identity in dealing with omnivores. Discourse & Society, 31(6), 565–583. <https://doi.org/10.1177/0957926520939689>
- Boer, J.D., Schösler, H., & Boersema, J.J. (2013). Climate change and meat eating: An inconvenient couple? Journal of Environmental Psychology, 33, 1–8.

- Bouwman, E. P., Reinders, M. J., Galama, J., & Verain, M. C. (2021). Context matters: Selfregulation of healthy eating at different eating occasions. *Applied Psychology: Health and Well-Being*
- Cherry, E.R. (2015). I Was a Teenage Vegan: Motivation and Maintenance of Lifestyle Movements†. *Sociological Inquiry*, 85, 55-74.
- Chrisler, J. C. (2004). Gender Role Development. In C. D. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of Applied Psychology* (pp. 85–90). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B0-12-657410-3/00960-0>
- Cialdini, R. B., & Jacobson, R. P. (2021). Influences of social norms on climate change-related behaviors. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 42, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.01.005>
- Clark, M. A., Domingo, N. G., Colgan, K., Thakrar, S. K., Tilman, D., Lynch, J., ... & Hill, J. D. (2020). Global food system emissions could preclude achieving the 1.5 and 2 C climate change targets. *Science*, 370(6517), 705-708. <https://doi.org/10.1126/science.aba7357>
- Çoker, E. N., Pechey, R., Frie, K., Jebb, S. A., Stewart, C., Higgs, S., & Cook, B. (2022). A dynamic social norm messaging intervention to reduce meat consumption: A randomized cross-over trial in retail store restaurants. *Appetite*, 169, 105824. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105824>
- Cooper, J. (2007). *Cognitive dissonance. Fifty years of a classic theory*. Los Angeles, CA: Sage Publications
- Cordts, A., Nitzko, S., & Spiller, A. (2014). Consumer Response to Negative Information on Meat Consumption in Germany. *The International Food and Agribusiness Management Review*, 17, 83-106.
- Croker, H., Whitaker, K. L., Cooke, L., & Wardle, J. (2009). Do social norms affect intended food choice?. *Preventive medicine*, 49(2-3), 190–193. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2009.07.006>
- Danner, U. N., Aarts, H., & De Vries, N. K. (2008). Habit vs. intention in the prediction of future behaviour: The role of frequency, context stability and mental accessibility of past behaviour. *British Journal of Social Psychology*, 47(2), 245–265
- de Boer, J., C.T. Hoogland and J. J. Boersema. (2007). Towards more sustainable food choices: Value priorities and motivational orientations. *Food Quality and Preference* 18: 985-996

- Deliens, T., Clarys, P., De Bourdeaudhuij, I., & Deforche, B. (2014). Determinants of eating behaviour in university students : a qualitative study using focus group discussions. *BMC PUBLIC HEALTH*, 14. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-53>
- Delormier, T., Frohlich, K. L., & Potvin, L. (2009). Food and eating as social practice-- understanding eating patterns as social phenomena and implications for public health. *Sociology of health & illness*, 31(2), 215–228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2008.01128.x>
- Deutsch, M., & Gerard, H. (1955). A study of normative and informational social influences upon individual judgment. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 51(3), 629–636
- Dittmar, H. (1992). *The Social Psychology of Material Possessions: To Have is to BE*; St. Martin's Press: New York, NY, USA, 1992
- Eker, S., Reese, G. & Obersteiner, M. (2019). Modelling the drivers of a widespread shift to sustainable diets. *Nat Sustain* 2, 725–735 (2019). <https://doi.org/10.1038/s41893-019-0331-1>
- Fagerli, R. A. and M. Wandel. (1999). Gender differences in opinions and practices with regard to a “healthy diet“. *Appetite* 32(2): 171-190
- FAO. (2006). Livestock a major threat to environment [News release]. Food and Agriculture Organization of the United Nations. <http://www.fao.org/newsroom/en/news/2006/1000448/index.htm>
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press
- Fox, N., & Ward, K. (2008). Health, ethics and environment: A qualitative study of vegetarian motivations. *Appetite*, 50, 422–429
- Freeman, C. P. (2010). Meat's place on the campaign menu: How U.S. environmental discourse negotiates vegetarianism. *Environmental Communication: A Journal of Nature and Culture*, 4(3), 255-276. <https://doi.org/10.1080/17524032.2010.501998>
- Gardner B. (2015). A review and analysis of the use of 'habit' in understanding, predicting and influencing health-related behaviour. *Health psychology review*, 9(3), 277–295. <https://doi.org/10.1080/17437199.2013.876238>
- Gl Xu, X., Sharma, P., Shu, S., Lin, T. S., Ciais, P., Tubiello, F. N., Smith, P., Campbell, N., & Jain, A. K. (2021). Global greenhouse gas emissions from animal-based foods are twice those of plant-based foods. *Nature food*, 2(9), 724–732. <https://doi.org/10.1038/s43016-021-00358-x>

- Gleaves, J.M., Kemps, E., Prichard, I., & Tiggemann, M. (2024). I'll have what She's having (but not what They're having): The moderating role of group membership in the effect of social norms on food choice in an online environment. *Appetite*, 198.
- Godfray, H. C. J., Aveyard, P., Garnett, T., Hall, J. W., Key, T. J., Lorimer, J., Pierrehumbert, R. T., Scarborough, P., Springmann, M., & Jebb, S. A. (2018). Meat consumption, health, and the environment. *Science* (New York, N.Y.), 361(6399), eaam5324. <https://doi.org/10.1126/science.aam5324>
- Gossard, M. H., and R. York. (2003). Social structural influences on meat consumption. *Human Ecology Review* 10(1): 1-9
- Gould S. J. (1990). Health consciousness and health behavior: the application of a new health consciousness scale. *American journal of preventive medicine*, 6(4), 228–237.
- Graça, J., Calheiros, M. M., & Oliveira, A. (2016). Situating moral disengagement: Motivated reasoning in meat consumption and substitution. *Personality and Individual Differences*, 90, 353–364
- Greenebaum, J. B. (2012). Managing Impressions: “Face-Saving” Strategies of Vegetarians and Vegans. *Humanity & Society*, 36(4), 309-325. <https://doi.org/10.1177/0160597612458898>
- Griesoph, A., Hoffmann, S., Merk, C., Rehdanz, K., & Schmidt, U. (2021). Guess What ...?—How Guessed Norms Nudge Climate-Friendly Food Choices in Real-Life Settings. *Sustainability*, 13(15), 8669. <https://doi.org/10.3390/su13158669>
- Guenther, P.M., H. H. Jensen, S.P. Batres-Marquez and C. F. Chen. (2005). Sociodemographic, knowledge, and attitudinal factors related to meat consumption in the United States. *Journal of the American Dietetic Association* 105(8): 1266-1274
- Haidt, J. (2001). The emotional dog and its rational tail. A social intuitionist approach to moral judgment. *Psychological Review*, 108, 814–834
- Harmon-Jones, E., & Mills, J. (1999). Cognitive dissonance. Progress on a pivotal theory in social psychology. Washington, DC: American Psychological Association
- Heinberg, L. H., & Thompson, J. K. (1992). Social comparison: Gender, target importance ratings and relation to body image disturbance. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7(2), 335–344.
- Helferich, M., Thøgersen, J., & Bergquist, M. (2023). Direct and mediated impacts of social norms on pro-environmental behavior. *Global Environmental Change à NORMS*

- Herzog, H. (2010). *Some we love, some we hate, some we eat. Why it's so hard to think straight about animals*. New York: Harper Perennial
- Hestermann, N., Le Yaouanq, Y., Treich, N., 2017. An economic model of the meat paradox. In: Working Paper
- Higgs, S. (2015). Social norms and their influence on eating behaviours. *Appetite*, 86, 38–44. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.10.021>
- Higgs, S., & Thomas, J. (2016). Social influences on eating. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 9, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2015.10.005>
- Hirschler, C. A. (2011). “What pushed me over the edge was a deer hunter”: Being vegan in North America. *Society and Animals*, 19(2), 156–174.
- Ho, S.S., Chuah, A.S., Koh, E.L., Ong, L., & Kwan, V.Q. (2022). Understanding Public Willingness to Pay More for Plant-based Meat: Environmental and Health Consciousness as Precursors to the Influence of Presumed Media Influence Model. *Environmental Communication*, 16, 520 - 534.
- Hoekstra, A. Y., & Mekonnen, M. M. (2012). The water footprint of humanity. *Proceedings of the national academy of sciences*, 109(9), 3232-3237. <https://doi.org/10.1073/pnas.1109936109>
- IBM. (2021). Régression logistique binaire. IBM Documentation SPSS Statistics. <https://www.ibm.com/docs/fr/spss-statistics/beta?topic=regression-binary-logistic>
- Jabs, J., Sobal, J., & Devine, C. M. (2000). Managing vegetarianism: Identities, norms and interactions. *Ecology of Food and Nutrition*, 39(5), 375–394. <https://doi.org/10.1080/03670244.2000.9991625>
- Jabs, J., Devine, C. M., & Sobal, J. (1998). Maintaining vegetarian diets: Personal factors, social networks and environmental resources. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 59, 183–189
- Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex Roles*, 45(9/10), 645–664.
- Jordan, A. H., & Monin, B. (2008). From sucker to saint. Moralization in response to self-threat. *Psychological Science*, 19, 809–815
- Joy, M. (2010). *Why we love dogs, eat pigs, and wear cows: An introduction to carnism – The belief system that enables us to eat some animals and not others*. Conari Press.

- Kallgren, C. A., Reno, R. R., & Cialdini, R. B. (2000). A Focus Theory of Normative Conduct: When Norms Do and Do not Affect Behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(8), 1002-1012. <https://doi.org/10.1177/01461672002610009>
- Kalof, L., T. Dietz, P.C. Stern and G.A. Guagnano. 1999. Social psychological and structural influences on vegetarian beliefs. *Rural Sociology* 64(3): 500-511
- Kinzig, A. P., Ehrlich, P. R., Alston, L. J., Arrow, K., Barrett, S., Buchman, T. G., ... & Saari, D. (2013). Social norms and global environmental challenges: the complex interaction of behaviors, values, and policy. *BioScience*, 63(3), 164-175. <https://doi.org/10.1525/bio.2013.63.3.5>
- Cluever Romo, L., & Erin Donovan-Kicken, E., (2012): "Actually, I Don't Eat Meat": A Multiple-Goals Perspective of Communication About Vegetarianism, *Communication Studies*, 63:4, 405-420. <http://dx.doi.org/10.1080/10510974.2011.623752>
- Knoll, L. J., Leung, J. T., Foulkes, L., & Blakemore, S. J. (2017). Age-related differences in social influence on risk perception depend on the direction of influence. *Journal of adolescence*, 60, 53–63. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.07.002>
- Kunda, Z. (1990). The case for motivated reasoning. *Psychological Bulletin*, 108, 480–498
- Kunst, J. R., & Hohle, S. M. (2016). Meat eaters by dissociation: How we present, prepare and talk about meat increases willingness to eat meat by reducing empathy and disgust. *Appetite*, 105, 758–774
- Laffan, K., Lades, L.K., & Delaney, L. (2023). Paths that lead astray: Examining the situational predictors of intention-behaviour gaps in meat consumption. *Journal of Environmental Psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.102045>
- Larousse, É. (s. d.-a). Définitions : flexitarisme - Dictionnaire de français Larousse. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/flexitarisme/188354>
- Larousse, É. (s. d.-b). Définitions : véganisme - Dictionnaire de français Larousse. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/v%C3%A9ganisme/10910804>
- Larousse, É. (s. d.-c). Définitions : végétarisme - Dictionnaire de français Larousse. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/v%C3%A9g%C3%A9tarisme/81259>
- Lasarov, W., Mai, R., Hoffmann, S., 2022. The backfire effect of sustainable social cues: new evidence on social moral licensing. *Ecol. Econ.* 195, 107376
- Lea, E., and A. Worsley, A. (2001). Influences on meat consumption in Australia. *Appetite* 36(2): 127-136

- Leahy, E., S. Lyons and R. S. J. Tol. (2011). Determinants of vegetarianism and meat consumption frequency in Ireland. *The Economic and Social Review* 42(4): 407-436
- Leone, T., Pliner, P., Peter Herman, C. (2007). Influence of clear versus ambiguous normative information on food intake. *Appetite* 2007, 49:58-65
- LeRette, D. E. (2014). Stories of microaggressions directed toward vegans and vegetarians in social settings Doctoral dissertation. Fielding Graduate University
- Lim, W. M. (2024). What Is Quantitative Research? An Overview and Guidelines. *Australasian Marketing Journal*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/14413582241264622>
- Linseisen, J., Welch, A.A., Ocke', M., Amiano, P., Agnoli, C., Ferrari, P., Sonestedt, E., Chaj'e's, V., Bueno-de-Mesquita, H.B., Kaaks, R., Weikert, C., Dorronsoro, M., Rodri'guez, L., Ermini, I., Mattiello, A., van der Schouw, Y.T., Manjer, J., Nilsson, S., Jenab, M., Lund, E., Brustad, M., Halkjaer, J., Jakobsen, M.U., Khaw, K.T., Crowe, F., Georgila, C., Misirli, G., Niravong, M., Touvier, M., Bingham, S., Riboli, E., Slimani, N., 2009. Dietary fat intake in the European prospective into cancer and nutrition: results from the 24-h dietary recalls. *European Journal of Clinical Nutrition* 63, S61–S80
- Loughnan, S., Bastian, B., & Haslam, N. (2014). The psychology of eating animals. *Current Directions in Psychological Science*, 23(2), 104–108
- Loughnan, S., Haslam, N., & Bastian, B. (2010). The role of meat consumption in the denial of moral status and mind to meat animals. *Appetite*, 55(1), 156–159
- MacInnis, C. C., & Hodson, G. (2017). It ain't easy eating greens: Evidence of bias toward vegetarians and vegans from both source and target. *Group Processes & Intergroup Relations*, 20(6), 721-744. <https://doi.org/10.1177/1368430215618253>
- Markowski, K. L., & Roxburgh, S. (2019). "If I became a vegan, my family and friends would hate me:" Anticipating vegan stigma as a barrier to plant-based diets. *Appetite*, 135, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.12.040>
- Mazar, N., Amir, O., & Ariely, D. (2008). The dishonesty of honest people. A theory of self-concept maintenance. *Journal of Marketing Research*, 45, 633–644
- Mercier, H. (2011). What good is moral reasoning? *Mind & Society*, 10(2), 131–148
- Merriman, B. (2010). "Gender Differences in Family and Peer Reaction to the Adoption of a Vegetarian Diet." *Feminism & Psychology* 20(3):420–27
- Micha, R., Wallace, S. K., & Mozaffarian, D. (2010). Red and processed meat consumption and risk of incident coronary heart disease, stroke, and diabetes mellitus: a systematic

- review and meta-analysis. *Circulation*, 121(21), 2271–2283.  
<https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.109.924977>
- Morren, M., Grinstein, A., 2021. The cross-cultural challenges of integrating personal norms into the theory of planned behavior: a meta-analytic structural equation modeling (MASEM) approach. *J. Environ. Psychol.* 75, 101593.
- MRI (Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel). (2008). Nationale Verzehrsstudie II. Ergebnisbericht, Teil 2. Die bundesweite Befragung zur Ernährung von Jugendlichen und Erwachsenen, 2008. Online:  
<http://www.mri.bund.de/de/veroeffentlichungen/archiv/2008.html>
- Mycek, M. K. (2018). Meatless meals and masculinity: How veg\* men explain their plant-based diets. *Food and Foodways*, 26(3), 223–245.  
<https://doi.org/10.1080/07409710.2017.1420355>
- Nezlek, J. B., & Forestell, C. A. (2020). Vegetarianism as a social identity. *Current Opinion in Food Science*, 33, 45-51. <https://doi.org/10.1016/j.cofs.2019.12.005>
- Nguyen, A., & Platow, M. J. (2021). "I'll eat meat because that's what we do": The role of national norms and national social identification on meat eating. *Appetite*, 164, 105287.  
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105287>
- Ocké, M. C., Larrañaga, N., Grioni, S., van den Berg, S. W., Ferrari, P., Salvini, S., Benetou, V., Linseisen, J., Wirfält, E., Rinaldi, S., Jenab, M., Halkjaer, J., Jakobsen, M. U., Niravong, M., Clavel-Chapelon, F., Kaaks, R., Bergmann, M., Moutsiou, E., Trichopoulou, A., Lauria, C., ... Slimani, N. (2009). Energy intake and sources of energy intake in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. *European journal of clinical nutrition*, 63 Suppl 4, S3–S15.  
<https://doi.org/10.1038/ejcn.2009.72>
- Orbell, S., & Verplanken, B. (2015). The strength of habit. *Health Psychology Review*, 9(3), 311–317. <https://doi.org/10.1080/17437199.2014.992031>
- Pan, A., Sun, Q., Bernstein, A.M., Schulze, M.B., Manson, J.E., Stampfer, M.J., Willett, W.C., Hu, F.B. (2012). Red meat consumption and mortality: results from 2 prospective cohort studies. *Archives of Internal Medicine* 172, 555–563
- Piazza, J., Ruby, M. B., Loughnan, S., Luong, M., Kulik, J., Watkins, H. M., & Seigerman, M. (2015). Rationalizing meat consumption. *The 4Ns. Appetite*, 91, 114–128.  
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.011>

- Praetiaelae, R., L. Paalanen, D. Grinberga, V. Helasoja, A. Kasmel and J. Petkeviciene. (2007). Gender differences in the consumption of meat, fruit and vegetables are similar in Finland and the Baltic countries. *European Journal of Public Health* 17(5): 520-525
- Rees, J. H., Bamberg, S., Jäger, A., Victor, L., Bergmeyer, M., & Friese, M. (2018). Breaking the habit: On the highly habitualized nature of meat consumption and implementation intentions as one effective way of reducing it. *Basic and Applied Social Psychology*, 40(3), 136–147. <https://doi.org/10.1080/01973533.2018.1449111>
- Rogers, R. A. (2008). Beasts, Burgers, and Hummers: Meat and the Crisis of Masculinity in Contemporary Television Advertisements. *Environmental Communication*, 2(3), 281–301. <https://doi.org/10.1080/17524030802390250>
- Rosenfeld, D. L. (2018). The psychology of vegetarianism: Recent advances and future directions. *Appetite*, 131, 125–138. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.09.011>
- Rosenfeld, D. L., & Burrow, A. L. (2018). Development and validation of the Dietarian Identity Questionnaire: Assessing self-perceptions of animal-product consumption. *Appetite*, 127, 182–194. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.05.003>
- Rosenfeld, D. L., & Burrow, A. L. (2017). The unified model of vegetarian identity: A conceptual framework for understanding plant-based food choices. *Appetite*, 112, 78–95
- Rosenfeld, D. L., Rothgerber, H., & Tomiyama, A. J. (2020). Mostly vegetarian, but flexible about it: Investigating how meat-reducers express social identity around their diets. *Social Psychological and Personality Science*, 11(3), 406–415
- Rosenfeld, D. L., & Tomiyama, A. J. (2019). When vegetarians eat meat: Why vegetarians violate their diets and how they feel about doing so. *Appetite*, 143, Article 104417
- Rosenzweig, C., Mbow, C., Barioni, L. G., et al. (2020). Climate change responses benefit from a global food system approach. *Nature Food*, 1, 94–97. <https://doi.org/10.1038/s43016-020-0031-z>
- Rössel, J.; Pape, S. (2016). Who has a wine-identity?: Consumption practices between distinction and democratization. *J. Consum. Cult.* 2016, 16, 614–632
- Rothgerber H. (2015). Can you have your meat and eat it too? Conscientious omnivores, vegetarians, and adherence to diet. *Appetite*, 84, 196–203. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.10.012>
- Rothgerber H. (2014). Efforts to overcome vegetarian-induced dissonance among meat eaters. *Appetite*, 79, 32–41. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.04.003>

- Rozin, P., Hormes, J. M., Faith, M. S., & Wansink, B. (2012). Is meat male? A quantitative multimethod framework to establish metaphoric relationships. *Journal of Consumer Research*, 39, 629–643
- Rozin, P., Markwith, M., & Stoess, C. (1997). Moralization and Becoming a Vegetarian: The Transformation of Preferences Into Values and the Recruitment of Disgust. *Psychological Science*, 8(2), 67-73. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00685.x>
- Ruby, M. B. (2012). Vegetarianism. A blossoming field of study. *Appetite*, 58, 141–150
- Ruby, M. B., & Heine, S. J. (2012). Too close to home. Factors predicting meat avoidance. *Appetite*, 59, 47–52
- Ruby, M. B., & Heine, S. J. (2011). Meat, morals, and masculinity. *Appetite*, 56(2), 447–450. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.01.018>
- Salmivaara, L., Niva, M., Silfver, M., & Vainio, A. (2022). How vegans and vegetarians negotiate eating-related social norm conflicts in their social networks. *Appetite*, 175.
- Sánchez-López, M. P., & Limiñana-Gras, R. M. (2017). Health from a gender perspective: The state of the art. *The psychology of gender and health*, 1-52.
- Santos, M., & Booth, D. (1996). Influences on meat avoidance among British students. *Appetite*, 27(3), 197–205
- Schenk, P., Rössel, J., & Scholz, M. (2018). Motivations and Constraints of Meat Avoidance. *Sustainability*, 10(11), 3858. <https://doi.org/10.3390/su10113858>
- Schwartz, S.H., 1977. Normative influences on altruism. In: Leonard, B. (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*. Academic press, Cambridge, MA
- Schwartz, S.H., 1968. Awareness of consequences and the influence of moral norms on interpersonal behavior. *Sociometry* 31, 355–369.
- Šedová, I., Slovák, L., & Ježková, I. (2016). Coping with unpleasant knowledge: Meat eating among students of environmental studies. *Appetite*, 107, 415-424. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.08.102>
- Sheeran, P., & Webb, T. L. (2016). The intention–behavior gap. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(9), 503–518
- Singer, P., & Mason, J. (2006). *The ethics of what we eat: Why our food choices matter*. Emmaus, PA: Rodale
- SMART – Système Méthodologique d’Aide à la Réalisation de Tests. (2019). *Statistiques de groupe et analyse des questions de votre épreuve*. Université de Liège.

[https://smart.uliege.be/wp-content/uploads/ressources/smart-uliege\\_fiche-statistiques-correction.pdf](https://smart.uliege.be/wp-content/uploads/ressources/smart-uliege_fiche-statistiques-correction.pdf)

- Smith, J. R., & Louis, W. R. (2008). Do as we say and as we do: The interplay of descriptive and injunctive group norms in the attitude-behaviour relationship. *British Journal of Social Psychology*, 47(4), 647–666. <https://doi.org/10.1348/014466607X269748>
- Sobal, J. (2005). Men, meat, and marriage: Models of masculinity. *Food and Foodways*, 13, 135-158
- Spanos, S., Vartanian, L. R., Herman, C. P., Polivy, J. (2014). Failure to report social influences on food intake: lack of awareness or motivated denial? *Health Psychol* 2014, 33:1487
- Sparkman, G., & Walton, G. M. (2017). Dynamic norms promote sustainable behavior, even if it is counternormative. *Psychological Science*, 28(11), 1663–1674. <https://doi.org/10.1177/0956797617719950>
- Sparkman, G., Howe, L., & Walton, G. (2021). How social norms are often a barrier to addressing climate change but can be part of the solution. *Behavioural Public Policy*, 5(4), 528–555. <https://www.cambridge.org/core/journals/behavioural-public-policy/article/abs/how-social-norms-are-often-a-barrier-to-addressing-climate-change-but-can-be-part-of-the-solution/90BCDC030D23B9CE5078FB025EEBECCB>
- Stevens, B. (2023). A quelle viande avons-nous affaire ? Comment les Belges considèrent-ils la viande et les alternatives ? <https://economie.fgov.be/fr/publications/etude-quelle-viande-avons-nous>
- Strahan, E. J., Wilson, A. E., Cressman, K. E., & Buote, V. M. (2006). Comparing to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3(3), 211–227.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1985). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. G. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (Vol. 2, pp. 7–24). Chicago, IL: NelsonHall
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin, & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp.33–37). Monterey, CA: Brooks/Cole
- Tobler, C., V. H. M. Visschers and M. Siegrist. (2011). Eating green. Consumers' willingness to adopt ecological food consumption behaviors. *Appetite* 57(3): 674–682
- Torti, J. M. (2017). The social and psychological well-being of vegetarians: A focused ethnography. Doctoral dissertation, University of Alberta

- Tsang, J. A. (2002). Moral rationalization and the integration of situational factors and psychological processes in immoral behavior. *Review of General Psychology*, 6, 25–50
- Turner, J. C. (1982). Towards a cognitive redefinition of the social group. In T. Henry (Ed.), *Social identity and intergroup relations* (pp. 15–40). Cambridge, UK: Cambridge University Press
- Uhlmann, E. L., Pizarro, D. A., Tannenbaum, D., & Ditto, P. (2009). The motivated use of moral principles. *Judgment & Decision Making*, 4, 476–491
- Vergnaud, A.-C., Norat, T., Romaguera, D., Mouw, T., May, A. M., Travier, N., Luan, J., Wareham, N., Slimani, N., Rinaldi, S. et al. (2010). Meat consumption and prospective weight change in participants of the EPIC-PANACEA study. *American Journal of Clinical Nutrition* 92(2): 398-407
- Weigel, R., & Weigel, J. (1978). Environmental Concern: The Development of a Measure. *Environment and Behavior*, 10(1), 3-15. <https://doi.org/10.1177/0013916578101001> (Original work published 1978)
- Welsch, H. (2022). Do social norms trump rational choice in voluntary climate change mitigation? Multi-country evidence of social tipping points. *Ecological Economics*.
- Wensing, J., Polman, D., Lopez-Rivas, J.D., Cremades, R., & Van Leeuwen, E. (2024). Green Meal? The role of situational contexts for real-time vegetarian Meal choices. *Journal of Environmental Psychology*.
- Westhoek, H., Lesschen, J. P., Rood, T., Wagner, S., De Marco, A., Murphy-Bokern, D., ... & Oenema, O. (2014). Food choices, health and environment: Effects of cutting Europe's meat and dairy intake. *Global environmental change*, 26, 196-205. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2014.02.004>
- Wehbe, L. H., Banas, K., & Papies, E. K. (2022). It's easy to maintain when the changes are small: Exploring environmentally motivated dietary changes from a self-control perspective. *Collabra: Psychology*, 8(1), Article 38823
- Willett, W., Rockstrom, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., et al. (2019). Food in the anthropocene: The EAT–lancet commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, 393, 447–492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4). Published Online January 16, 2019.
- Wolk, A. (2017). Potential health hazards of eating red meat. *Journal of internal medicine*, 281(2), 106-122. <https://doi.org/10.1111/joim.1254>

- Wood, W., & Neal, D. T. (2007). A new look at habits and the habit-goal interface. *Psychological Review*, 114(4), 843
- World Cancer Research Fund. (n.d.). Colorectal cancer statistics. <https://www.wcrf.org/preventing-cancer/cancer-statistics/colorectal-cancer-statistics/>
- World Health Organization: WHO. (2024, July 17). Cardiovascular diseases. <https://www.who.int/europe/news-room/fact-sheets/item/cardiovascular-diseases>
- Worsley, A., & Skrzypiec, G. (1998). Teenage vegetarianism. Prevalence, social and Appetite, 30(2), 151–170
- Zafar, B. (2008). An Experimental Investigation of Why Individuals Conform. *Behavioral & Experimental Finance eJournal*.

## VI. ANNEXES

### Annexe 1 : Les cinq scénarios qui composent notre plan expérimental et qui ont été attribués de manière aléatoire aux participantes.

- Le *scénario 1* correspond au groupe de contrôle dans lequel la participante déjeune au restaurant universitaire avec trois collègues de travail dont elle ne connaît ni le genre, ni le choix alimentaire et la norme descriptive lui est présentée.

C'est le début d'année à l'université et tu sens déjà que ce nouveau quadrimestre ne sera pas de tout repos. Un gros projet de groupe est lancé, un de ceux qui durent tout le quadri et comptent pour une grande partie de la note finale. Ce genre de projet où tu préfères être bien entourée. Mais cette fois, pas de choix possible : les groupes sont imposés. Tu te retrouves avec trois personnes que tu ne connais pas du tout. Une petite appréhension te traverse l'esprit, mais tu décides de garder l'esprit ouvert. Après tout, une bonne entente pourrait transformer cette contrainte en opportunité.

Au fil des deux premières semaines de cours, vous avez eu l'occasion de faire un peu connaissance. Entre l'introduction du sujet, la répartition des tâches et l'organisation des futures réunions, les bases se posent progressivement.

Aujourd'hui, vous avez cours de 10h30 à 12h30. La professeure vous a laissé une heure pour avancer sur le projet, étant donné que la prochaine deadline est prévue pour la semaine prochaine. Malheureusement, vous n'avez pas eu le temps de terminer tout ce que vous aviez à faire. Vous décidez donc de continuer à travailler cette après-midi car c'était le seul créneau où vous étiez tous disponibles. C'est l'occasion d'aller manger ensemble au restaurant universitaire.

Une fois sur place, vous faites la file en discutant de tout et de rien. Le menu du jour est affiché en grand sur un panneau à l'entrée. Il y a plusieurs options : pizza reine (jambon + champignons), poulet-compote-purée, spaghetti bolognaise, un hachis parmentier ou une lasagne végétarienne.

Juste à côté du menu, une affiche attire ton attention. Elle a été mise par le Kot-à-Projet Alimentation Durable qui, chaque mois, informe sur une problématique différente liée à l'alimentation. Ce mois-ci, le sujet est la consommation de viande. Sur cette affiche, tu peux lire :

« Le saviez-vous ? Des études révèlent que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement ont tendance à privilégier des plats végétariens. »

C'est à votre tour de choisir. Quel plat vas-tu commander aujourd'hui ?

- Le *scénario 2* correspond au groupe expérimental dans lequel la participante déjeune au restaurant universitaire avec trois collègues de travail de genre féminin, toutes commandent un plat végétarien et la norme descriptive lui est présentée.

C'est le début d'année à l'université et tu sens déjà que ce nouveau quadrimestre ne sera pas de tout repos. Un gros projet de groupe est lancé, un de ceux qui durent tout le quadri et comptent pour une grande partie de la note finale. Ce genre de projet où tu préfères être bien entourée. Mais cette fois, pas de choix possible : les groupes sont imposés. Tu te retrouves avec trois filles (Pauline, Mélodie et Marie) que tu ne connais pas du tout. Une petite appréhension te traverse l'esprit, mais tu décides de garder l'esprit ouvert. Après tout, une bonne entente pourrait transformer cette contrainte en opportunité.

Au fil des deux premières semaines de cours, vous avez eu l'occasion de faire un peu connaissance. Entre l'introduction du sujet, la répartition des tâches et l'organisation des futures réunions, les bases se posent progressivement.

Aujourd'hui, vous avez cours de 10h30 à 12h30. La professeure vous a laissé une heure pour avancer sur le projet, étant donné que la prochaine deadline est prévue pour la semaine prochaine. Malheureusement, vous n'avez pas eu le temps de terminer tout ce que vous aviez à faire. Vous décidez donc de continuer à travailler cette après-midi car c'était le seul créneau où vous étiez tous disponibles. C'est l'occasion d'aller manger ensemble au restaurant universitaire.

Une fois sur place, vous faites la file en discutant de tout et de rien. Le menu du jour est affiché en grand sur un panneau à l'entrée. Il y a plusieurs options : pizza reine (jambon + champignons), poulet-compote-purée, spaghetti bolognaise, un hachis parmentier ou une lasagne végétarienne.

Juste à côté du menu, une affiche attire ton attention. Elle a été mise par le Kot-à-Projet Alimentation Durable qui, chaque mois, informe sur une problématique différente liée à l'alimentation. Ce mois-ci, le sujet est la consommation de viande. Sur cette affiche, tu peux lire :

« Le saviez-vous ? Des études révèlent que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement ont tendance à privilégier des plats végétariens. »

C'est à votre groupe de choisir. Pauline, Mélodie et Marie choisissent la lasagne végétarienne. Et toi, quel plat vas-tu commander aujourd'hui ?

- Le **scénario 3** correspond au groupe expérimental dans lequel la participante déjeune au restaurant universitaire avec trois collègues de travail de genre féminin, toutes commandent un plat non-végétarien et la norme descriptive lui est montrée.

C'est le début d'année à l'université et tu sens déjà que ce nouveau quadrimestre ne sera pas de tout repos. Un gros projet de groupe est lancé, un de ceux qui durent tout le quadri et comptent pour une grande partie de la note finale. Ce genre de projet où tu préfères être bien entourée. Mais cette fois, pas de choix possible : les groupes sont imposés. Tu te retrouves avec trois filles ((Pauline, Mélodie et Marie) que tu ne connais pas du tout. Une petite appréhension te traverse l'esprit, mais tu décides de garder l'esprit ouvert. Après tout, une bonne entente pourrait transformer cette contrainte en opportunité.

Au fil des deux premières semaines de cours, vous avez eu l'occasion de faire un peu connaissance. Entre l'introduction du sujet, la répartition des tâches et l'organisation des futures réunions, les bases se posent progressivement.

Aujourd'hui, vous avez cours de 10h30 à 12h30. La professeure vous a laissé une heure pour avancer sur le projet, étant donné que la prochaine deadline est prévue pour la semaine prochaine. Malheureusement, vous n'avez pas eu le temps de terminer tout ce que vous aviez à faire. Vous décidez donc de continuer à travailler cette après-midi car c'était le seul créneau où vous étiez tous disponibles. C'est l'occasion d'aller manger ensemble au restaurant universitaire.

Une fois sur place, vous faites la file en discutant de tout et de rien. Le menu du jour est affiché en grand sur un panneau à l'entrée. Il y a plusieurs options : pizza reine (jambon + champignons), poulet-compote-purée, spaghetti bolognaise, un hachis parmentier ou une lasagne végétarienne.

Juste à côté du menu, une affiche attire ton attention. Elle a été mise par le Kot-à-Projet Alimentation Durable qui, chaque mois, informe sur une problématique différente liée à l'alimentation. Ce mois-ci, le sujet est la consommation de viande. Sur cette affiche, tu peux lire :

« Le saviez-vous ? Des études révèlent que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement ont tendance à privilégier des plats végétariens. »

C'est à votre groupe de choisir. Pauline commande en premier et choisit la pizza, Mélodie passe ensuite et prend le hachis parmentier et pour finir, Marie choisit les spaghettis bolognaise. Et toi, quel plat vas-tu commander aujourd'hui ?

- Le **scénario 4** correspond au groupe expérimental dans lequel la participante déjeune au restaurant universitaire avec trois collègues de travail de genre masculin, tous commandent un plat végétarien et la norme descriptive lui est montrée.

C'est le début d'année à l'université et tu sens déjà que ce nouveau quadrimestre ne sera pas de tout repos. Un gros projet de groupe est lancé, un de ceux qui durent tout le quadri et comptent pour une grande partie de la note finale. Ce genre de projet où tu préfères être bien entourée. Mais cette fois, pas de choix possible : les groupes sont imposés. Tu te retrouves avec trois garçons (Nicolas, Tom et Mathieu) que tu ne connais pas du tout. Une petite appréhension te

traverse l'esprit, mais tu décides de garder l'esprit ouvert. Après tout, une bonne entente pourrait transformer cette contrainte en opportunité.

Au fil des deux premières semaines de cours, vous avez eu l'occasion de faire un peu connaissance. Entre l'introduction du sujet, la répartition des tâches et l'organisation des futures réunions, les bases se posent progressivement.

Aujourd'hui, vous avez cours de 10h30 à 12h30. La professeure vous a laissé une heure pour avancer sur le projet, étant donné que la prochaine deadline est prévue pour la semaine prochaine. Malheureusement, vous n'avez pas eu le temps de terminer tout ce que vous aviez à faire. Vous décidez donc de continuer à travailler cette après-midi car c'était le seul créneau où vous étiez tous disponibles. C'est l'occasion d'aller manger ensemble au restaurant universitaire.

Une fois sur place, vous faites la file en discutant de tout et de rien. Le menu du jour est affiché en grand sur un panneau à l'entrée. Il y a plusieurs options : pizza reine (jambon + champignons), poulet-compote-purée, spaghetti bolognaise, un hachis parmentier ou une lasagne végétarienne.

Juste à côté du menu, une affiche attire ton attention. Elle a été mise par le Kot-à-Projet Alimentation Durable qui, chaque mois, informe sur une problématique différente liée à l'alimentation. Ce mois-ci, le sujet est la consommation de viande. Sur cette affiche, tu peux lire :

« Le saviez-vous ? Des études révèlent que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement ont tendance à privilégier des plats végétariens. »

C'est à votre groupe de choisir. Nicolas, Tom et Mathieu choisissent la lasagne végétarienne. Et toi, quel plat vas-tu commander aujourd'hui ?

- Le **scénario 5** correspond au groupe expérimental dans lequel la participante déjeune au restaurant universitaire avec trois collègues de travail de genre masculin, tous commandent un plat non-végétarien et la norme descriptive lui est présentée.

C'est le début d'année à l'université et tu sens déjà que ce nouveau quadrimestre ne sera pas de tout repos. Un gros projet de groupe est lancé, un de ceux qui durent tout le quadri et comptent pour une grande partie de la note finale. Ce genre de projet où tu préfères être bien entourée. Mais cette fois, pas de choix possible : les groupes sont imposés. Tu te retrouves avec trois garçons (Nicolas, Tom et Mathieu) que tu ne connais pas du tout. Une petite appréhension te traverse l'esprit, mais tu décides de garder l'esprit ouvert. Après tout, une bonne entente pourrait transformer cette contrainte en opportunité.

Au fil des deux premières semaines de cours, vous avez eu l'occasion de faire un peu connaissance. Entre l'introduction du sujet, la répartition des tâches et l'organisation des futures réunions, les bases se posent progressivement.

Aujourd'hui, vous avez cours de 10h30 à 12h30. La professeure vous a laissé une heure pour avancer sur le projet, étant donné que la prochaine deadline est prévue pour la semaine prochaine. Malheureusement, vous n'avez pas eu le temps de terminer tout ce que vous aviez à faire. Vous décidez donc de continuer à travailler cette après-midi car c'était le seul créneau où vous étiez tous disponibles. C'est l'occasion d'aller manger ensemble au restaurant universitaire.

Une fois sur place, vous faites la file en discutant de tout et de rien. Le menu du jour est affiché en grand sur un panneau à l'entrée. Il y a plusieurs options : pizza reine (jambon + champignons), poulet-compote-purée, spaghetti bolognaise, un hachis parmentier ou une lasagne végétarienne.

Juste à côté du menu, une affiche attire ton attention. Elle a été mise par le Kot-à-Projet Alimentation Durable qui, chaque mois, informe sur une problématique différente liée à l'alimentation. Ce mois-ci, le sujet est la consommation de viande. Sur cette affiche, tu peux lire :

« Le saviez-vous ? Des études révèlent que la majorité des femmes soucieuses de l'environnement ont tendance à privilégier des plats végétariens. »

C'est à votre groupe de choisir. Nicolas commande en premier et choisit la pizza, Tom passe ensuite et prend le hachis parmentier et pour finir, Mathieu choisit les spaghettis bolognaise. Et toi, quel plat vas-tu commander aujourd'hui ?

## **Annexe 2 : Le questionnaire en ligne de notre expérimentation.**

### **Section 1 : Introduction du questionnaire**

Ce questionnaire est réalisé dans le cadre d'un mémoire universitaire à l'Université catholique de Louvain. Vos réponses seront entièrement anonymes et traitées de manière confidentielle. Le questionnaire prendra moins de 5 minutes à compléter. Votre participation nous est précieuse.

Un grand merci pour votre aide !

Elise Delvaux & Mulan Leclerc

### **Section 2 : Questions relatives au RGPD et au consentement (questions obligatoires)**

- 1) Acceptez-vous de répondre de manière volontaire à ce questionnaire. Celui-ci, ainsi que le traitement de vos données, sont conformes au RGPD.
  - ☐ Oui, je déclare avoir pris connaissance des éléments concernant la confidentialité et l'anonymat des données. Je donne mon consentement à la participation volontaire et au traitement des données dans le cadre de ce mémoire.
  - ☐ Non
- 2) Avez-vous plus de 18 ans ?
  - ☐ Oui
  - ☐ Non

### **Section 3 : Questions socio-démographiques (questions obligatoires)**

- 3) Quel est votre genre ?
  - ☐ Femme
  - ☐ Homme
  - ☐ Autre

- Je préfère ne pas le dire
- 4) Quel est votre âge ? (ex : si vous avez 20 ans, écrivez simplement 20)
- 5) Êtes-vous toujours étudiante ?
  - Oui
  - Non

#### Section 4 : Présentation du scénario

Les cinq scénarios, attribués de manière aléatoire selon le groupe expérimental, ont été présentés dans l'Annexe 1.

#### Section 5 : Choix du plat de la participante (question obligatoire)

- 6) Sur base du scénario qui vous a été proposé, quel plat choisiriez-vous au restaurant U aujourd'hui ?
  - Hachis parmentier
  - Pizza reine (jambon + champignons)
  - Poulet accompagné de compote et purée
  - Spaghettis bolognaise
  - Lasagne végétarienne

#### Section 6 : Echelle de préoccupation environnementale - Environmental Concern Scale (Weigel and Weigel, 1978) (questions obligatoires)

- 7) Le gouvernement fédéral devrait introduire des mesures strictes pour stopper le changement climatique parce que peu de personnes se réguleront elles-mêmes.
  - Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 8) Nous ne devrions pas nous inquiéter de tuer trop d'animaux dans le cadre de la chasse récréative parce que dans le long terme, les choses vont s'équilibrer (l'équilibre sera atteint).
  - Tout fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 9) Je serais prête à faire des sacrifices personnels pour ralentir le changement climatique même si les résultats immédiats pourraient ne pas sembler importants.
  - Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)

- 10) Le changement climatique ne m'affecte pas personnellement dans ma vie.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 11) Les bénéfices des produits de consommation moderne sont plus importants que le changement climatique qui découle de leur production et utilisation.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 12) Il faut éviter l'extinction de toute race animale, même si cela signifie sacrifier certaines choses pour nous-mêmes.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 13) Les cours qui ont pour objet la conservation des ressources naturelles devraient être enseignés à l'école.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 14) Même s'il y a une contamination continue des lacs, des cours d'eau et de l'air, les processus de purification naturelle les font revenir rapidement à la normale.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 15) Étant donné l'efficacité des agences d'inspection et de contrôle mises en place par le gouvernement, il est très improbable que le réchauffement climatique lié à la production d'énergie devienne excessif.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 16) Le gouvernement devrait donner à chaque citoyen.ne une liste d'agences et organisations auxquelles ils.elles peuvent signaler des plaintes concernant le changement climatique.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 17) Les prédateurs comme les faucons, les corbeaux, les putois et les coyotes qui représentent des menaces pour les cultures des fermiers (champs) et la volaille devraient être éliminés.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 18) Les organisations de lutte contre le changement climatique semblent davantage motivées par la volonté de perturber la société que par un réel engagement dans la lutte contre le changement climatique.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)
- 19) Même si les transports en commun étaient plus efficaces, je préférerais prendre ma voiture pour aller au travail.
- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)

20) L'industrie s'efforce activement de développer des technologies efficaces pour lutter contre le réchauffement climatique.

- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)

21) Si on me le demandait, je contribuerais en temps, en argent ou les deux à une organisation qui œuvre pour améliorer la qualité de l'environnement.

- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)

22) Je serais disposée à accepter une augmentation de 100 € des dépenses de mon foyer l'année prochaine, afin de favoriser une utilisation plus responsable des ressources naturelles.

- Tout à fait d'accord à tout à fait pas d'accord (Échelle de Likert 1 à 5)

\*A quel point êtes-vous d'accord avec les affirmations suivantes ?

|                                                                                                                                                                                         | Pas du tout d'accord  | Plutôt pas d'accord   | Ni en accord, ni en désaccord | Plutôt d'accord       | Tout à fait d'accord  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Le gouvernement fédéral devrait introduire des mesures strictes pour stopper le changement climatique parce que peu de personnes se réguleront elles-mêmes.                             | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Nous ne devrions pas nous inquiéter de tuer trop d'animaux dans le cadre de la chasse récréative parce que dans le long terme, les choses vont s'équilibrer (l'équilibre sera atteint). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je serais prête à faire des sacrifices personnels pour ralentir le changement climatique même si les résultats immédiats pourraient ne pas sembler importants.                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Le changement climatique ne m'affecte pas personnellement dans ma vie.                                                                                                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Les bénéfices des produits de consommation moderne sont plus importants que le changement climatique qui découle de leur production et utilisation.                                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Il faut éviter l'extinction de toute race animale, même si cela signifie sacrifier certaines choses pour nous-mêmes.                                                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Les cours qui ont pour objet la conservation des ressources naturelles devraient être enseignés à l'école.                                                                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

|                                                                                                                                                                                                              |                       |                       |                       |                       |                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Même s'il y a une contamination continue des lacs, des cours d'eau et de l'air, les processus de purification naturelle les font revenir rapidement à la normale.                                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Etant donné l'efficacité des agences d'inspection et de contrôle mises en place par le gouvernement, il est très improbable que le réchauffement climatique lié à la production d'énergie devienne excessif. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Le gouvernement devrait donner à chaque citoyen.ne une liste d'agences et organisations auxquelles ils.elles peuvent signaler des plaintes concernant le changement climatique.                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Les prédateurs comme les faucons, les corbeaux, les putois et les coyotes qui représentent des menaces pour les cultures des fermiers (champs) et la volaille devraient être éliminés.                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Les organisations de lutte contre le changement climatique semblent davantage motivées par la volonté de perturber la société que par un réel engagement dans la lutte contre le changement climatique.      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Même si les transports en commun étaient plus efficaces, je préférerais prendre ma voiture pour aller au travail.                                                                                            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| L'industrie s'efforce activement de développer des technologies efficaces pour lutter contre le réchauffement climatique.                                                                                    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Si on me le demandait, je contribuerais en temps, en argent ou les deux à une organisation qui œuvre pour améliorer la qualité de l'environnement.                                                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je serais disposée à accepter une augmentation de 100 € des dépenses de mon foyer l'année prochaine, afin de favoriser une utilisation plus responsable des ressources naturelles.                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Section 7 : Echelle de conscience de la santé - Health consciousness scale (Gould,1990)  
(questions obligatoires)

23) Je réfléchis beaucoup à ma santé.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

24) Je suis très préoccupée par ma santé.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

25) Je suis généralement attentif à mes sentiments intérieurs concernant ma santé.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

26) J'examine constamment ma santé.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

27) Je suis attentif aux changements de mon état de santé.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

28) Je suis généralement consciente de ma santé.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

29) Je suis consciente de mon état de santé au cours de la journée.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

30) Je remarque comment je me sens physiquement au cours de la journée.

- ☐ Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

31) Je suis très impliquée dans ma santé.

- Très souvent à jamais (échelle de Likert de 1 à 5)

|                                                                                | Jamais                | Rarement              | Parfois               | Souvent               | Très souvent          |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Je réfléchis beaucoup à ma santé.                                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je suis très préoccupée par ma santé.                                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je suis généralement attentif à mes sentiments intérieurs concernant ma santé. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| J'examine constamment ma santé.                                                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je suis attentif aux changements de mon état de santé.                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je suis généralement consciente de ma santé.                                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je suis consciente de mon état de santé au cours de la journée.                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je remarque comment je me sens physiquement au cours de la journée.            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Je suis très impliquée dans ma santé.                                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Section 8 : Question relative au régime alimentaire de la participante (question obligatoire)

32) Quel est votre régime alimentaire ?

- Végan
- Végétarien
- Omnivore
- Autre

Section 9 : “Manipulation Check questions” (questions obligatoires)

33) Dans le scénario au début du questionnaire, y avait-il une affiche mise par un Kot à projet à l'entrée du restaurant universitaire ?

- Oui
- Non
- Je ne sais plus

34) Quel était le genre des membres de votre groupe ?

- Des garçons
- Des filles
- Ce n'était pas précisé
- Je ne sais plus

### Annexe 3 : Environmental Concern Scale (Weigel & Weigel, 1978)

**TABLE 1**  
**Internal Consistency, Stability, and Validity Data for the Items**  
**Comprising the Environmental Concern Scale**

| Items                                                                                                                                            | Item-scale correlations   |                           | Test-retest correlations<br>(n=25) | "Known-groups" comparisons<br>(n=288) | Attitude-behavior correlations<br>(N=44) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|
|                                                                                                                                                  | Western sample<br>(n=141) | Eastern sample<br>(n=162) |                                    |                                       |                                          |
| 1. The federal government will have to introduce harsh measures to halt pollution since few people will regulate themselves.                     | .34                       | .41                       | .37                                | $p < .01$                             | .32                                      |
| *2. We should not worry about killing too many game animals because in the long run things will balance out.                                     | .36                       | .39                       | .19                                | $p < .001$                            | .32                                      |
| 3. I'd be willing to make personal sacrifices for the sake of slowing down pollution even though the immediate results may not seem significant. | .50                       | .45                       | .67                                | $p < .001$                            | .15                                      |
| *4. Pollution is <u>not</u> personally affecting my life.                                                                                        | .62                       | .56                       | .42                                | $p < .001$                            | .37                                      |
| *5. The benefits of modern consumer products are more important than the pollution that results from their production and use.                   | .65                       | .66                       | .64                                | $p < .001$                            | .32                                      |
| 6. We must prevent any type of animal from becoming extinct, even if it means sacrificing some things for ourselves.                             | .40                       | .30                       | .57                                | $p < .01$                             | .15                                      |
| 7. Courses focusing on the conservation of natural resources should be taught in the public schools.                                             | .32                       | .45                       | .31                                | $p < .001$                            | .27                                      |
| *8. Although there is continual contamination of our lakes, streams, and air, nature's purifying processes soon return them to normal.           | .55                       | .50                       | .33                                | $p < .001$                            | .38                                      |

**TABLE 1 (Continued)**

| Items                                                                                                                                                       | Item-scale correlations   |                           | Test-retest correlations<br>(n=25) | "Known-groups" comparisons<br>(n=288) | Attitude behavior correlations<br>(N=44) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|
|                                                                                                                                                             | Western sample<br>(n=141) | Eastern sample<br>(n=162) |                                    |                                       |                                          |
| *9. Because the government has such good inspection and control agencies, it's very unlikely that pollution due to energy production will become excessive. | .59                       | .61                       | .65                                | $p < .001$                            | .45                                      |
| 10. The government should provide each citizen with a list of agencies and organizations to which citizens could report grievances concerning pollution.    | .55                       | .30                       | .42                                | ns                                    | .17                                      |
| *11. Predators such as hawks, crows, skunks, and coyotes which prey on farmer's grain crops and poultry should be eliminated.                               | .60                       | .50                       | .65                                | $p < .001$                            | .55                                      |
| *12. The currently active anti-pollution organizations are really more interested in disrupting society, than they are in fighting pollution.               | .48                       | .54                       | .56                                | $p < .001$                            | .59                                      |
| *13. Even if public transportation was more efficient than it is, I would prefer to drive my car to work.                                                   | .44                       | .43                       | .62                                | $p < .001$                            | .32                                      |
| *14. Industry is trying its best to develop effective anti-pollution technology.                                                                            | .49                       | .48                       | .74                                | $p < .001$                            | .37                                      |
| 15. If asked, I would contribute time, money, or both to an organization like the Sierra Club that works to improve the quality of the environment.         | .41                       | .54                       | .63                                | $p < .001$                            | .42                                      |
| 16. I would be willing to accept an increase in my family's expenses of \$100 next year to promote the wise use of natural resources.                       | .51                       | .39                       | .26                                | $p < .001$                            | .31                                      |
| TOTAL SCALE DATA                                                                                                                                            | alpha = .88<br>H.R. = .26 | .85<br>.26                | $r = .83$<br>$p < .001$            | $\chi^2 = 77.32$<br>$p < .001$        | $r = .62$<br>$p < .001$                  |

### Annexe 4 : Health consciousness scale (Gould, 1990)

**Table 1. LISREL VI results for the final HCS scale with a second-order factor**

| Item                                                            | Lambda Y |       |       |       | Theta<br>delta | Mean | SD   |
|-----------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|----------------|------|------|
|                                                                 | HCSC     | HI    | HA    | HSM   |                |      |      |
| 1. I reflect about my health a lot.                             | .970     | 0     | 0     | 0     | .400           | 2.58 | 1.24 |
| 2. I'm very self-conscious about my health.                     | 1.000    | 0     | 0     | 0     | .362           | 1.95 | 1.36 |
| 3. I'm generally attentive to my inner feeling about my health. | .943     | 0     | 0     | 0     | .433           | 2.30 | 1.22 |
| 4. I'm constantly examining my health.                          | 0        | .943  | 0     | 0     | .321           | 1.75 | 1.35 |
| 5. I'm alert to changes in my health.                           | 0        | 0     | .912  | 0     | .334           | 2.77 | 1.08 |
| 6. I'm usually aware of my health.                              | 0        | 0     | 1.000 | 0     | .200           | 2.75 | 1.06 |
| 7. I'm aware of the state of my health as I go through the day. | 0        | 0     | 0     | 1.000 | .304           | 1.95 | 1.28 |
| 8. I notice how I feel physically as I go through the day.      | 0        | 0     | 0     | .992  | .316           | 2.34 | 1.18 |
| 9. I'm very involved with my health.                            | 0        | 1.000 | 0     | 0     | .236           | 2.02 | 1.24 |

## Résumé :

Ce mémoire explore l'influence des normes sociales sur les choix alimentaires durables des jeunes femmes, notamment dans des situations sociales marquées par la présence de pairs non intimes susceptibles d'exercer une forme de pression sociale. En nous appuyant sur une revue de la littérature traitant de la consommation de viande, des stéréotypes de genre et des mécanismes de conformité sociale, nous avons formulé plusieurs hypothèses de recherche. Celles-ci visent à explorer comment le genre et les comportements alimentaires des individus présents dans une situation sociale donnée peuvent influencer les décisions alimentaires de jeunes femmes âgées de 18 à 25 ans.

Afin de structurer notre réflexion, le mémoire a été divisé en trois parties. La première est consacrée à la présentation des concepts scientifiques en lien avec notre problématique, à travers une revue de la littérature. Cette phase exploratoire nous a permis de mieux comprendre le contexte et d'acquérir une vision globale des enjeux associés à la consommation de viande : ses impacts, l'influence des normes sociales, les variations selon le genre et l'âge, ainsi que la question de l'identité végétarienne.

Sur cette base, nous avons formulé la question de recherche suivante : « *La présence d'hommes extérieurs au cercle intime de la participante (vs. femmes hors cercle intime) réduit-elle l'impact de la norme sociale dans une situation de choix durables, chez des participantes de genre féminin âgées de 18 à 25 ans ?* »

Dans une seconde partie, nous avons mené une étude quantitative expérimentale via un questionnaire en ligne afin de répondre à la question de recherche. Nous y présentons également les hypothèses formulées ainsi que la méthodologie adoptée. Pour atteindre notre objectif de 200 réponses, le questionnaire a été diffusé sur les réseaux sociaux auprès de notre public cible. Au total, nous avons obtenu 189 réponses valides. Ensuite, une partie est dédiée à l'analyse et à l'interprétation des résultats à l'aide du logiciel IBM SPSS, afin d'évaluer la validité de nos hypothèses et de comprendre dans quelle mesure les dynamiques sociales influencent les comportements alimentaires durables chez les jeunes femmes.

Enfin, nous terminons le mémoire par les conclusions, une discussion des limites rencontrées, ainsi que des pistes de réflexion pour de futures recherches.

UNIVERSITÉ CATHOLIQUE DE LOUVAIN  
Louvain School of Management

Place des Doyens, 1 bte L2.01.01, 1348 Louvain-la-Neuve  
Boulevard Emile Devreux 6, 6000 Charleroi, Belgique  
Chaussée de Binche 151, 7000 Mons, Belgique  
[www.uclouvain.be/lsm](http://www.uclouvain.be/lsm)