

**Faculté des sciences économiques,
sociales, politiques et de communication**

**Dans quelle mesure la représentation
des personnes grosses, dans les séries
populaires, joue-t-elle un rôle dans le
processus de prophétie autoréalisatrice
chez les personnes grosses, en
Belgique francophone ?**

Auteur : SCOREY Maïté
Promotrice : SEPULCHRE Sarah
Année académique 2021 - 2022
Master 120 en communication finalité communication stratégique des
organisations

Remerciement

Tout d'abord, je tenais à remercier ma promotrice, Sarah Sepulchre, pour ses précieux conseils mais également sa disponibilité durant la rédaction de ce mémoire.

Ensuite, je tenais à remercier tout particulièrement Augustin sans qui tout ça n'aurait pu exister. Entre la relecture et le soutien moral, son aide fut précieuse et essentielle.

Je tenais également à remercier ma famille et mes amis qui m'ont soutenue durant tout mon parcours universitaire.

Enfin, ce mémoire n'aurait jamais pu exister sans le temps précieux que m'ont accordé les personnes qui ont participées à mes entretiens. Merci Tom, Mallou, Marie, Elise, Lyse, Bil, Marc, Morgane, Emilie et La Bande des Gros.

Table des matières

Remerciement	2
Introduction	6
Contextualisation de ma subjectivité vis-à-vis du sujet	8
I. Partie théorique	9
1. Concepts clés	9
1.1. Gros-ses	9
1.2. Grossophobie.....	9
1.3. Prophétie autoréalisatrice	11
1.4. Stéréotype	12
1.5. Préjugé.....	13
1.6. Discrimination.....	14
1.7. Stigmatisation	14
1.8. Série télévisée.....	15
2. Les différentes formes de grossophobie	17
2.1. Grossophobie évidente.....	17
2.2. Grossophobie conspirationniste.....	18
2.3. Grossophobie esthétique	18
2.4. Médecin du dimanche	19
2.5. Grossophobie bien intentionnée	19
2.6. Grossophobie intériorisée	20
2.7. Grossophobie structurelle	21
3. Stéréotype, préjugé, discrimination	22
II. Problématique	23
III. Question de recherche	25
IV. Partie méthodologie	26
1. Méthode de recherche	26
2. Modalités des entretiens	26
2.1. Première phase.....	27
2.2. Deuxième phase	27
2.3. Échantillonnage	28
3. Guides d'entretiens	28

3.1.	Entretiens d'éthnorécits pratiques focalisés.....	28
3.2.	Entretiens avec des professionnels.....	29
4.	Analyse qualitative des entretiens	29
4.1.	Micro-analyse et annotation.....	29
4.2.	Catégorisation.....	30
4.3.	Confrontation interne et externe.....	30
V.	Partie empirique.....	31
1.	Présentation du corpus	31
1.1.	Personnes grosses.....	31
1.2.	Personnes non-grosses	33
2.	Stéréotype dans les séries.....	35
2.1.	Schématisation des stéréotypes grossophobes dans les séries.....	35
2.2.	Gros-ses égale un rôle.....	36
2.3.	Les différentes grossophobies	37
2.4.	La non-représentation des personnes grosses	38
3.	Analyse de la réception d'un épisode de Friends.....	39
3.1.	Personnalité de Fat Monica	40
3.2.	Comportement de Fat Monica.....	41
3.3.	Vie affective de Fat Monica.....	42
3.4.	Rôle de fat Monica	43
3.5.	Fat Monica est-elle vraiment grosse ?	44
3.6.	Conclusion de la réception de cet épisode	46
4.	Prophétie autoréalisatrice.....	47
4.1.	Personnalité	47
4.2.	Comportement.....	47
4.3.	Love interest.....	48
4.4.	Rôle	49
4.5.	Corps	50
4.6.	Préjugé ou discrimination ?	52
5.	Piste d'amélioration des séries.....	54
5.1.	Davantage de représentation	54
5.2.	Éviter l'effet loupe.....	55
5.3.	Choisir des acteurs gros	56
5.4.	Love interest.....	56
5.5.	Sensibilisation	57
5.6.	Séries FatFriendly.....	57

6. Retour de l'association FatFriendly	59
6.1. Friends	60
6.2. Prophétie autoréalisatrice	60
6.3. Difficulté à trouver des acteurs gros	61
6.4. L'origine de la grossophobie.....	62
6.5. Piste d'amélioration.....	63
6.6. Séries fat friendly.....	64
6.7. Création d'un guide anti-grossophobie	65
7. Analyse du discours du mots gros-ses.....	66
Conclusion.....	67
Bibliographie.....	69
Ouvrage scientifique	69
Revue scientifique.....	70
Sites internet.....	71

Introduction

“Depuis l’enfance, l’adolescence surtout, l’obèse apprend à se taire. Il est, à l’image de ses kilos, toujours en trop. Pointé du doigt comme un individu dépourvu de volonté, alors qu’il est souvent en proie à une lutte pour sa survie” (Deydier, 2017, p. 14). Ce passage tristement inspirant reflète la réalité vécue par de nombreuses personnes grosses. Comme l’obèse apprend à se taire, sa représentation et son vécu personnel sont, eux aussi, continuellement passés sous silence.

Cependant, en 2017, Gabrielle Deydier a réussi l’exploit de remettre sur le devant de la scène ces questionnements via la sortie de son livre très personnel : “On ne naît pas grosse”. Selon Solenne Carof, ce livre a été décisif dans la remise en question de la grossophobie latente dans nos sociétés. (Carof, 2021, p. 17) « En mars 2021, depuis le début des archives médiatiques sur Europresse, ce vocable avait été utilisé 1 618 fois par les médias français. Sur ces occurrences, 1521 étaient apparues après la publication de l’ouvrage de Gabrielle Deydier » (Carof, 2021, p. 17). Ces chiffres montrent bien toute l’importance qu’a pu avoir ce livre.

Depuis lors, de nombreux comptes Instagram se sont créés pour dénoncer les agissements grossophobes. Mais aussi de nombreux livres ont été écrits. Rien que sur la période entre le début de mon mémoire (octobre 2021) et la fin de celui-ci, j’ai pu constater un réel enrichissement de la littérature.

Cependant, cet enrichissement de la littérature s’est surtout déroulé dans les milieux militants. La littérature scientifique reste encore trop peu fournie concernant les questions du vécu des personnes grosses. C’est en partie pour cette raison que je rédige aujourd’hui ce mémoire orienté sur la réception des discours parfois grossophobes présents dans les séries.

Mon choix d’observer des séries résulte du fait que ces dernières sont de plus en plus omniprésentes dans nos vies. « Les séries télévisées sont aujourd’hui au cœur d’enjeux importants. Des enjeux socioéconomiques [...] ; des enjeux sociotechniques [...] ; des enjeux socioculturels enfin liés à la

légitimation/consécration du genre sériel et des pratiques culturelles s'y rapportant » (Dessinges & Perticoz, 2019). Dans le cadre de ce mémoire ce sont donc les enjeux socioculturels qui nous intéresseront.

Dans un premier temps, afin de traiter correctement mon sujet de recherche, je prendrai le temps de définir l'ensemble des concepts clés autour duquel ce mémoire sera développé.

Dans un second temps, je contextualiserai ma problématique en m'appuyant sur la littérature scientifique.

Dans un troisième temps, j'énoncerai ma question de recherche ainsi que mes hypothèses de recherches. Ces derniers ayant pour but de m'aiguiller dans l'élaboration d'une réponse à ma question.

Dans un quatrième temps, dans la partie méthodologie, je m'appliquerai à décrire de la manière la plus fiable mes méthodes utilisées pour mener à bien ce mémoire.

Dans un cinquième temps, dans la partie empirique, j'analyserai les données que j'ai récoltées durant les entretiens que j'ai menés.

Dans la sixième et dernière partie, je conclurai en répondant au mieux à ma question de recherche. Mais j'aborderais également des pistes à explorer pour de futures recherches.

Contextualisation de ma subjectivité vis-à-vis du sujet

Avant de débiter à proprement parler ce mémoire, il est important pour moi de resituer ma propre subjectivité. Médicalement parlant, je me situe actuellement dans le groupe de personnes qui ont un IMC¹ qualifié de normal. Mais ce ne fut pas toujours le cas. Il y a maintenant trois ans, j'ai subi une opération bariatrique afin de perdre du poids. Avant mon opération, je me situais dans le groupe de personnes en obésité morbide.

Ma subjectivité par rapport à mon objet de recherche n'est donc pas totalement neutre. Mais certain sujet nécessite d'avoir vécu de près les enjeux dans le but de les traiter correctement.

Par ailleurs, cette subjectivité comportait tout de même certains avantages. Notamment au niveau de la conduction de mes entretiens. J'avais pris la décision d'expliquer mon parcours aux personnes grosses. En conséquence de quoi elles ont généralement plus tendance à se livrer aux gens qui comprennent ce qu'elles vivent. Cependant, j'ai pris la décision de ne pas parler de mon parcours aux personnes non-grosses afin d'éviter de biaiser leurs réponses.

Enfin, durant l'analyse des entretiens, j'ai tenté d'aborder la posture la plus neutre possible.

¹ Indice de Masse Corporelle

I. Partie théorique

1. Concepts clés

1.1. Gros·ses

Durant ce mémoire, j'utiliserais à de nombreuses reprises le terme **gros·ses** pour parler des personnes en surpoids ou obèses. Pour rappel, « l'obésité désigne l'état d'un individu ayant une masse adipeuse trop importante. L'indice de masse corporelle (IMC : poids en kilos/(taille en m²)) sert à la délimiter : une personne est considérée obèse lorsque son IMC est supérieur ou égal à 30 (et en surpoids à partir d'un IMC de 25). » (Daria & Perez-Bello, 2018, p. 18) .

Le qualificatif gros·ses n'a pas été choisi avec une intention de choquer. Il s'agit plutôt de bien respecter la volonté du courant « *fat activism movement*² » selon qui gros ou grosses sont « des expressions neutres et descriptives, sans connotation médicale, a contrario des termes « surpoids » et « obésité » utilisés dans une perspective médicale. » (Carof, 2021). La médicalisation n'étant pas au cœur de ce mémoire, je préfère exclure ces termes.

1.2. Grossophobie

La grossophobie, concept central de ce mémoire, fait son apparition dans les années nonante dans les milieux militants. Le terme a émergé notamment grâce à « l'autrice : Anne Zammerlan dans son livre *Coup de gueule contre la grossophobie*, et plus récemment par l'autrice Gabrielle Deydier dans son ouvrage *On ne naît pas grosse* » (Sánchez & Boiseau, 2021). Ces deux autrices ont ainsi mis un mot sur les discriminations vécues au quotidien par les personnes grosses.

La grossophobie signifie littéralement « la peur de la grosseur » (Carof, 2021, pp. 17-18). Pourtant, celui-ci a une portée bien plus large que sa simple

² « Face à ces normes esthétiques, nutritionnelles et médicales restrictives et stigmatisantes, de nombreuses personnes obèses ont décidé de s'inscrire dans un mouvement large, alliant associations officielles, groupes éphémères, blogs et sites Internet, pour des objectifs aussi variés que la lutte contre les discriminations, la valorisation de la beauté des rondes ou le rejet politique de la médicalisation du poids. » (Carof, Poids. Dans : Juliette Rennes éd., Encyclopédie critique du genre: Corps, sexualité, rapports sociaux , 2016)

signification. Elle est couramment définie comme « l'ensemble des attitudes hostiles et discriminantes à l'égard des personnes en surpoids » (Daria & Perez-Bello, 2018). Comme nous le verrons par la suite, il n'existe pas qu'une seule forme de grossophobie comme nous pourrions le penser.

Jusqu'en 2019, ce terme n'était pas repris dans les dictionnaires francophones malgré son utilisation depuis une trentaine d'années. Ce n'est qu'après de longues années de batailles que les associations qui luttent contre la grossophobie, dont notamment le collectif Gras politique, ont réussi à faire entrer le mot dans le dictionnaire Le Robert. La grossophobie y est ainsi définie comme une : « Attitude de discrimination envers les personnes obèses ou en surpoids. » (LeRobert, 2022)

La grossophobie est omniprésente dans notre vie à tous. Gros·se ou mince, nous sommes tous affectés, à différentes échelles, par la grossophobie. Une personne grosse subira bien souvent les attaques d'autrui sur son poids. Alors que certaines personnes minces s'infligeront des régimes drastiques par peur de devenir gros·ses. Selon Edith Bernier, le renforcement du culte de la minceur et la culture de la diète ont fait émerger davantage de comportements grossophobes. « Dans cette optique, toute personne gros·se qui refuserait de s'imposer des privations ou d'aspirer à la minceur devient une paria et se voit exclue par son non-désir d'atteindre cette norme ou de s'y confronter » (Bernier, 2020, pp. 62-63). Dans la même vision, Solenne Carof montre que la valorisation de la minceur renforce les stéréotypes qui veulent que les personnes grosses manquent de « maîtrise de soi » (Carof, 2021). Ce culte de la minceur, synonyme de maîtrise de soi, serait de ce fait l'un des marqueurs qui justifieraient la grossophobie latente dans notre société.

Enfin, il est également important de préciser, comme l'explique l'ensemble des auteur·rices que je citerais, la lutte contre la grossophobie n'est en rien une valorisation ou une ode à l'obésité. Durant la rédaction de ce mémoire, une personne m'a sérieusement demandé si, dans le fond, les associations qui luttent contre les discriminations grossophobes ne faisaient pas tout ça pour « juste » ne pas faire de régime. Ce raisonnement vient refaire

écho au lien entre grosseur et manque de maîtrise de soi. Ces réflexions grossophobes sont courantes dans la société dans laquelle on vit. On constate ainsi un manque criant de connaissances et de prises en considération du sujet. Dirait-on d'une féministe qu'elle lutte pour les droits des femmes uniquement parce qu'elle ne veut pas devenir un homme ? L'objectif de la lutte contre la grossophobie « est simplement de réclamer la place appropriée, voire proportionnelle, qui revient au corps gros » (Bernier, 2020, p. 26). Le but n'est donc pas de favoriser un corps au détriment d'un autre. Selon Edith Bernier, il n'est pas tant question de valorisation de l'obésité. Il s'agit surtout de refuser la dévalorisation du corps gros afin de lui rendre la place qui lui appartient dans l'espace public (Bernier, 2020).

1.3. Prophétie autoréalisatrice

Le concept clé de mon mémoire, autour duquel je vais articuler ma réflexion est la « *prophétie autoréalisatrice* », proposée par Robert Merton. Ce dernier l'a décrite comme « *une définition d'abord fautive d'une situation, mais cette définition erronée suscite un nouveau comportement, qui la rend vraie* ». (Merton, 1949)

Pour vous donner un exemple, on entend souvent dire que « les femmes sont des dangers sur la route ». Pourtant de nombreuses études ont prouvées que c'était totalement faux. Cependant, à force d'entendre constamment des blagues sur le sujet, les femmes vont perdre en confiance. Cette perte de confiance pourrait mener à terme à des comportements dangereux.

Dans ce mémoire, je vais tenter d'appliquer la logique que je viens d'exposer dans le domaine de la grossophobie. Comme nous le verrons, le fait d'être gros·se s'associe avec toute une série d'affirmations qui vont influencer l'individu. Je m'intéresserai particulièrement à l'impact des séries et leur contenu sur la vie des personnes grosses.

1.4. Stéréotype

Stéréotype est un terme provenant à l'origine du milieu de l'imprimerie. Ce terme a été repris en 1922 par Walther Lippman dans son livre *Public Opinion*³. Cette notion est présente dans de nombreux domaines scientifiques que ce soit la rhétorique, la linguistique, la psychologie sociale ou encore la sociologie.

Pour ma part, je m'appuierai tout d'abord sur les travaux de Ruth Amossy pour qui le stéréotype « est l'image préfabriquée, toujours semblable à elle-même, que la collectivité fait monotonement circuler dans les esprits et les textes. » (Assomy & Herschberg Pierrot, 2021, p. 21). Selon cette autrice, les stéréotypes ne sont pas des images fixes, mais plutôt des images qui tendent à évoluer en fonction de l'environnement dans lequel on se trouve. Comme nous le verrons par la suite, il existe énormément d'exemples sur les personnes grasses. Comme par exemple : les personnes grasses ne mangent que de la malbouffe.

Dans le domaine de la psychologie sociale, Leyens et Scaillet, les définissent « comme des impressions que partage l'ensemble des membres d'un groupe à propos de l'ensemble des membres d'un autre groupe ou du sien propre. » (Leyens & Scaillet, 2014). Cette vision nous permet de comprendre l'importance des stéréotypes dans le processus d'identification personnel ou de groupe. Ils permettent de s'identifier face à l'autre : Je suis ... Je ne suis pas ...

Ces stéréotypes sont constamment présents dans notre quotidien. Ils peuvent se présenter sous diverses formes, mots, images, idées, symboles, verbaux, non-verbaux, ... Ils peuvent être négatifs comme positifs. Il est également important de souligner que même « s'ils sont parfois sans rapport avec la réalité objective, les stéréotypes ne sont pas nécessairement faux. Mais ils sont par nature, relatifs à un point de vue, un milieu, un groupe, ce qui leur enlève généralement toute universalité. » (Hoebeke, 2008, p. 40)

³ Lippmann, Walter, 2004, *Public Opinion* (1922), Project Gutenberg.

Dans cadre de ce mémoire, les stéréotypes qui vont nous intéresser sont ceux présentés dans la culture de masse, plus spécifiquement dans les séries. « Dans notre représentation de la société, les images stéréotypes sont un raccourci qui permet de transmettre rapidement des informations à un public étendu, lui donnant une conception partagée d'une catégorie de personnes. Elles simplifient la diversité des membres d'une catégorie donnée pour lui enlever toute complexité. » (Seurrat, 2010) Dans les séries, les stéréotypes sont donc autant de codes qui simplifient la lecture de la culture et de leurs personnages afin d'être compris par tout un chacun. C'est notamment grâce aux représentations stéréotypées que nous pouvons aisément désigner le genre d'une série en moins de cinq minutes de visionnage.

1.5. Préjugé

Au sein de la littérature scientifique, il y a plusieurs manières d'aborder les préjugés. Pour ma part, je m'appuierai sur les enseignements des sciences sociales avec la vision définie par Gordon Allport : « Les "préjugés" sont définis comme des réactions affectives négatives envers les membres d'un groupe uniquement motivé par leur appartenance au groupe » (Allport, 1954). Gordon Allport place donc les préjugés dans le domaine de l'affectif.

Les préjugés trouvent leurs origines « dans la culture environnante (familiale, scolaire, sociale...), laquelle, de par son influence, véhicule auprès des enfants des représentations standardisées, qui concernent un groupe entier de personnes : autrement dit, des stéréotypes » (Bertrand, 2018). Les stéréotypes comme définit précédemment sont donc bien souvent le point d'ancrage de ces préjugés.

Un exemple de préjugé grossophobe serait donc, le fait d'avoir peur devenir gros. Car la grosseur est associé à des stéréotype négatif.

1.6. Discrimination

La discrimination symbolise « le fait de traiter différemment certaines personnes par rapport à d'autres » (Bertrand, 2018). Cette discrimination peut avoir toutes sortes d'origines : le genre, un handicap, une orientation sexuelle, une difformité du corps.

Il est important de souligner que la discrimination se caractérise par le fait que ce soit un comportement. Là où les stéréotypes et les préjugés eux sont de l'ordre de l'affecte ou encore de l'imaginaire collectif. La discrimination est souvent vue comme un passage à l'acte de de ces stéréotypes et préjugés. Par exemple, lorsqu'une banque refuse d'accorder un prêt à une personne uniquement parce qu'elle est grosse, c'est tout bonnement de la discrimination.

La discrimination est un des enjeux les plus importance pour nos sociétés modernes. Pour se faire, la lutte anti-discrimination est inscrite dans la loi tant au niveau belge qu'au niveau européen via l'article 21 - Non-discrimination⁴

1.7. Stigmatisation

Pour définir la « *stigmatisation* », je m'appuierai sur les travaux du sociologue Erving Goffman. Il définit la stigmatisation comme étant « un processus d'interactions qui discréditent un individu et tendent à transformer une victime en coupable. Le processus suppose également l'injustice des reproches (discrimination) et surtout que l'individu qui en est la victime accepte et intériorise la dévalorisation. » (Poulain, 2009)

Cette notion a par la suite été reprise en psychologie, notamment pour expliquer les conséquences et les effets d'une stigmatisation de l'obésité. Ils ont démontré que cette stigmatisation peut mener à des comportements tels

⁴ 1. Est interdite toute discrimination fondée notamment sur le sexe, la race, la couleur, les origines ethniques ou sociales, les caractéristiques génétiques, la langue, la religion ou les convictions, les opinions politiques ou toute autre opinion, l'appartenance à une minorité nationale, la fortune, la naissance, un handicap, l'âge ou l'orientation sexuelle.

2. Dans le domaine d'application des traités et sans préjudice de leurs dispositions particulières, toute discrimination exercée en raison de la nationalité est interdite. (Europa, 2022)

que des risques de dépression, de l'anxiété, une image négative de son corps, des troubles de l'alimentation, une réduction de l'activité physique, ... (Puhl, 2009). Il est ainsi important de comprendre les réels enjeux de cette stigmatisation dans la vie de personnes en surpoids ou obèses.

1.8. Série télévisée

Une série télévisée, communément appelé série, est une « forme fictionnelle narrative dont chaque occurrence (ou numéro) possède sa propre unité diégétique et dont le(s) héros et/ou les thèmes, ainsi que la structure narrative, sont récurrents d'une occurrence à l'autre » (Sepulchre, 2015, p. 215). Celle-ci fait partie intégrante de nos vies à tous que ce soit en direct, sur les sites de streaming, ou encore en DVD. Les séries tiennent une place importante dans la culture de masse. Sitcoms, policiers, médicales, historiques, ... sont autant de genre que la série peut emprunter. Elles ont énormément évolué depuis leurs débuts. Pour mieux comprendre, je vous ai dressé une brève historique retraçant l'émergence des séries.

Il est impossible de parler des séries télévisées sans évoquer l'avènement de la télévision aux États-Unis, berceau de cette culture. « Les séries télévisées se développent en même temps que le média télévision lui-même. Or, c'est d'abord aux États-Unis que la télévision devient un média de masse. C'est donc dans ce pays que les premières séries télévisées voient le jour, se diversifient et se standardisent. » (Sepulchre, 2015, p. 12). C'est également là-bas qu'on trouve aujourd'hui encore les plus grosses productions. Selon Sarah Sepulchre, cela s'explique principalement grâce à deux points importants. D'une part, après la guerre, les USA étant les moins touchés en termes dégâts par ces tristes événements, la machine économique américaine a pu très vite reprendre. La télévision s'est ainsi très vite immiscée dans le quotidien des Américains. D'autre part, contrairement aux pays européens, les États-Unis ne contrôlent pas ce média de masse. Ils ont fait le choix dès son début de le privatiser. Cette privatisation leur a permis d'investir davantage dans la culture du divertissement. (Sepulchre, 2015)

À leurs débuts, les séries télévisées n'étaient bien souvent que de simples retransmissions en direct de séries radiophoniques. Cependant, dans les années cinquante, grâce à la série *L'extravagante Lucy*, les séries changent de visage pour devenir, à peu de chose près, celui que nous connaissons aujourd'hui. Cette série est la première à chambouler les codes sur plusieurs aspects. Elle a tout d'abord été la première à ne pas être retransmise en direct. Le simple fait de penser à enregistrer les épisodes fait naître de nouveaux enjeux de monétisation à posteriori. Mais également cela permet d'un point de vue scientifique de garder une trace qui puisse être analysée. Elle est également à l'origine des rires qu'on a déjà tous entendu dans les sitcoms. Elle est la première à imaginer la venue d'un public sur le plateau de tournage afin de recueillir en direct les expressions des spectateurs. (Sepulchre, 2015, pp. 15-16)

Aujourd'hui, notre paysage de séries a bien évolué depuis *L'extravagante Lucy*. L'explosion du nombre de plateformes de streaming légal a une nouvelle fois rabattu les cartes et bousculé les codes. Ce genre de plateformes a permis de faire passer les séries de la culture de masse à une culture de niche. L'objectif n'est plus de plaire au plus grand nombre mais bien que chaque téléspectateur puisse trouver le genre qui lui convient (Sepulchre, 2015, pp. 37-41).

2. Les différentes formes de grossophobie

La grossophobie, comme dit précédemment, peut prendre plusieurs formes. La grossophobie ne se résume pas uniquement aux insultes qu'on peut entendre dans la rue, sur son lieu de travail, dans la cour de récré, ... Non, il existe bien différentes formes de grossophobie allant de la plus directe, en passant par la bienveillante, jusqu'à la plus indirecte.

Edith Bernier met en évidence différentes formes dans son dernier livre « *Grosse, et alors ? Connaître et combattre la grossophobie* ». Elle expose ainsi sept catégories :

- La grossophobie évidente ;
- La grossophobie conspirationniste ;
- La grossophobie esthétique ;
- La grossophobie du médecin du dimanche ;
- La grossophobie bien intentionnée ;
- La grossophobie intériorisée ;
- La grossophobie structurelle.

Ces différentes catégories me seront utiles dans l'analyse de mes entretiens afin de déterminer quelles sont les formes de grossophobies qui marque le plus les répondants.

2.1. Grossophobie évidente

Comme son nom l'indique, la grossophobie évidente est facilement repérable autour de soi. Cette catégorie reprend les stéréotypes les plus courant tels que : « les gros mangent constamment des aliments frits », « les gros manquent de volonté », ... Mais elle intègre également le manque de représentation positive du corps gros dans la culture. (Bernier, 2020).

Dans les séries, cela se traduit via plusieurs facteurs. Tout d'abord via un manque de représentation, proportionnelle à la société, des corps gros. Les acteurs gros·ses sont très peu présents·es dans les séries. Ensuite, lorsqu'il y a un personnage gros, ce dernier est bien souvent associé à une représentation

stéréotypé négative : personne aigrie, associable, radine, ... Il endosse le mauvais rôle, celui que personnes n'aime jouer. Enfin, cela se traduit évidemment par une large diffusion de stéréotypes tels que : les personnages gros sont les bons copains, les personnages gros n'ont pas de vie sexuelle, ...

2.2. Grossophobie conspirationniste

Cette catégorie de grossophobie regroupe l'ensemble des discours qui « blâment les personnes grosses de faire l'apologie d'un style de vie considéré comme malsain par le simple refus de se conformer au culte de la minceur » (Bernier, 2020, p. 108). On retrouve également sur internet de nombreuses théories conspirationnistes qui argumentent le fait que les mouvements d'acceptation des corps gros sont dirigés par exemple par le lobby de la restauration rapide. (Bernier, 2020)

Ce style de grossophobie est plus compliqué à repérer dans les séries. Il ne s'agit pas d'un discours conspirationniste suffisamment répandu pour que ce dernier soit repris par la culture de masse.

2.3. Grossophobie esthétique

La grossophobie esthétique, se caractérise par la normalisation du "*corps beau*". Pour qu'un corps soit jugé comme étant beau, il doit rentrer dans le moule imposé par la société, dicté par le culte de la minceur. « Il est tout à fait normal et acceptable d'avoir certaines préférences esthétiques. C'est lorsqu'on les utilise comme une norme qui devrait s'appliquer à toutes et à tous – ou à laquelle toutes et tous devraient aspirer – que cela devient problématique. Car cela contribue à nier l'aptitude à la beauté d'autres modèles corporels. » (Bernier, 2020, p. 110).

Selon Solenne Carof, cette grossophobie pèserait davantage sur les corps féminins. Celles-ci doivent, en tant que femme, faire face à un nombre démesuré d'injonctions sur leurs corps et les beautés : épilation, maquillage, rides, Le culte de minceur, et tous ce qui va avec, vient ajouter une

pression supplémentaire qui les poussent à rentrer dans le moule afin d'éviter une stigmatisation supplémentaire (Carof, 2021, pp. 67-69).

Dans les séries, cela se traduit par une représentation excessive de corps minces, voire très minces. Si on regarde les gens autour de soi, il y a plus de personnes qui sont en surpoids ou obèses qu'il n'y a de personnes anorexiques. Pourtant, dans les séries, les corps anorexiques sont bien plus représentés en termes de proportionnalité. La grossophobie esthétique se traduit également par une discréditation des corps gros. Ce dernier y est associé à une représentation répugnante qui n'attire pas.

2.4.Médecin du dimanche

Les médecins du dimanche sont des personnes qui, sans avoir aucune formation scientifique ou médicale, pensent savoir mieux que n'importe qui ce qui est bon pour la santé de chacun (Bernier, 2020, pp. 111-112). Dans l'imaginaire collectif, le corps gros est associé à l'idée d'un corps malade. Dans le monde scientifique, il est de plus en plus évident que « notre poids ne définit pas à lui seul notre état de santé global. La littérature scientifique est assez claire sur le fait qu'un poids plus élevé n'est pas systématiquement associé à une mauvaise santé métabolique » (Bernier, 2020, p. 8).

Dans les séries, comme dans le monde réel, le corps gros est associé à l'image d'un corps malade. Bien souvent, les amis des protagonistes gros·ses ne se gênent jamais de leurs rappeler que leur hygiène de vie est une catastrophe pour leur santé.

2.5.Grossophobie bien intentionnée

La grossophobie bien intentionnée se cache généralement sous de fausses préoccupations tels que : « *je connais un super régime* », « *tu te sentirais mieux avec 10 kilos de moins* », « *tu es bien plus jolie depuis que tu as perdu du poids* » ... Bien souvent, les personnes diffusant ce type de message ne sont pas conscientes que leurs propos s'apparentent à de la grossophobie. « L'apparence de bienveillance ne légitime pas les conseils non sollicités sur

l'alimentation, l'exercices, le poids, la qualité de vie, etc., ni les commentaires sur le corps, le changement de poids ou la silhouette. » (Bernier, 2020, p. 117). Ce type de discours est énormément relayé par les séries.

2.6. Grossophobie intériorisée

La grossophobie intériorisée ne provient pas de l'extérieur mais trouve son origine à l'intérieur de l'individu qui jugent et malmène son propre corps. Edith Bernier qualifie ce comportement d'« *autogrossophobie* » (Bernier, 2020, p. 119).

Cependant, cette grossophobie se nourrit des toutes les autres formes de grossophobies. Cela s'explique parfaitement grâce au concept d'intériorisation qui est défini « en psychologie, [...] comme un processus mental non conscient au cours duquel les caractéristiques, croyances, sentiments ou attitudes d'autres personnes ou groupes sont assimilés par un individu » (Bernier, 2020, p. 118).

Pour aller plus loin, cette *autogrossophobie* intervient au premier plan dans le processus de prophétie autoréalisatrice. Lorsqu'une personne grosse intériorise la grossophobie en se disant que c'est normal d'être stigmatisée car elle est à l'origine de son malheur de par son corps qui ne rentre pas dans la norme. Elle a davantage de risque de développer une sorte de prophétie autoréalisatrice.

Dans les séries, cette grossophobie se traduit par les discours que les protagonistes gros·ses eux-mêmes portent à l'encontre de leur propre corps. Il est extrêmement rare de trouver un personnage gros qui ne dévalorise pas son propre corps. Cette catégorie se traduit également lorsque les protagonistes acceptent sciemment les stigmatisations qui leurs sont imposées.

2.7. Grossophobie structurelle

Enfin cette dernière catégorie est une forme de stigmatisation passive. Elle intervient par exemple lorsque le mobilier urbain, ou le mobilier tout court, n'a pas été pensé pour accueillir les personnes grosses (Bernier, 2020, p. 123). Ce cas de figure ne naît pas d'une volonté brutale de stigmatiser de manière directe les personnes grosses, comme la grossophobie évidente. Non, la grossophobie structurelle est plutôt un marqueur évident du manque de considération des corps différents. « L'urbanisme s'ajoute au regard des autres pour rappeler sans cesse aux gros que l'espace public n'est pas pensé pour eux. » (Daria & Perez-Bello, 2018, p. 72)

Cette catégorie est plus compliquée à retrouver dans les séries car elle s'illustre davantage par des vécus personnels. Cependant, on peut retrouver certaines représentations souvent stéréotypées de personnages qui cassent du mobilier à cause de leur poids trop élevé. Mais peut-on toujours dire à ce niveau qu'il s'agit toujours de grossophobie structurelle ? En la représentant et en la diffusant dans objectif d'amuser un public, ne bascule-t-on pas dans de la grossophobie évidente ?

3. Stéréotype, préjugé, discrimination

Comment passe-t-on d'un simple stéréotype à de la discrimination ? Pour rappel comme expliqué plus haut, le stéréotype est une image préconçue, une croyance. Les préjugé eux se rapporte davantage au domaine de l'affectif. Et les discriminations elle représente le passage à l'acte.

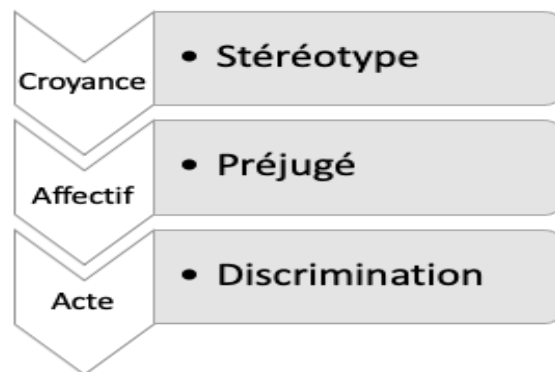


Figure 1 Du stéréotype à la discrimination

Pour expliquer le cheminement entre les stéréotype, les préjugés et la discrimination, on peut, par exemple, citer le cas d'un recruteur qui refuse d'engager une personne gros·se car il s'attend à ce qu'elle soit paresseuse ou lente. Dans ce cas-ci, le recruteur a un stéréotype en tête : « Les gros·ses sont paresseux et lents ». De ce stéréotype découle un préjugé : « Si les gros·ses sont paresseux·ses et lents·es, l'individu devant moi doit l'être aussi ». Ainsi, quand le recruteur refusera de l'engager à cause de son apparence physique, il commettra une discrimination.

Donc ici d'un simple stéréotype qui est couramment évoqué par la culture de masse, les gros sont paresseux. Les gens peuvent développer des comportement négatifs envers toute une partie de la population.

II. Problématique

Durant mon état de l'art, j'ai pu me rendre compte que la question de la représentation des personnes gros·ses avait été explorée dans de nombreux domaines tels que la sociologie, la psychologie, la médecine, le droit, ...

Cependant le courant qui participera aux plus grandes avancées sont les Fat Studies, inspirées du « *fat activism movement* » qui existent depuis les années soixante. Ce courant se développe en opposition avec les discours de médicalisation du poids apparue après que l'OMS ait déclarée une « épidémie d'obésité » en 1998 (Rousseau, 2016). « Ce courant académique insiste en particulier sur l'invisibilité des femmes rondes dans l'espace politique, médiatique et cinématographique, qui ne fait que rappeler l'invisibilité exigée pour toutes les femmes dans les sphères publique et professionnelle. » (Carof, 2016) Ce mémoire s'inscrit dans la vision de ce courant de pensée ainsi que celui des *Cultural Studies*⁵.

Cependant lors de mes recherches, j'ai également pu me rendre compte du peu de recherches effectuées sur la réception des discours stigmatisants de l'obésité diffusée dans les séries. J'ai pu trouver une étude américaine qui s'intéressait à la stigmatisation de l'obésité dans les programmes pour les adolescents. Mais du côté francophone nous ne retrouvons aucune étude de ce genre. Il y a donc un réel manque dans la littérature scientifique.

Selon une étude menée en 2018 par Sciensano, 49,3% des Belges se trouvent dans une situation de surpoids. Parmi cette proportion de la population, on trouve notamment 15,9% en obésité. Cela veut dire que près d'un belge sur deux pourrait potentiellement subir les effets d'une stigmatisation du poids. Il est important de s'intéresser à la représentation de

⁵ Les cultural studies sont un courant de pensée où « Il s'agit de considérer la culture au sens large, anthropologique, de basculer d'une réflexion centrée sur le lien culture-nation à une approche de la culture des groupes sociaux. Si elle demeure fixée sur une dimension politique, la question centrale est alors de comprendre en quoi la culture d'un groupe, et d'abord celle des classes populaires, fonctionne comme contestation de l'ordre social ou à l'inverse comme mode d'adhésion aux rapports de pouvoir. » (Mattelart & Neveu, 2018, pp. 3-7)

ces personnes, de comprendre ce que ces personnes peuvent ressentir afin de faire évoluer les mentalités. À l'heure actuel, la grossophobie est passée sous silence. Les personnes grosses victimes d'un traitement grossophobe auront tendance à se taire car, via la stigmatisation de leurs poids, ils ont intériorisé le fait que leur condition était leur faute. Ainsi, ils en concluent qu'il ne est pas légitime de se plaindre. Comme l'explique Hélène Miniot, la secrétaire générale de l'association Allegro Fortissimo, «Il y a une chasse aux sorcières des gros. Les gros, c'est mal vu. Il y a de plus en plus d'émissions sur comment maigrir, on vend de plus en plus de médicaments censés faire perdre du poids. Des campagnes pour faire attention à ce qu'on mange, ça, il y en a! Mais il n'y a pas de campagnes pour sensibiliser à la grossophobie» (Boulo, 2018)

De plus, nous pouvons voir que, dans les pays de tradition anglaise, les *Fat Studies* commence à bien s'institutionnaliser. On peut trouver de nombreuses études sur le sujet. Tandis que dans les pays francophones, les *Fat Studies* n'en sont qu'à leurs balbutiements. Pour preuve, à l'heure où je rédige ce document, mon correcteur orthographique ne veut même pas accepter le mot « grossophobie ». Il y a ainsi un réellement manque d'intérêt pour la question chez nous.

Il est de ce fait intéressant de se demander si les séries, qu'une grande partie de la population regardent quotidiennement, contiennent des comportements stigmatisant à l'encontre des personnes gros-ses. Mais également de comprendre la réception de ce type de discours sur les personnes concernées.

III. Question de recherche

Ma question de recherche est ainsi la suivante : « *Dans quelle mesure la représentation des personnes grosses, dans les séries populaires, joue-t-elle un rôle dans le processus de prophétie auto-réalisatrice chez les personnes grosses, en Belgique francophone ?* »

Afin d'entrevoir une réponse à la question de recherche formulée précédemment, j'ai pris le soin d'émettre trois hypothèses de recherche. Ces dernières me permettent d'ancrer ma réflexion dans une démarche hypothético-déductible.

Ma première hypothèse étant la suivant : **les séries sont la seule cause d'influence dans le processus de prophétie autoréalisatrice chez les personnes grosses.**

Ma seconde hypothèse étant la suivant : **les séries participent au processus de prophétie autoréalisatrice chez les personnes grosses mais ne sont pas la seule cause.**

Ma troisième hypothèse étant la suivante : **les séries n'influencent ne jouent pas de rôle dans le processus de prophétie autoréalisatrice chez les personnes grosses.**

IV. Partie méthodologie

1. Méthode de recherche

Avant toute chose, j'ai effectué dans un premier temps une recherche exploratoire. Celle-ci avait pour but de poser un cadre scientifique grâce aux apports de la littérature scientifique déjà existante. De plus, cette phase fut également l'occasion de faire un état des lieux des différentes études déjà menées dans le domaine.

Ensuite, afin de mener à bien mon mémoire, j'ai pris la décision d'effectuer une conduite d'entretiens en deux phases. D'une part, une première phase qui m'a permis de comprendre le ressenti des personnes concernées par rapport à ma question de recherche. D'autre part, une seconde phase qui m'a permis d'approfondir le sujet avec une professionnelle active dans le domaine de la défense des personnes grosses.

Pour suivre, dans le but de dégager des pistes de réponses à ma question de recherche, j'ai analysé ces différents entretiens via une méthode d'analyse qualitative basée sur une grille catégorisée.

Enfin, j'ai également réalisé une analyse du discours basé sur l'utilisations du mots gros·ses afin comprendre quels étaient les freins à l'utilisation de ce mot.

2. Modalités des entretiens

Durant l'intégralité de ma conduite d'entretiens, j'ai pris le parti de réaliser des entretiens que Gérard Drèze qualifierait de semi-dirigés (Derèze, 2009, p. 110). C'est-à-dire, avec une liste de questions reprise dans un guide d'entretien, mais sans qu'un ordre ne soit vraiment clairement défini. Cette méthode m'a permis de poser le cadre de mon sujet avec les participants sans que ce dernier ne soit trop rigide. Ce processus m'a également permis de poser un cadre plus naturel mais aussi de récolter des témoignages plus sincères. (Derèze, 2009, p. 110)

2.1.Première phase

Dans un premier temps, j'ai effectué des entretiens qualitatifs, semi-directifs orientés vers les éthnorécits pratiques focalisés. « En suscitant ces récits, autrement dit en demandant aux gens de raconter ce qu'ils font et en poussant le questionnement, on souhaite récolter des descriptions narratives d'actions concrètes » (Derèze , 2009, pp. 118-119).

Pour ma part, j'ai pris le parti de focaliser ces entretiens sur un épisode de série, à savoir l'épisode quinze de la saison six de *Friends* pour la plupart des répondants. Cependant, l'un d'entre eux ne connaissait pas la série. Il a donc librement choisi un épisode de séries qui lui semblait pertinent et avec lequel il se sentait plus à l'aise, à savoir *Parc et Recreation*. L'objectif était ainsi de comprendre la réception des pratiques grossophobes de ces séries.

Ces entretiens étaient décomposés en deux rencontres. Dans un premier temps, j'ai effectué un entretien préparatoire durant lequel je tentais de comprendre les connaissances et les sensibilités des répondants sur le sujet de la grossophobie dans les séries. Cette rencontre était également l'occasion d'énoncer l'épisode de séries que ces personnes devraient regarder. Dans un second temps, nous avons discuté de ces épisodes mais aussi, plus largement, de leurs vécus.

2.2.Deuxième phase

Durant la deuxième phase, j'ai effectué une étude qualitative, via entretiens semi-dirigés d'une personne co-fondatrice d'une association qui se positionne du côté du *fat activism*. L'objectif de cette seconde phase était double. D'une part, je voulais exposer mes résultats obtenus durant la première phase à ces professionnels afin de leur demander leurs avis. D'autres parts, je souhaitais comprendre les actions qu'ils désiraient mettre en place pour tenter de faire évoluer les mentalités dans la société.

2.3.Échantillonnage

Afin de récolter suffisamment de matériel à analyser, j'ai composé un échantillon constitué au total de dix répondants. L'échantillon comprenait :

- Cinq filles s'identifiant grosses ;
- Un garçon s'identifiant gros ;
- Une fille s'identifiant non grosse ;
- Deux garçons s'identifiant non gros ;
- Une personne issue d'association active dans le combat contre la grossophobie.

Je désirais, d'une part, recueillir les témoignages de personnes grosses directement touchées par ma question de recherche. D'autre part, je souhaitais confronter ces témoignages à ceux de personnes non grosses afin de voir comment ces dernières percevaient les enjeux de ma question.

Cet échantillonnage m'a permis ainsi de confronter la vision de personnes militantes qui ont généralement des connaissances très poussées dans leurs domaines respectifs. Avec, d'un côté, le ressenti de personnes grosses directement. Et, de l'autre côté, des personnes non grosses afin d'obtenir l'avis de personnes plus neutre. Ce choix me permettrait d'avoir le ressenti de personnes qui ont un avis assez différent sur leurs corps et la question.

3. Guides d'entretiens

3.1. Entretiens d'éthnorécits pratiques focalisés

Pour cette première phase en deux parties, j'ai tout d'abord commencé par réaliser un guide d'entretien préparatoire. Durant cet entretien, l'objectif des questions était de dresser le profil des participants mais également de voir quels étaient leurs connaissances en ce qui concerne l'objet de mes recherches. Enfin, je terminais l'entretiens par l'explication des épisodes de séries qu'ils devaient regarder pour l'entretien suivant.

Par la suite, j'ai réalisé un guide pour les entretiens focalisés. Celui-ci commençait par une discussion autour des épisodes visionnés. L'objectif était

de faire ressortir les stéréotypes qui avaient marqué les participants. Mais c'était également l'occasion de dévier vers leur vécu. À la suite de cela, nous avons discuté du concept de prophétie autoréalisatrice et de son impact dans leurs vies respectives. Enfin, j'ai conclu ces entretiens par un questionnaire des actions qu'il faudrait mettre en place selon eux pour remédier à ce phénomène.

3.2. Entretiens avec des professionnels

Pour mener à bien cet entretien, j'ai élaboré un guide d'entretien qui était divisé en trois parties. Dans un premier temps, mes questions avaient pour objectif de dresser le profil du professionnel et de son organisation. À la suite de quoi mes questions se sont orientées vers un questionnaire autour de la prophétie autoréalisatrice et des résultats que j'avais pu ressortir de mes études. Enfin, mes questions abordaient les actions mises en place par son organisation afin de lutter contre ce phénomène.

4. Analyse qualitative des entretiens

Afin de faire émerger des résultats de mes recherches qui me permettrait de répondre à ma question de recherche, j'ai réalisé une analyse qualitative des différents entretiens menés. Cette analyse s'est décomposée en trois étapes. Tous d'abord, une micro-analyse accompagnée d'annotation. Ensuite, une catégorisation en vue de créer une grille d'analyse. Enfin, une confrontation interne et externe qui m'a permis d'insérer mes résultats dans une perspective scientifique.

4.1. Micro-analyse et annotation

Après avoir mené et retranscrit les entretiens, je me suis afféré à effectuer une micro-analyse de chacun d'entre eux. Cette dernière a été réalisé épisode par épisode. Durant celle-ci, « le chercheur identifie les moments qui importent pour les acteurs. [...] Il s'interroge également sur les (éventuelles) différences dans la façon dont les acteurs vivent et ressentent ces situations. » (Lejeune, 2014, pp. 47-48). J'ai ainsi transformé mes réflexions personnelles

sous forme d'annotations. Cette première étape a été essentielle afin de dégager les premières tendances qui émanait de ces discussions.

4.2.Catégorisation

Par la suite, en me basant sur les annotations redirigées durant la micro-analyse, j'ai imaginé quatorze catégories. Chacune d'entre-elles symbolisent autant de thèmes que j'aborderai dans la partie empirique.

Une fois les catégories de ma grille d'analyse définies, je me suis affairée à replacer chaque passage que je jugeais pertinent dans la bonne catégorie.

4.3.Confrontation interne et externe

Pour finir, afin de transformer ces données en données tangibles et exploitables. J'ai effectué une double confrontation, tant interne qu'externe.

D'un part, j'ai mené une confrontation interne en comparant les différents entretiens entre eux. Cela permet « de rectifier, affiner, complexifier...les pôles et les relations entre variables qui sont mis en évidence » (Derèze , 2009, p. 197).

D'autre part, la confrontation externe permet de mettre en parallèle les résultats obtenus avec les concepts scientifiques précédemment définis. Cela permet de « mettre danger et en discussion externe nos constructions interprétatives en les confrontant aux théories, aux concepts et aux idées qui proviennent des sources scientifiques » (Derèze , 2009, p. 198).

V. Partie empirique

1. Présentation du corpus

Avant toute chose, dans le but de positionner la subjectivité de mon corpus, je trouvais important de vous présenter le profil de chacune des personnes interrogées. Leurs âges, leur parcours professionnel, leur rapport à leur propre corps, le genre de série qu'ils regardent sont autant de facteurs qui influencent leurs opinions.

Pour une question de respect des répondants, chacun des profils a été anonymisé grâce à l'utilisation de prénoms d'emprunt. Cependant, leurs âges ainsi que leurs professions sont restés inchangés.

1.1. Personnes grosses

Mallou a 24 ans. Elle est actuellement étudiante en communication stratégique des organisations. Elle entretient un rapport conflictuel avec son corps même si cette vision est occupée de changer grâce à la récente perte de poids. Elle a conscience que certains perçoivent sa volonté de perdre du poids comme étant une sorte de grossophobie.

Je sais qu'il y a des gens qui qualifieraient de grossophobe de vouloir perdre du poids, de maigrir. Moi je ne me sentais plus bien dans le corps dans lequel j'étais y a des mois.

Mallou regardait énormément de séries durant son adolescent. Aujourd'hui elle en regarde encore mais moins souvent. Pour ce qui est du genre de série, elle regarde principalement des séries à succès sur Netflix.

Émilie a 38ans. Elle est actuellement employée dans le domaine pharmaceutique. Son rapport avec son propre corps est très problématique selon ses dire. Ne supportant plus ce corps qu'elle ne reconnaît plus, elle a pris la décision de se faire opérée d'une opération bariatrique. C'est-à-dire une opération chirurgicale dont le but est la perte de poids.

J'ai l'impression d'être enfermé dans un corps qui ne m'appartient pas, et c'est pour ça que je me fais opérer en fait.

Emilie regarde autant des séries avec des thèmes profonds tels que *La servante écarlate* (Drame/Uchronie) que des séries plus légères tels que *Emily in Paris* (Comédie).

Marie a 20 ans. Elle fait actuellement des études dans le domaine de la psychologie. Elle qualifie son rapport avec son corps de corps d'un peu compliqué. Pour elle, elle mène un combat contre son corps. Pour ce qui est de son genre de séries, Marie regarde plutôt des séries humoristiques.

Lyse a 27 ans. Elle est actuellement psychologue. Elle a toujours été en surpoids depuis son adolescence. Durant cette période, elle supportait très mal son corps. Cependant, aujourd'hui, elle considère que ses rapports avec celui-ci ont beaucoup évolué.

Je fais 10 15 kilos en plus que ma taille, mais pourtant je me sens mieux dans mon corps. [...] Je ne ressens plus forcément de mal-être alors qu'avant ça avait été le cas. - **Lyse**

Lyse n'a pas vraiment de genre de séries précis, elle regarde un peu de tout.

Elise a 26 ans. Elle est actuellement en master études de genres. Elle ne se sent pas très bien dans son corps. Au niveau des séries, elle ne regarde pas des séries d'un genre particulier, allant de *Outlander* (Drame/Fantasy) à *The Office* (Humoristique).

Tom a 25 ans. Il est le seul garçon se définissant comme gros de mon corpus. Il travaille actuellement dans le secteur du marketing digital. Il ne sent pas spécialement bien dans son corps.

J'ai plus de kilos que ce que j'aimerais. Donc c'est vrai que je n'ai pas un corps dont je me sens particulièrement à l'aise dedans. - **Tom**

Tom n'a pas vraiment de genre prédéfinis. Il n'aime juste pas les séries d'horreurs. Mais à part ça il peut tout regarder.

Ce premier tour d'horizon nous permet déjà de dégager certaines tendances pour ce premier échantillon. Au niveau de l'âge, les répondants ont

entre 20 et 38 ans. Professionnellement, ils ont tous des parcours de vie différents à une exception près, à savoir que la majorité d'entre eux ont effectué des études supérieures.

Tous mes répondants, omis Lyse, entretiennent chacun un rapport conflictuel avec leurs corps. Ils ne se sentent pas bien dedans et ne l'aime pas vraiment. La plupart aimerait changer leur corps, étant prêt à faire des opérations chirurgicales pour rendre ça possible.

Au niveau des séries, la plupart des répondants regardent un peu de tout avec une légère dominance pour les séries humoristiques. Bien souvent, elles tiennent une place prédominante dans leurs vies à savoir qu'ils regardent des épisodes presque tous les jours.

1.2. Personnes non-grosses

Morgane a 25 ans. Elle est actuellement en voyage après avoir terminé ses études, mais elle compte bien travailler dans le marketing digital dès l'année prochaine. Malgré qu'elle se considère médicalement comme une personne avec un BMI normal, elle a un rapport conflictuel avec son corps.

Je pense que je me vois plus grosse que je suis. Donc c'est souvent un truc qui va miner le moral. Surtout là on voyage où on bouffe beaucoup ont fait pas spécialement de sport, etc. Donc voilà j'ai un rapport compliqué qui s'améliore avec le temps.

Morgane regarde en temps normal, en moyenne, un épisode de série par jours.

Bil a 27 ans. Il est actuellement à la fin de ses études en gestion des ressources humaines. Il est passionné de séries de science-fiction.

Marc a 26 ans. Il travaille actuellement dans le secteur de l'événementiel. Il regarde des séries tous les jours et est plutôt orienté vers les séries de science-fiction, surnaturelle voire historique.

Pour ce second échantillon, contenant donc les personnes non-grosses, la moyenne d'âge était de 26 ans. Ils ont tous réalisés des études supérieures.

Je n'ai pas pu avoir des informations sur le rapport à leurs corps des deux garçons. Cependant, l'exemple de Morgane, montre bien que n'importe qui, peu importe son poids, peut développer une sorte de grossophobie intériorisée. Au niveau des séries, le genre science-fiction était prédominant dans ce groupe de répondants.

2. Stéréotype dans les séries

Durant les entretiens que j'ai eu la chance de mener, les répondants étaient tous d'accord sur un point essentiel. Selon eux, les séries ne sont jamais neutres. Chacune d'entre elles contient un certain nombre de stéréotypes, notamment à propos des personnes grosses. Ces stéréotypes peuvent être considérés comme des stéréotypes grossophobes. Pour ne citer que deux exemples parmi mes répondants :

Maité : Selon toi, les séries véhiculent des stéréotypes grossophobes et, si oui, tu peux me dire ceux qui te passent par la tête ?

Mallou : Ça 100%, ça me choque encore plus pour les séries que je regardais quand j'étais enfants style les séries sur Nickelodeon. – **Mallou**

Oui et je dirais non, 95 % fin même plus. Je crois que je n'ai même pas une série en tête qui ne véhicule pas du tout ce genre de stéréotype sauf peut-être une, Dietland. – **Elise**

2.1. Schématisation des stéréotypes grossophobes dans les séries

En me basant sur les stéréotypes grossophobes, présent dans les séries, énumérés par les répondants lors de l'entretien préparatoire, j'ai réalisé une schématisation de ceux-ci. Cette dernière m'a permis de classer ces stéréotypes en quatre catégories distinctes : personnalité, comportement, rôle, la vie affective et sociale.

Stéréotypes sur les personnes grosses dans les séries							
Personnalité		Comportement		Love Interest		Rôle	
Positif	Négatif	Positif	Négatif	Positif	Négatif	Positif	Négatif
Empathique	Jalou	Studieux	Boulet		N'aura jamais d'amoureux	Bonne copine	Victime
	Paresseux		Mal dans sa peau		Rejeté de la société	Bon copain un peu fofou	Con
	Maladroit		Mange constamment			Rigolo	Méchant
			Chercher à maigrir				Personnage secondaire
			être mince pour être heureux				

Figure 2 Stéréotypes sur les personnes grosses dans les séries

En analysant ce schéma, il est important de souligner la place prédominante que tiennent les stéréotypes grossophobes négatifs. Sur les vingt stéréotypes grossophobes énoncés, seuls cinq d'entre eux étaient positifs. La représentation des personnes grasses est très régulièrement associée à une image négative dans la culture de masse. Les séries ne font pas exception en la matière. Nous verrons par la suite l'impact de ces représentations sur les personnes concernées.

Il est également important de souligner les normes genrées associées à ces stéréotypes. Les hommes et les femmes ne sont pas égaux aux jeux de la loterie de stéréotypes grossophobes. Selon Tom :

Les stéréotypes ne sont pas les mêmes en fonction que tu sois un homme ou une femme. J'ai l'impression que les hommes, du coup, qui sont gros dans la série sont tous des rigolos. Et la fille qui est grosse dans les séries, ce sera la meilleure amie. – **Tom**

2.2. Gros·ses égale un rôle

L'utilisation excessive de ces stéréotypes peut mener l'imaginaire collectif à ancrer l'idée que gros est un trait de caractère. Comme si toutes les personnes grasses étaient tous les mêmes. Dès lors, lorsqu'un réalisateur choisit une personne grosse, nous sommes enclins de nous demander s'il choisit d'inclure cette personne juste pour incarner le rôle de gros·ses. Car les personnes grasses se retrouvent quasiment systématiquement à cocher les mêmes cases. Comme nous l'explique Lyse :

Dans la série *Lost*, il y a un homme qui est en surpoids, mais j'ai l'impression que c'est ça qui fait son personnage. Oui bah il n'est pas pris pour autre chose, non c'est un trait de caractère comme ça, c'est ça que je trouve assez dingue. - **Lyse**

L'apparence physique de ces personnes les enferme donc dans un rôle prédéfini. Cet enfermement pousse de plus en plus d'acteurs gros·ses à maigrir afin d'atteindre d'autres rôles que ceux du bon copain par exemple. Comme nous l'explique la personne responsable du compte Instagram *la bande des gros* :

C'est comme Rebel Wilson, il me semble qu'elle s'appelle comme ça qui joue dans Pitch Perfect. [...] Elle a maigri et elle l'explique. Elle dit en fait, si j'ai maigri, c'est parce qu'on me donne aucun autre rôle autre que la grosse copine, conne, rigolote. - **Julie**

De plus, il ressortait également que bien souvent ces personnages ne se fondent pas dans le paysage de la série. Il y aurait comme une sorte d'injonction à mettre l'accent sur le fait qu'ils soient gros·ses.

Maïté : Les personnages gros ne se fondent pas assez dans le décor ?

Mallou : Non ils ne se fondent pas dans le décor. D'office, ils seront mis au milieu de la situation et on les pointera. On mettra la lumière sur ça. Il y aura une scène qui a un moment donné parlera de ça quoi.
- **Mallou**

2.3. Les différentes grossophobies

Comme nous avons pu le voir durant la partie théorique, il existe différentes catégories de grossophobies. Il est dès lors intéressant de voir dans quelle catégorie ces stéréotypes peuvent bien rentrer.

Un grand nombre d'entre eux rentre évidemment dans la catégorie de la grossophobie évidente. Par exemple, le fait que les gros·ses soit plus représenté·es en train de manger de la nourriture. Ou encore qu'il soit très souvent l'antagoniste de la série.

Cependant, en réfléchissant, certains d'entre eux pourraient rentrer dans d'autres catégories. Par exemple, la sur-représentation des corps minces est une forme de grossophobie esthétique.

C'est surtout le fait que dans les séries faut absolument que les acteurs principaux soient tous extrêmement bien fait très beau et voilà qui donne envie de regarder, etc. - **Bil**

Ou encore, le fait que certains personnages cherchent à maigrir sous les conseils de leur entourage. Cela peut s'apparenter à de la grossophobie du médecin du dimanche.

2.4.La non-représentation des personnes grosses

Au-delà de la mauvaise représentation des personnes grosses, l'élément qui revenait systématiquement lorsque j'abordais la question des stéréotypes est la non-représentation de ces personnes. Cela peut paraître paradoxal car ce n'est pas vraiment un stéréotype en soi. Mais quand on y pense, le fait que les gros·ses ne soient pas à l'écran pourrait être considéré comme un stéréotype. C'est notamment ainsi que je choisis de l'analyser.

Cette non-représentation est d'autant plus forte dans les séries de science-fiction ou encore de super-héros. Dans ces deux catégories, les gros·ses disparaissent presque totalement des écrans selon les dires de Bil et de Marc, tous deux fans de ce genre de série.

Maïté : Est-ce que, selon toi, tu penses que les séries véhiculent des stéréotypes grossophobes ? [...]

Bil : Oui, de plus en plus, mais c'est pour moi, c'est surtout l'inverse. C'est surtout le manque de personnes. – **Bil**

Je dirais que principalement oui, parce que déjà dans les séries, il n'y a pas spécialement de personnes plus fortes. – **Marc**

3. Analyse de la réception d'un épisode de Friends

Le choix de m'orienter vers un épisode de Friends pour analyser la grossophobie dans les séries est venu à moi comme une évidence. Les deux éléments principaux qui ont pesé un poids considérable dans ce choix sont la popularité intergénérationnelle de la série ainsi que la présence du personnage de Monica.

Pour recontextualiser un peu, Friends est une sitcom⁶ américaine qui met en scène une bande de six amis. C'est « une des séries américaines les plus exportées, diffusée entre 1994 et 2004 sur le réseau CBS, (re)diffusée en France sur de nombreuses chaînes (d'abord Jimmy puis France 2, etc.). Elle raconte le quotidien de six amis new yorkais vingteniers puis trentenaires dans leur vie amoureuse et professionnelle » (Balland & Vera Zambrano, 2015). Le succès a été immédiatement au rendez-vous avec des chiffres d'audiences de plus de vingt-quatre millions sans compter les rediffusions sur la première saison (wikipedia, 2022). La série fêtera dans peu de temps ses trente ans d'existence. Pourtant son succès ne diminue pas. Le succès est tel que les plateformes de streaming se battent constamment afin d'acquérir les droits de diffusion.

Cependant, la série a été épinglée à de nombreuses reprises à posteriori pour avoir diffusé des messages homophobes, sexistes et grossophobes. Ce fut notamment le cas en mai 2021 où le journal *Le monde* les épinglaient à nouveau sur ce sujet-là. Dans cette article, Jessica Thrasher explique que si les jeunes générations continuent de regarder cette série malgré la présence de ces discours ça serait en partie parce « la sitcom se déroule dans un monde fictif qui donne une vision totalement idéalisée des années 1990. Les personnages sont confrontés à des problèmes mais, globalement, il ne leur arrive jamais rien de grave. Son insouciance et son côté bon enfant font de "Friends" une série "doudou", rassurante et réconfortante. » (Slavicek, 2022)

⁶ Définition de la sitcom selon le dictionnaire LeRobert : « Comédie de situation (recommandation officielle) tournée en studio, en brefs épisodes, qui présente des personnages dans des situations sociales familières. » (LeRobert, 2022)

La série est donc reconnue publiquement comme étant une série porteuse de grossophobie. Elle diffuse certains messages négatifs envers les personnes grosses durant les dix saisons. Mais afin de mener à bien cette recherche, j'ai pris la décision de ne me focaliser que sur un épisode, l'épisode quinze de la saison six : « *Ce qui aurait pu se passer* ». J'ai fait ce choix car cet épisode est celui où les messages grossophobes sont les plus forts et visibles.

Durant cet épisode, on imagine la vie de chacun des personnages s'ils avaient pris un chemin différent. Le personnage qui nous intéresse ici est celui de Monica. Dans cet épisode, on imagine sa vie si elle était restée grosse comme durant son adolescence.

Afin de procéder à l'analyse de cet épisode, je vais utiliser les quatre catégories de stéréotypes que j'ai défini au chapitre précédent. À savoir, le caractère, la personnalité, la vie affective et sociale et enfin les comportements de Monica. Ces catégories vont me servir de grille d'analyse pour comprendre comment l'épisode a été perçu par les répondants.

Dans cette analyse, afin de distinguer la Monica mince, « la vraie Monica », de la Monica grosse, « Monica imaginée », je nommerais la Monica imaginée : Fat Monica. Lorsque je parlerais de Monica, il s'agira de la vraie Monica.

3.1. Personnalité de Fat Monica

Lors de cet épisode spécial, Fat Monica a semble-t-il changé de personnalité du tout au tout d'après les répondants. Selon eux, à la suite de sa prise de poids, Monica est passée d'une personnalité forte avec un caractère bien trempé à une personne beaucoup plus effacée.

Maïté : Donc toi, le premier truc qui t'a choqué c'est son caractère qui a totalement changé ?

Bil : Totalement changé, mais du tout au tout. Enfin, elle n'était même plus elle-même en fait. Donc c'était même plus la Monica. – **Bil**

Fat Monica est perçue par certains des répondants comme étant timide voir même un peu soumise. Elle est également perçue comme un personnage naïf. Cette naïveté est vue comme une infantilisation selon Marie :

Mais je trouve qu'elle est devenue un peu une enfant en fait. – **Marie**

Enfin, pour le trait de personnalité, le point qui est le plus ressorti dans les entretiens est la paresse. Ce trait est à la limite entre le comportement et la personnalité. Mais dans ce cas, je choisis de le voir comme un trait de personnalité car on remarque que la paresse semble profondément ancrée dans le personnage de Fat Monica.

Quand elle est mince, elle est hyper dynamique et elle engueule tout le monde. Alors que là elle est juste paresseuse. – **Elise**

3.2. Comportement de Fat Monica

Les personnes interviewées se sont également mises d'accord sur le fait que les scénaristes ont donné à Fat Monica des comportements que Monica n'a pas. Le nouveau comportement, le plus visible à l'écran, est son rapport - jugé de totalement abusif, voir compulsif - envers la nourriture.

Ce côté obsessionnel de la bouffe. Je trouve vraiment, que ça diffuse une image pas correcte des personnes une grosse quoi. – **Elise**

Ouais, comme si une personne grosse avait toujours faim. Pas faim mais avait envie de manger. Euh, comme s'il y avait que la nourriture qui était importante. Je trouvais que son personnage se résumait for à ça quoi - **Lyse**

Ce comportement qui lui est associé nourrit l'imaginaire collectif qui veut que les personnes grosses passent leurs journées à manger. Dans le cas de Fat Monica, il ne se passe pas une seule scène où on ne la voit pas manger.

Elle est caractérisée par la nourriture, comme si ça représentait absolument toute sa vie. Donc dans chaque scène où on la voit, elle mange. Elle mange quelque chose dans chaque scène. - **Bil**

Un autre point soulevé à propos de la nourriture est bien évidemment le type de nourriture. Tous les répondants m'ont rapporté la consommation excessive de

barres chocolatées KitKat. Il semblerait que Fat Monica se promène constamment avec ces barres chocolatées dans les poches.

Et bien sûr, elle ne mange pas de la salade et du quinoa. Elle mange des KitKat, des trucs comme ça. Ouais, ça m'a dérangé. Le fait que oui, elle parle que de bouffe. Elle pense qu'à le bouffe[...]. Tout son personnage est construit autour de la bouffe. -**Elise**

Enfin, l'élément du comportement qui a retenu l'attention de Bil et Lyse est le changement de la tonalité de la voix de Fat Monica. Celle-ci était plus mielleuse que de coutume.

Au niveau de la voix, au niveau de ses intonations, au niveau de sa manière de parler, je trouvais qu'en fait ça n'avait rien à voir avec la Monica d'avant. – Lyse

3.3. Vie affective de Fat Monica

Le *love interest* est une notion anglaise utilisée pour parler de la vie sentimentale d'un personnage dans les séries par exemple. Dans le cas de Fat Monica, les scénaristes lui ont écrit un *love interest* décrit par les répondants comme n'étant pas ni intéressant ni flatteur.

Tout d'abord, dans cet épisode, Fat Monica est en couple avec un médecin pas très intéressant que tous ses amis dépeignent comme « *carrément à mourir d'ennui* ». Ce *love interest* interpelle énormément les répondants. En effet, cette représentation voudrait qu'une personne grosse devrait se satisfaire de la première personne qui s'intéresse à lui. Et ce, peu importe si elle ne lui convient pas.

Elle était un peu dépeinte de manière un peu faible, qui se satisfait d'une relation ... de merde parce que bah voilà, il y a un mec qui veut bien d'elle et comme elle est grosse. Elle ne trouvera jamais personne d'autre... – **Morgane**

Ce qui est choquant c'est qu'elle était destinée à sortir avec un mari qui ne lui plaisait pas du tout. Où elle disait : « bah il ne me plaît pas. Oui, il est chiant à mourir. » - **Bil**

Ensuite, on découvre durant cet épisode que Fat Monica n'a jamais eu de rapport sexuel à trente ans. Selon les répondants, cette représentation renforcerait les stéréotypes affirmant que les personnes grosses ne sont pas désirables. D'une part, on constate une grossophobie esthétique. Et d'autres parts, cela renforce également le stéréotype que les personnes grosses n'ont pas de vie sexuelle.

Il y avait aussi quelque chose par rapport à la virginité. Avec un stéréotype que les femmes plus rondes, grosses ont des difficultés, sont moins attirantes et donc ont plus des difficultés à avoir des relations sexuelles quoi, c'est un peu le stéréotype. – **Lyse**

En fait, elle a sa première relation super tard. Comme si, parce qu'on est grosse, on n'a pas droit à avoir une vie sexuelle comme tout le monde. Et puis, écoute, voilà, les mecs ne se bousculent pas au portillon. – **Emilie**

Ce qui est choquant c'est qu'elle était destinée à sortir avec un mari qui ne lui plaisait pas du tout. [...] Et aussi elle est encore vierge à 30 ans. - **Bil**

Enfin, Marie se questionnait également si ce manque de *Love interest* n'était-il pas si mauvais parce que justement Fat Monica n'a pas confiance en elle.

Après ça peut aussi aller dans la suite. Est-ce qu'elle a confiance en elle ou pas ? Et du coup le fait qu'elle n'ait pas confiance en elle ben il y a moins d'hommes qui viennent vers elle ou quoi. Et que peut être enfin ça peut être des choses comme ça quoi. - **Marie**

3.4. Rôle de fat Monica

Comme nous avons pu le voir auparavant, les personnes grosses restent bien souvent cloisonnées à certains rôles dans les séries. Selon les répondants, Fat Monica n'est pas une exception en la matière.

Tout d'abord, tous les répondants étaient d'accord pour dire que Fat Monica était rentrée dans la case du personnage stupide voir un peu bête.

Mais je trouvais que même les scénaristes peut-être lui ont demandé aussi de jouer un peu à la conne. Au niveau de la voie, au niveau de

ses intonations, au niveau de sa manière de parler, je trouvais qu'en fait ça n'avait rien à voir avec la Monica d'avant. C'était un peu plus mielleux. – **Lyse**

Du coup, ils ont décidé de la rendre complètement stupide. - **Bil**

Ensuite, Fat Monica semble moins intéressante que Monica. Cela peut s'expliquer, selon les répondants, par le fait qu'on ne sache absolument rien de sa vie. On ne connaît ni ses passions, ni ses occupations, ni son travail. On ne sait même pas si elle a un travail. Là où justement on connaît le travail alternatif de tous les autres protagonistes.

Il y a beaucoup moins de choses intéressantes à raconter sur Fat Monica que sur la Monica. -**Mallou**

On ne sait rien de sa vie. Qu'est-ce qu'elle faisait comme travail ? On ne sait pas si elle avait des passions, si elle faisait autre chose que manger en fait - **Elise**

Cela fait totalement écho avec ce que Lyse nous rapportait précédemment. C'est-à-dire le fait que, bien souvent, le gros est considéré comme un rôle à part entière. Dans ces cas-là, on ne connaît rien de sa vie, à part le fait que le personnage soit gros avec des problèmes liés aux stéréotypes sur les personnes grosses. C'est comme si, aux yeux des scénaristes, « être grosse » suffisait à définir le caractère d'un personnage.

3.5. Fat Monica est-elle vraiment grosse ?

En plus d'analyser la réception des catégories de stéréotypes, je me suis également penchée sur la réception du corps de Fat Monica. Dans cet épisode, le corps de Monica est décrit comme hors norme. Mais qu'en pensent réellement les répondants ?

Ils étaient tous d'accord pour dire que Fat Monica n'était pas vraiment très grosse.

Si ça c'est très gros, et bien on est mal barré quoi ! – **Elise**

Mais ouais. Elle n'est même pas obèse. Elle a un peu de poids en trop, mais elle n'est pas du tout obèse quoi. - **Bil**

Fat Monica est ainsi décrite par les répondants comme un personnage légèrement gros mais rien d'extraordinaire. Dans le milieu militant, on appelle ce type de corps des *small fat*. C'est-à-dire, des acteurs légèrement gros.

Certains répondants ont semblé également fortement affectés par cette représentation, car il est de nature humaine de se comparer constamment. Il est ainsi évident que lorsqu'un personnage est qualifié de gros, une personne grosse va avoir tendance à se comparer à ce personnage.

Comme moi, j'ai été obèse morbide et que maintenant je suis en obésité modérée. Quoi qu'il arrive par rapport à moi, physiquement, les personnes qu'on voit dans les séries restent quand même 10 fois plus minces que moi. J'ai l'impression, tu vois ce que je veux dire donc. Je trouve que c'est disproportionné. On va mettre l'étiquette de celle-là, elle est grosse. Alors que les autres au pire elle est à la limite du surpoids au mieux. – **Mallou**

Enfin, il était aussi important pour Marie et Lyse d'évoquer l'utilisation du *FatSuit* par Courteney Cox (l'actrice de Monica). Le *FatSuit* est une sorte de « costume », de rembourrage, que portent les acteurs pour interpréter des rôles de personnes grasses. Dans le cas de Fat Monica, il aurait été difficile de faire sans puisqu'il s'agit d'une situation imaginée et que dans la situation normale Monica est mince.

Clairement pour moi elle n'est pas du tout énorme clairement. Maintenant c'est aussi que quand ils font grossir un personnage ils font grossir un peu des endroits bizarres. Je trouve quand ils font semblant de faire grossir les personnages dans les séries c'est un peu bizarre je trouve parfois. Enfin voilà, c'est juste en gros lui mettre un gros ventre quoi. Enfin c'est un peu bizarre. – **Marie**

Il n'en reste pas moins que l'utilisation de ce « costume » est très problématique selon Elise.

Bah bien sûr, ça m'a dérangé qu'une personne pas grosse s'habille en personne grosse. Comme si c'était un déguisement. Comme si c'était quelque chose qu'on pouvait enlever. Enfin je ne sais pas. C'est très perturbant de faire ça. - **Elise**

3.6. Conclusion de la réception de cet épisode

Au niveau de la réception du personnage de Fat Monica et de tout ce qui l'entoure, il y a plusieurs points à mettre en évidence.

Tout d'abord, il est intéressant de souligner que les répondants avaient bien souvent la même réception pour de nombreux points. Et ce peu importe le vécu et le poids de ces personnes. Les personnes non-grosses avait bien souvent le même avis que les personnes grosses. Certes, la réception d'un média est toujours influencée par notre propre vécu, nos croyances, notre éducation, ... Mais dans le cas de cet épisode, l'avis semble plutôt unanime.

Il est ainsi ressorti que Fat Monica était principalement entourée de stéréotypes négatifs. Pour faire le lien avec le chapitre précédent, ces représentations restent dans la lignée de ce que les répondants m'avaient confié à propos de la représentation des personnes grosses avant d'avoir vu l'épisode.

Enfin, à travers la réception du personnage de Fat Monica, on peut déjà entrevoir l'effet négatif d'une diffusion de stéréotypes pouvant être qualifiés de grossophobes. Pour se protéger de ces représentations, Marie expliquait que lorsqu'elle regarde ce genre de série, elle s'impose un certain recul.

Friends, c'est vrai que moi je me rappelle très bien ces épisodes. Quand je les regardais, je savais très bien que je ne devais pas moi m'attacher à ça. Dans le sens où je ne devais pas commencer à être touchée personnellement de ce qu'il disait. Parce que je pense que c'était vraiment quelque chose qui se disait beaucoup plus et qui était beaucoup plus courant d'avouer entièrement des stéréotypes comme ça et de dire un peu des trucs comme ça parce que ça fait quand même 25 ans quoi. - **Marie**

Ces effets seront davantage développés dans le prochain chapitre qui aborde la prophétie autoréalisatrice.

Mais je suis certaine que si je l'avais vu à 16 ans. C'est peut-être quelque chose qui m'aurait mise mal. Quoi vous savez, enfin, je me serais dit, waouh. Ce n'est quand même pas très correct entre guillemets, quoi. -**Mallou**

4. Prophétie autoréalisatrice

Dans ce chapitre, je vais, d'une part, parler du vécu personnel de mes répondants. D'autre part, je comparerai ce dernier avec ce que la littérature scientifique nous dit.

Pour ce faire, dans un premier temps, j'ai repris les quatre mêmes catégories de stéréotypes développées dans le chapitre stéréotype dans les séries. Et ce, dans le but d'analyser le vécu des répondants. Ensuite, j'ai rapproché ces interprétations avec les notions de prophétie autoréalisatrice, préjugé et discrimination.

4.1. Personnalité

Au niveau de la personnalité, les répondants n'ont avancé aucun élément qui ce rapporterait à ça. Cela ne signifie pas pour autant que les séries n'ont eu aucun impact sur leurs personnalités.

4.2. Comportement

Au niveau du comportement, les répondants affirment avoir développé, de manière consciente ou non, des comportements qui peuvent s'avérer bloquant dans leur vie. C'est par exemple le cas de Tom qui aimerait pratiquer du sport mais se trouve face à un blocage car il a peur d'être jugé :

J'ai un abonnement pour aller à la salle de sport. Et moi ma grosse crainte d'aller là-bas, c'est qu'on se moque de moi. Parce que je ne sais pas utiliser les machines parce que voilà. Ce n'est pas un milieu dont j'ai l'habitude. Mais du coup, bah, j'y vais parfois avec une appréhension. Alors que j'en suis sûr que tout le monde s'en fout de moi là-bas. Mais parfois le moindre regard peut me faire douter de moi et du coup. Parfois y a des moments où j'ai plus envie d'y retourner. Alors que peut être je pense que c'est dans que dans ma tête et que la plupart des gens ils s'en foutent, tu vois, ils sont là pour faire leur sport. C'est une idée qui me vient. - **Tom**

Les moqueries dans les salles des sports sont effectivement des choses que l'on peut régulièrement voir que ce soit au cinéma ou dans les séries. Dans ce cas, Tom n'est pas directement victime de discrimination dans sa salle de

sport. Mais on peut penser que les préjugés qu'il a pu apercevoir, notamment dans les séries, l'ont amené à développer un blocage.

4.3. Love interest

Le *love interest*, comme nous avons pu le voir dans le chapitre précédent, fait partie des éléments qui ont une très mauvaise représentation dans les séries. Pour rappel, bien souvent, les personnages gros n'ont aucun *love interest*. Ou alors, ils sont destinés à des personnes qui ne leur plaisent pas. Sur ce point, Lyse et Tom ont eu des réactions totalement opposées dans leurs vie sentimentale.

Lyse explique que voir que les personnages gros dans les séries n'avaient pas de vie sentimental lui faisait peur :

Je pense que oui. Pas forcément cet épisode là, mais tout ce qu'on voit dans les séries, je pense qu'oui parce que voilà. Je me souviens, je sais plus quelle série. Je ne sais plus quel épisode du coup. Je me souviens qu'on voyait par exemple des personnes peut être plus grosse et ces personnes-là n'avaient pas forcément beaucoup d'amis ou n'arrivait pas à avoir des relations amoureuses. Donc intérieurement, moi je me disais ah en fait, du coup je vais avoir plus de difficulté. C'est très personnellement ça on s'en fout. Bah du coup moi à un moment donné j'ai dragué à l'extrême pour voir si je plaisais quand même. – **Lyse**

Sa réaction a donc été de développer un comportement qui lui permettrait de s'assurer que ce que les séries disaient à ce niveau-là était faux.

De son côté, Tom, lui a développé un comportement complètement opposé à celui de Lyse :

Là, je veux parler peut-être un peu de mon expérience personnelle, mais quand tu vois dans les séries en boucle que le personnage gros plaît pas aux filles. Bah pour moi c'était bizarre s'il y avait une fille qui s'intéressaient à moi. Donc je pense que c'est en plein dedans de la prophétie autoréalisatrice, parce que je ne pouvais peut-être parfois saboter une relation. – **Tom**

Les représentations de la vie affective désastreuse des personnages gros ont eu un impact direct sur sa propre vie sentimental selon lui. Il a ainsi développé une sorte de grossophobie esthétique intériorisé.

Dans ce cas de figure, on peut ainsi voir que la réception d'un même stéréotype peut créer des comportements différents en fonction de la personne.

4.4. Rôle

Au niveau des rôles qu'ils peuvent endosser dans leur propre vie, Malou et Tom expliquent que, sans vraiment le vouloir, ils se sont retrouvés dans les rôles du bon copain. Ces rôles font partie de ceux qui sont le plus souvent associés aux personnages gros.

Par exemple, Mallou nous explique rentrer principalement dans deux rôles qu'elle a souvent pu voir dans la série. À savoir celui de la bonne copine ainsi que celui de la confidente à qui on peut tout dire.

Mallou : Déjà le fait d'être la bonne copine.

Maité : Et tu penses que pendant ton adolescence, le fait que tu as pris le rôle de bonne copine c'est parce que si tu avais vu que c'était comme ça ou?

Mallou : Ouais. J'ai toujours été la personne, et souvent en fait c'est ce qu'on voit aussi dans les films, donc je suis grosse et bah les gens vont plus souvent se confier à moi – **Mallou**

Tom explique de son côté avoir toujours ressenti le besoin de coller au rôle de rigolo de la bande.

Oui. C'est que je me suis quand même souvent considéré comme le petit gros rigolo de la bande moi-même. Je pense que les autres ne m'ont pas vu comme ça, mais moi-même je pense que souvent je me suis considéré comme ça. J'aime toujours quand je suis dans une bande être le petit rigolo. Je pense que ça n'y est pas pour rien. Ouais j'ai dû un peu correspondre au stéréotype du petit rigolo. - **Tom**

Ce qui est intéressant à voir ici, c'est que Tom explique bien souvent les blocages qu'ils s'imposent sont liés à son imaginaire. Il n'a jamais vraiment été victime de discrimination. Cependant, les stéréotypes qu'il a pu voir dans

cette culture de masse ont eu un impact direct sur la manière dont il se perçoit. Et cette image de lui-même le bloque.

Mallou pense aussi que de manière générale l'ensemble des personnes grosses sont impacté directement par la mauvaise représentation des gros dans les médias.

C'est sûr et certain. Si on traitait le sujet différemment, certainement les personnes seraient mieux dans leur peau. Qu'elles seraient vues différemment. Qu'elles seraient moins moquées. Qu'elles seraient moins critiquées. Évidemment, la télévision reste quand même une part entière de la vie de beaucoup de personnes. Et enfin oui, les gens se reconnaissent quand même d'une certaine manière. - **Mallou**

Sur ce point, Solenne Carof rejoint entièrement Mallou, en disant que les média « participent ainsi à la socialisation des individu-es en diffusant les croyances et valeurs de la société, en les reproduisant, voir en les exacerbant » (Carof, 2021, p. 84)

4.5. Corps

Au niveau du rapport avec leur propre corps, Morgane et Mallou semblent d'accord pour dire que les représentations des corps gros dans les séries ont un impact sur la vision de leur corps.

Pour Morgane, qui pour rappel est une personne qui se considère comme non-grosse, cet impact va prendre la forme de déformation de la vision de son propre corps. Elle nous explique souvent se trouver grosse et, ce, même si elle a conscience d'être mince.

Morgane : Ouais et par rapport à moi-même, j'ai tendance à me trouver trop grosse alors que je sais que je ne le suis pas. Il a cette pression un peu de la société donc je ne sais pas si ça peut se dire que je véhicule des clichés moi-même.

Maïté : Et le fait de voir des personnes pas forcément grosses dire qu'elles sont grosses est-ce que ça fait partie du processus ? Ou, par exemple dans les séries, une personne qui est normale et on la décrit comme grosse, est-ce que ça participe au fait ou ça n'influence pas ?

Morgane : Attends j'essaie de réfléchir. En fait, généralement, dans les séries, une meuf va faire un 38, je vais la trouver grosse parce qu'elle joue avec des meufs qui font un 34. Et donc je la perçois comme étant grosse, mais je sais au fond que si je la prenais dans la rue je ne les trouverais pas grosses. - **Morgane**

La représentation de corps très mince dans les séries ne pèse donc pas uniquement sur les personnes grosses. Les personnes non-grosses peuvent également développer une sorte de grossophobie intériorisée où la peur de grossir serait très forte.

Pour Mallou, cet impact a pris la forme d'une prise de poids sous l'influence des représentations négatives des corps gros dans la culture de masse.

Mais je suis persuadée que si les personnes grosses étaient introduites, présentées ou mises différemment en avant que ce soit dans les séries, les publicités peu importe et que ce ne soit pas toujours comme tu dis une personne clichée certainement que j'aie vécu différemment mon enfance, mon parcours. Je n'aurais peut-être pas grossi autant parce que je pense que je suis quelqu'un qui a beaucoup mangé mes émotions, ma tristesse etc. Je me suis moi-même tirée vers le bas. Et à l'inverse je n'en serais peut-être pas la aujourd'hui s'il n'y avait pas toutes ces prises de conscience à côté quoi. - **Mallou**

Les explications de Malou sur sa prise de poids qui serait liée à son côté émotionnel rentrent ici pleinement et directement dans le cadre de la prophétie autoréalisatrice.

Enfin, Marie, considère que cette non-représentation ne permet pas de se créer des modèles.

Par exemple, il n'y a pas énormément d'actrices qui sont grosses. Et du coup effectivement, il y a ce truc de se dire que moi, si à un moment j'aurais voulu devenir actrice. Je sais qu'il n'y a pas de chance que je sois actrice parce qu'effectivement c'est beaucoup moins représenté quoi. - **Marie**

4.6. Préjugé ou discrimination ?

Comme nous venons de le voir à travers les différentes catégories de stéréotypes, certains répondants reconnaissent que les séries jouent un rôle sur leur propre vécu. Mais cet impact qu'ils pointent du doigt prend-t-il la forme de préjugé ou de discrimination ?

Dans le cas de Lyse, elle nous explique ne jamais vraiment avoir été victime de discrimination.

Sûrement que oui. En fait, je n'irais quand même pas à ce point-là, non. Mais je pense que c'est moi-même qui me suis posé des trucs par exemple, je ne sais pas pourquoi, j'ai repensé à un truc ou quand j'étais étudiante. Ben, j'avais une de ma pote qui était kiné et qui m'avait invité au bal de kiné. Et dans ma tête, j'étais en mode purée, je vais aller au bal de kiné alors que c'est toutes des filles *fit* là-bas. Je vais paraître cloche et c'est complètement con et finalement, j'avais quand même été, tout s'est très bien passé. Évidemment, il n'y avait rien eu quoi, c'est moi qui me mettais une pression de dingue. – **Lyse**

Voilà, c'est ça. Bah sinon non, je n'ai jamais été victime de discrimination, de stéréotypes je ne pense pas. – **Lyse**

Selon elle, la manifestation de l'impact de série prend surtout la forme de préjugé qu'elle s'impose à elle-même. Pour reprendre la terminologie de Edith Bernier, elle s'impose à elle-même une forme d'auto grossophobie.

Ce comportement d'autocensure, j'ai pu le repérer chez presque tous les répondants identifiés gros. Aucun de ces répondants n'a, jusqu'à aujourd'hui, subi de discriminations directes. Mais l'impact des séries se fait surtout ressentir dans les barrières qu'ils ou elles s'imposent. Ce comportement serait lié en partie à l'identification et à la projection qu'ils peuvent développer sur certains personnages de séries qui eux sont ouvertement moqués.

Enfin, il semble important de dire ici que les répondants s'identifiant gros·ses sont ce que le monde militant peut appeler des *small fat*. Les *small fat*, sont des personnes légèrement grosses. Il ne faut pas négliger ce facteur car comme l'explique Solenne Carof « le vécu des personnes qui subissent des discriminations varie en fonction de leur corpulence [...] ». Opposer des

corpulences est important pour souligner les différences sociales de vécu des personnes très corpulentes, victimes fréquentes de discriminations et de stigmatisation, et celui de personnes un peu grosses, qui sont rarement discriminé, mais souvent stigmatisées » (Carof, 2021, p. 19). Cette piste est donc non négligeable. Les personnes plus grosses subissent peut-être des discriminations liées à la mauvaise représentation des personnes grosses dans les séries. Cependant, il me manque des données pour pouvoir vérifier ces affirmations.

5. Piste d'amélioration des séries

Comme nous avons le voir tout au long de la réflexion qui entoure ce mémoire, la représentation du corps gros est un élément qui participe à l'imaginaire collectif qui entoure ces corps. Dans ce chapitre, je mettrai en lumière les pistes d'améliorations de la représentation des personnes grosses que les répondants aimeraient davantage voir dans les futures séries.

5.1. Davantage de représentation

Pour commencer, un certain nombre des répondants semblait d'accord pour dire que la première piste serait d'inclure davantage de personnages gros dans les séries. Cependant, tous n'étaient pas entièrement d'accord sur la forme que cette représentation devait avoir.

Pour reprendre l'exemple d'Emilie, de Lyse et Marie, il serait bon d'avoir plus de diversité dans le choix des corps.

De mettre un petit peu de tous les gabarits. Même d'avoir un petit peu de tout et dans tous les rôles - **Emilie**

Oui, d'avoir de la diversité quoi. Oui, on peut voir des personnes ultra minces parce qu'il y en a. Mais mettre d'autres gabarits vraiment. Ouais, toutes les différentes corpulences. – **Lyse**

Ben alors je dirais effectivement plus de vraie représentation de la réalité. Mais en termes de diversité de personnes qu'effectivement il y ait une vraie diversité qui représente vraiment comment la réalité est en général -**Marie**

En partant de cette proposition, une piste à explorer serait de représenter davantage les corps proportionnellement aux différents corps qu'on retrouve dans nos sociétés. Pour rappel en Belgique, les personnes en surpoids et obèses représentaient 49,3% des Belges. Dans cette logique, les personnages très minces ne seraient plus les plus représentés. Cela participerait ainsi à la déconstruction du culte de la minceur.

Pour Emilie, il serait également judicieux de mettre les personnages gros dans des rôles où ils sont moins attendus.

Pourquoi pas avoir des médecins enrobés ou je ne sais pas à moi ma diététicienne, elle est même plus forte que moi. - Emilie

Mettre les personnages gros dans des postures plus prestigieuses, tels que des médecin ou encore des avocat, permettrait de créer des icônes. Cette piste permettrait aux personnes grosses d'avoir davantage de modèles auxquelles ils pourraient s'identifier et se projeter.

Lyse émet cependant un point d'attention sur le fait que l'augmentation de la représentation des personnes grosses doit aussi être synonyme de changement de cette représentation. Ne plus avoir de personnages gros dont le rôle est juste d'être gros.

Ouais ici pour moi, je pense que ça peut être intéressant de ne pas résumer le personnage par rapport justement au fait qu'elle soit grosse. Cela serait bien de créer un personnage comme s'il n'était pas gros. Parce que souvent dans la série, c'est ce qui se passe, c'est qu'on prend le gros comme quelque chose à part. – Lyse

Et donc c'est se dire Ok c'est un personnage gros, mais en soi on s'en fout, il a d'autres traits de personnalités. -Lyse

5.2. Éviter l'effet loupe

La seconde piste à explorer rejoint un petit peu ce que Lyse disait précédemment. Il s'agirait d'arrêter de pointer et de créer des effets loupes sur les problèmes des personnages gros.

Des séries où le personnage principal est gros mais qu'on n'en fait pas tout un plat. Où on ne va pas dire dans le teaser « machin à beau peser 110 kilos, c'est la reine du lycée ». Il n'y a pas besoin d'en faire tout un plat. Enfin, comment dire ... des rôles principaux à des personnes qui sont grosses et qu'on n'en parle même pas – Mallou

Et sinon, je trouve qu'on devrait essayer justement d'en apporter un peu plus de personnage gros. Et d'éviter de tourner tout autour de ça. Bah montrer que ce sont des gens comme tout le monde, que ce n'est pas parce qu'ils sont gros qu'ils sont différents. – Marc

Tout simplement les faire vivre comme une personne normale. – Bil

Au même titre que les personnages non-gros, les personnages gros devraient avoir une vie normale dans les séries. Comme nous explique Solenne Carof, les médias jouent un rôle important dans l'amplification des stéréotypes grossophobes (Carof, 2021, p. 88). L'enjeu ici serait donc de désamplifier la diffusion de ces stéréotypes.

5.3. Choisir des acteurs gros

La troisième piste serait de choisir des acteurs gros pour jouer des personnages gros. Aujourd'hui encore, l'utilisation du *Fatsuit* est encore trop courante, que ce soit dans les films, les séries ou encore les défilés de modes. Comme nous l'avons vu précédemment, ils posent de réel questionnement éthique tel que nous expliquait Elise.

Elise revient notamment ici en comparant la représentation des personnages gros à ce qui a été fait ces dernières années sur la représentation des personnages gay ou en situation de handicap.

Mais je trouve aussi hyper pertinent en fait d'avoir des acteurs concernés. Par exemple, si tu as un personnage Gay, et bien, c'est cool. C'est cool d'avoir un acteur gay qui interprète un gay. Parce que ça ne tient pas la route autrement. Et du coup, pour faire une personne grosse, tu ne te déguises pas aussi. - **Elise**

Comme le rapporte si bien Solenne Carof à ce sujet, « l'impossibilité pour les acteurs et actrices très corpulents d'être recrutés et l'usage du *fat suit*, fréquent au cinéma, sont dénoncés par les associations de lutte contre la grossophobie » (Carof, 2021, p. 86). L'utilisation de ce costume crée ainsi une situation assez paradoxale car les acteurs gros ne se font pas engager. D'un autre côté, on utilise le *fat suit* en disant que c'est parce qu'on ne trouve pas d'acteur gros.

5.4. Love interest

La quatrième piste serait de créer davantage de *love interest* attrayants pour les personnages gros. Comme nous avons pu le voir, la représentation

de la vie affective de ces personnages peut avoir un impact direct pour les personnes qui ont plus tendance à s'identifier aux personnages de leurs séries.

Si, oui, c'est bien de montrer un couple. Cela permet aux personnes grosses de se dire bah moi aussi je trouverais. : « Ce n'est pas pour autant que je ne trouverai jamais quelqu'un. » - **Mallou**

Les personnes grosses ont une vie affective dans la réalité. Il est donc important de la mettre en lumière dans les séries ainsi que dans la culture de masse. Et ce, sans que celle-ci soit tournée en dérision ou encore fétichisée.

5.5. Sensibilisation

La cinquième piste n'implique pas forcément directement les séries. Il s'agirait ici de davantage sensibiliser dans les écoles ou encore via des campagnes publiques sur les méfaits d'une stigmatisation du poids.

Moi, de mon point de vue, la grossophobie dans les séries, c'est un symptôme et pas forcément une cause. Et du coup le travail doit peut-être être fait au niveau de la sensibilisation. Dans les écoles ou autres, et aussi dans des campagnes publiques ou autre. - **Tom**

Il faudrait peut-être donner plus de force aux associations et aux lobbies. - **Tom**

La sensibilisation devrait certes aussi passer par les séries, mais devrait se faire à grande échelle pour rendre visible cette problématique de préjugés et discriminations handicapantes pour une partie de la population.

5.6. Séries FatFriendly

Enfin, après avoir écouté les pistes envisageables, j'ai demandé aux répondants s'ils connaissaient des séries qui correspondaient aux critères qu'ils venaient d'énoncer. J'appellerai ces séries des séries *FatFriendly*, dans le sens où respecte bien les représentations des personnes grosses.

Plusieurs d'entre eux m'ont avoué d'emblée ne jamais avoir regardé de séries qui correspondait aux critères qu'il venait d'énoncer.

Certains ont avancé le personnage de Miranda Bailey dans Grey's Anatomy. Mais sans pour autant qualifier la série de *Fat friendly*. Dans ce cas-ci, il saluait simplement la présence d'un personnage gros, de couleur qui a du caractère, des ambitions, un *love interest*, ...

Lyse, a avancé la séries *This is us*, où là justement on peut voir un certain développement psychologie autour du personnage. La séries a cependant été épinglé par les associations anti-grossophobie pour deux raisons. D'un part, pour l'utilisation du « fat suit (plutôt que de choisir un acteur gros, on a préféré mettre un costume de gros à un acteur de corpulence normale...) d'un des personnages a disqualifié d'office la série américaine. » (Daria & Perez-Bello, 2018, p. 189). D'autres part, certains lui reproche le fait que la protagoniste grosse n'est associée principalement à des stéréotypes négatifs ; ce qu'il véhiculerait le message qu'on ne peut être heureux si on est gros.

Enfin Elise explique avoir récemment vu une série, Good Girl, qui fait plaisir à voir dans le sens où il y avait une protagoniste grosse mais il n'y a jamais eu de réflexion sur son poids.

Good Girls, sur Netflix et là il y a 3 protagonistes de genre féminin, enfin, expression de genre féminine en tout cas. Et une des 3 est une personne grosse. Mais pour l'instant j'ai fini la première saison et ils n'ont jamais parlé de son corps. Personne n'a fait de remarque. - **Elise**

6. Retour de l'association FatFriendly

Ce mémoire touchant à sa fin, il me semblait ainsi évident de me tourner vers des professionnels qui luttent pour défendre les personnes grasses et leurs représentations. Cette rencontre m'a ainsi permise de présenter mes résultats mais également d'interroger cette personne sur ces mêmes sujets.

C'est donc dans ce contexte que j'ai rencontré **Julie**. Elle est co-fondatrice de l'association FatFriendly qui se trouve à Bruxelles. Cette dernière a été créée en 2021 grâce à une campagne de financement participatif. Le but de FatFriendly est de rendre la place qui appartient aux personnes grasses dans l'espace public.

Julie est également à l'origine de la création de deux pages Instagram cumulant près plus de 30 000 followers. Il s'agit de la page **Corps Cool** qui a pour but de montrer la beauté de tous les corps. Ainsi que de **La bande de gros** qui a pour objectif de dénoncer la grossophobie dans les films et les séries.

C'est marrant parce que la bande des gros c'est vraiment un compte que j'avais créé dont je parlais pas du tout au début. Mais parce que moi j'ai ce truc, je regarde beaucoup de séries et beaucoup de films. Je fais beaucoup de capture d'écran dans tout, mais autant des moments que j'aime, des images que je trouve belles. Et puis je me disais quand je parlais de la grossophobie au cinéma ou dans les séries, si on fait attention elle est partout. Mais les gens ne croyaient pas. Enfin me disais ouais mais bon et tout. Et donc je me suis dit, je vais tout mettre là et comme ça quand j'aurai ce débat, je dirai juste bah va voir là et en fait ce compte a un peu gagné en visibilité. Donc voilà mais c'est marrant parce qu'au début ce n'était pas tant un compte fait pour être public dans ma tête c'était juste un compte pour pouvoir illustrer quand je dis : « Ben elle est omniprésente au cinéma, la grossophobie. » - **Julie**

Ces deux comptes sont des comptes avec lesquels Julie milite à titre personnel.

6.1. Friends

Dans un premier temps, j'ai tout d'abord expliqué mes résultats à Julie et notamment les conditions dans lesquelles j'ai menées mes entretiens. C'est dans ce cadre-là que Julie m'a parlé de son amour pour la série Friends :

Paradoxalement, je suis très fan de Friends. Enfin j'ai grandi avec Friends et j'adore et tout. Et pourtant, vraiment c'est marrant comment quand j'étais plus jeune, je n'avais pas conscience que c'était aussi violent avec les personnes grosses. Et c'est une prise de conscience qui a été plus tardive. Enfin, voilà plus tardive aujourd'hui. Enfin voilà, fat Monica, c'est l'exemple même d'un personnage ultra grossophobe. Toute la narration autour de ce personnage est grossophone. Et en plus c'est pas du tout de la grossophobie pour la dénoncer et tout. C'est vraiment la propre grossophobie des réalisateurs, enfin des scénaristes. Une grossophobie qui se retrouve dans la construction du personnage et de la narration. Mais ça ne m'a pas encore totalement enlevé mon amour pour Friends. J'ai vraiment trop grandi avec cette série quoi. - **Julie**

Ces propos font totalement écho avec ceux Jessica Thrasher qui, pour rappel, expliquait que Friends a un peu ce pouvoir d'être une série doudou qu'on regarde depuis toujours. Julie a entièrement conscience que cette série n'est absolument pas en accord avec ce pourquoi elle se bat mais ça fait partie de sa vie depuis tellement longtemps qu'elle ne saurait pas s'en détacher.

6.2. Prophétie autoréalisatrice

Ensuite, je lui ai parlé du processus de prophétie autoréalisatrice que les personnes grosses pouvaient développer sous l'exposition des représentations grossophobes des séries. Sur ce point, elle semblait d'accord pour dire qu'effectivement, selon elle, les séries participent à ce processus :

Mais je suis totalement d'accord. Enfin j'en ai déjà parlé sur Corpscools. Pour moi, c'est une évidence. - **Julie**

Selon elle, le domaine qui serait le plus affecté par ces mauvaises représentations serait celui de la vie affective.

Et je pense qu'un des trucs enfin, je pense qu'un des exemples les plus flagrants pour moi de ça c'est vraiment le domaine affectif. Je partage

l'idée qu'il y a une absence de représentation des personnes grosses au cinéma.

Les personnes grosses se sentent pas légitimes de faire les premiers pas parce qu'elles ont l'impression que personne ne les aimera jamais.
– **Julie**

6.3. Difficulté à trouver des acteurs gros

Que pense réellement le monde militant des *fat suit* ? La réponse paraît évidente au vu de ce que j'ai pu exposer précédemment. Mais la réponse de Julie n'est pas si catégorique que ce que l'on pourrait penser. Elle nous explique tout d'abord qu'il y a un vrai problème à trouver des acteurs vraiment gros.

En fait moi, à un moment, j'ai travaillé pour sur un podcast fiction pour lequel on avait écrit un personnage très gros. Pour moi, c'était hyper important que ce personnage très gros soit joué par une personne très grosse, et c'était impossible à trouver. On n'a pas trouvé et à chaque fois on nous renvoyait vers 2 actrices. C'était coucou les Girls, Juliette Katzs donc, et Marylou Berry. Et en fait on n'a pas trouvé en fait enfin d'actrice très grosse. Et je pense que le fait que ce soit Marylou Berry sur la version française de *This is us*, ça parle aussi de ça. Du fait qu'il n'y a pas beaucoup d'actrices grosses. Et c'est aussi pour ça que Juliette Coucou les Girls porte un fatsuit dans le téléfilm de l'adaptation de Gabriel Deydier.- **Julie**

L'utilisation du fat Suit est bien évidemment très problématique. Dans un monde idéal, il n'aurait absolument plus sa place. Mais la réalité du terrain actuel fait que les écoles d'art de la scène formatent les corps des acteurs. Il en devient parfois impossible de représenter un corps vraiment gros sans avoir recours au *fat suit*.

Et à ce moment-là, j'en ai beaucoup discuté avec des gens qui ont fait des écoles de théâtre, des écoles de jeu et tout ça. Et en fait, ils le disent, la première année, il y a un peu de diversité corporelle et la 2ème année tous ont perdu du poids. Enfin, il y a vraiment ce truc ou c'est un milieu tellement difficile que les gens en fait sont obligés.- **Julie**

Un autre problème que Julie expose également, que j'ai également abordé, c'est le fait que certains acteurs gros se sentent obligés de maigrir pour que leurs carrières évoluent.

C'est comme Rebel Wilson, il me semble qu'elle s'appelle comme ça qui joue dans pitch Perfect et tout ça enfin qui est un peu là. Ouais. Elle a maigri et elle l'explique. Elle dit en fait, si j'ai maigri, c'est parce qu'on me donne aucun autre rôle que la grosse copine conne, rigolote.

6.4. L'origine de la grossophobie

Selon Julie et tous ce qu'elle a pu lire à ce sujet, la grossophobie aurait deux origines principales. À savoir le monde médical et l'inconscient collectif qui se crée avec la culture populaire.

Enfin, pour moi, il y a 2 origines à la grossophobie omniprésente actuelle. C'est le monde médical qui la légitime. Et c'est la stigmatisation et les l'inconscience collective qui est créée parce qu'on regarde ce qu'on lit, ce qu'on voit, c'est sûr. - **Julie**

Je lui ai donc expliqué que selon les répondants, la famille tiendrait une place très importante dans la grossophobie intériorisée qu'ils ont pu développer. Ce à quoi elle répond en disant que selon elle, la grossophobie découle directement des deux facteurs qu'elle a avancé :

Pour moi, la famille, ça découle du médical et des séries. Enfin, je veux dire la famille, elle n'est pas grossophobe, par essence. Elle est grossophobe parce qu'il y a le monde médical. Et c'est pareil, les médecins, ils ne sont pas grossophobe par essence, ils sont grossophobe parce que la formation médicale aujourd'hui affirme qu'une personne grosse, c'est pas assez d'exercice physique et trop d'apport calorique. Alors que quand on check la recherche, c'est actuellement faux. Aujourd'hui, vraiment, il y a toutes les études le disent, c'est bien plus compliqué que ça. – **Julie**

Il semble donc évident que pour le monde militant que la culture et notamment les séries tiennent une place très importante dans les enjeux qui entourent la grossophobie. Par exemple, l'origine de certaines discriminations seraient liées à des clichés vus au cinéma ou encore à la télévision.

On montre tout le temps des personnes grosses feignantes qui mangent du McDo, qui ne font pas de sport. Donc les patrons, tout ça dans les entreprises se disent bah non, les personnes grosses, elles ne sont pas actives. Donc on ne les embauche pas. Enfin, il y a vraiment un continuum, quoi. Je pense sincèrement, enfin moi je suis intimement persuadée. - **Julie**

Cette sorte de continuum dont par Julie peut également se rapprocher de l'imaginaire collectif dont parlait Tom. En suivant cette logique, avoir davantage de personnes grosses actives sur leurs lieux de travail permettraient de déconstruire au fil du temps ces stéréotypes bien ancrés.

6.5.Piste d'amélioration

En termes de d'amélioration à venir, Julie nous rapporte que selon Fat Friendly, il y a trois réelles pistes qui se dégagent pour une meilleure valorisation du corps gros dans les séries.

La première piste serait que les scénaristes fassent davantage appel à des coordinateurs. Comme c'est actuellement le cas lorsqu'on représente des scènes de sexualités où on fait appel à des coordinateurs intimités. L'enjeu ici serait que les réalisateurs se tourne vers les associations de défense des personnes grosses pour leurs demander leurs avis à propos des représentations de ces personnes :

Je pense que ce serait hyper bien que des films, des séries fassent appel à, par exemple, des associations de personnes grosses pour écrire des personnages plus justes, de manière plus bienveillante, et tout ça après. -**Julie**

La seconde piste, rejoint un peu ce que les répondants disaient. Il s'agit d'augmenter la représentation des personnes grosses dans les séries.

Évidemment, il faut multiplier les représentations. Il faut représenter les personnes grosses dans d'autres rôles. Aujourd'hui, les personnes grosses, soit ce sont les méchants, les dégoutants, les horribles, soit c'est le personnage secondaire, bonne copine, bon copain, rigolo tout le temps en train de manger. Enfin, c'est très rarement le personnage principal. Et quand c'est le personnage principal, il y a vraiment ce truc qu'en général la grosseur est le sujet du film, soit, c'est la grosseur, soit c'est de la grosseur vécue de manière difficile, soit c'est

un centre d'amaigrissement. Mais il y a rarement je ne sais pas une histoire, genre un film. - **Julie**

Il faudrait donc retrouver dans des personnages gros dans tous les rôles. Et non plus uniquement ceux auxquels ils se rapportent aujourd'hui.

Enfin la troisième piste serait de sensibiliser à la base. C'est-à-dire sensibiliser les professeurs et élèves des écoles d'arts du cinéma.

Et voilà, et je pense aussi dans les écoles de cinéma, dans les écoles qui forment les futurs réalisateurs, il faudrait qu'il y ait des cours qui sensibilisent à ces préjugés-là, à ces questions-là. Comme on représente les gens de toutes les minorités, les personnes racisées, Les personnes LGBTQA+, les personnes grosses. Enfin voilà, je pense que ça ce sont des pistes. – **Julie**

6.6. Séries fat friendly

Au niveau des séries FatFriendly, pour Julie, met en avance des séries tels que Sheryl.

Je pense qu'y'a sheryl quand même qui est FatFriendly. C'est small fat mais il y a quand même plein de trucs très intéressants dedans. - **Julie**

Elle reconnaît tout de même qu'il s'agit de représentation de personne légèrement grosse. On est encore loin de la représentation de tous les corps gros avec cette série.

Elle évoque également la série This is us qui a été citée par plusieurs répondants.

Et en fait, moi tout le monde m'a conseillé un milliard de fois This is us. Et j'ai j'ai regardé que la première saison et je trouve qu'elle est quand même très aux prises dans des trucs très négatifs avec sa grosseur. - **Julie**

Pour elle This is Us n'est pas à proprement parlé une série FatFriendly car elle explore énormément la négativité de l'obésité. L'obésité est vue comme quelque chose de mal.

6.7.Création d'un guide anti-grossophobie

Pour finir, Julie expliquait qu'avec son association, Fat Friendly, ils étaient occupés de développer un gros projet. Ils réalisent actuellement une étude sur la réception des personnes grosses dans le cinéma.

C'est un travail sur lequel on bosse depuis un petit temps pour lequel on a écrit un protocole et tout ça. Après on n'est pas chercheuse clairement, mais on s'est fait aider de gens qui ont travaillé au CSA et tout ça pour écrire un protocole, le plus pertinent possible. Notre idée, c'est de dégager de cette étude ensuite un peu à la manière du texte de Bergen. Je ne sais pas, je ne sais jamais comment le prononce et... Il y a plusieurs questions, genre : « est-ce qu'il y a plus de 2 femmes et ce qu'elles parlent entre elles ou d'autres choses... ». Nous c'est de dégager un petit test comme ça par rapport la représentation des personnes grosses. Et aussi de dégager des chiffres de la non-représentation et la mauvaise représentation pour essayer de médiatiser cet aspect-là.

L'objectif de cette étude serait donc de développer une sorte de protocole pour déterminer si le film ou la série est grossophobe. Mais également d'avoir des chiffres à l'appui pour prouver que cette grossophobie existe bien plus qu'on ne le pense.

7. Analyse du discours du mots gros·ses

Enfin pour finir, je trouvais important dans le cadre de ce mémoire d'effectuer une brève parenthèse sur l'utilisation du mot « gros·ses ».

Durant les entretiens, je me suis assurée que l'emploi du terme « gros·ses » ne soit pas dérangeant pour la personne en face de moi. Dans la majeure partie du temps, les répondants était favorable à l'emploi de ce terme. Certains d'entre eux voyait même ça comme étant une bonne chose cette dédiablement du mot :

Mais c'est vrai qu'on est un peu habitué à ce que quand on dit gros, ça a une connotation négative, mais je pense que je suis pour que ça devienne un mot comme un autre. -**Tom**

Cependant, il peut être intéressant de soulever le fait que malgré que les personnes n'était en rien blessé par l'emploi du terme, la majeure partie des répondants ne l'utilisait pas forcément dans leurs réponses. Ils préféraient utiliser des termes tels que :

Homme en chair – **Morgane**

Personnes avec des formes – **Emilie**

La personne en surpoids -**Lyse**

Cela peut être normal. On ne change pas nos représentation interne si facilement. Pour changer les choses, il serait peut-être bien que la culture de masse, dont font partie les séries, change leur fusil d'épaule à ce sujet et commence à utiliser le terme gros·ses dans son discours sans connotation négative. Par exemple une utilisation du terme de manière valorisante dans les séries permettrait peut-être d'encourager les gens à utiliser le bon mot qui ne médicalise pas les conditions des personnes grosses.

Conclusion

Ce mémoire avait pour objectif de répondre à la question de recherche suivante : « Dans quelle mesure la représentation des personnes grosses, dans les séries populaires, joue-t-elle un rôle dans le processus de prophétie auto-réalisatrice chez les personnes grosses, en Belgique francophone ? ». Afin de répondre à cette question, je me suis en partie appuyée sur la littérature scientifique. Cependant, j'ai surtout essayé de confronter cette littérature à la pratique en menant une étude qualitative sur la réception de *Friends*.

La réponse à cette question n'est pas si évidente que ce que l'on pourrait penser. Le monde est rarement tout blanc ou tout noir. Ainsi, en m'appuyant sur mes résultats, je pense pouvoir dire que la balance semble pencher vers la seconde. À savoir : « les séries participent au processus de prophétie autoréalisatrice chez les personnes grosses, mais ne sont pas la seule cause ».

Cette réponse est évidemment à nuancer. Si je reprends les résultats de mon corpus, la participation des séries dans ce processus est présente, mais plutôt faible. Néanmoins, pour la personne provenant de l'association que j'ai pu interroger, l'impact des séries et plus largement de la culture de masse sur la grossophobie est supérieure à ce qu'on pourrait penser.

Par ailleurs, en plus de permettre l'émergence d'une réponse, cette recherche qualitative a également permis de faire ressortir un certain nombre de pistes d'améliorations en ce qui concerne la représentation des personnes grosses. Voici les points énoncés dans ce mémoire :

- Davantage de représentations des personnes grosses dans les séries ;
- Éviter l'effet loupe sur les personnes grosses dans les séries ;
- Choisir des acteurs gros pour jouer des personnages gros ;
- Développer des *love interests* pour les personnages gros ;
- Sensibiliser les futurs réalisateurs ainsi que le grand public à la cause ;
- Engager davantage de coordinateurs responsables de la représentation de personnes grosses ;

Cependant, il faut reconnaître que ce mémoire a également fait face à certaines limites. Tout d'abord, mon corpus n'était pas assez large que pour obtenir des résultats à grande échelle. De plus, celui-ci était entièrement composé de gens bienveillants et ouverts à la discussion. Cela a pu en partie fausser certains résultats, surtout au niveau des personnes non-grosses.

Une autre limite observée est la surreprésentation des *small fats* dans mon corpus. Comme expliqué plus haut, le vécu des personnes un peu grosses et de celle vraiment grosses n'est pas le même. Par ailleurs, cette surreprésentation n'était pas voulue de ma part. Elle provient plutôt du fait que les personnes grosses ont parfois du mal à s'exprimer sur leurs discriminations. Comme expliqué au début de ce mémoire, les personnes plus grosses ont bien souvent intériorisé le discours de l'imaginaire collectif qui leur fait croire qu'il mérite la discrimination qu'ils subissent.

Enfin, pour terminer ce mémoire, je trouvais cela intéressant de présenter des futures recherches qu'il serait opportun de mener afin de faire évoluer ce domaine d'étude. La première étant qu'il faudrait envisager est une étude quantitative de la représentation des personnages gros dans la culture de masse tant dans les séries, les films, les livres, les émissions télévisées, les BD, ... Il faudrait que cette étude soit réalisée à grande échelle afin de faire un état des lieux de cette question. Une seconde piste serait par la suite de confronter le monde cinématographique aux résultats obtenus. Le but étant d'entrevoir d'élaborer, avec les gens du métier, des solutions concernant la représentation des personnes grosses sur le grand et le petit écran.

Bibliographie

Ouvrage scientifique

Allport, G. W. (1954). *The nature of prejudice*. BOSTON: TRADE EDITION.

Assomy, R., & Herschberg Pierrot, A. (2021). *Stéréotypes et clichés. Langue, discours, société*. Paris: Armand Colin.

Bernier, E. (2020). *Grosse et alros ? Connaître et combattre la grossophobie*. Les Éditions du Técarré.

Carof, S. (2016). *Poids*. Dans : Juliette Rennes éd., *Encyclopédie critique du genre: Corps, sexualité, rapports sociaux* . Paris: La Découverte.

Carof, S. (2021). *Grossophobie : sociologie d'une discrimination invisible*. Paris: Éditions de la maison des sciences de l'homme.

Daria, M., & Perez-Bello, E. (2018). *"Gros" n'est pas un gros mot*. J'ai lu.

Derèze, G. (2009). *Méthode empirique de recherche en communication*. Bruxelles: De Boeck.

Deydier, G. (2017). *On ne naît pas grosse*. Paris: Édition goutte d'or.

Hoebcke, S. (2008). *Sexe et stéréotypes dans les médias*. Paris: L'Harmattan.

Kihm, A. (2010), *Stigmate : Les usages sociaux des handicaps*. Éd. de Minuit.

Lejeune, C. (2014). *Manuel d'analyse qualitative*. Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur .

Leyens, J.-P., & Scaillet, N. (2014). *Sommes-nous tous des psychologues? : Un essai sur nos compétences en psychologie sociale*. Bruxelles : Mardaga.

Mattelart, A., & Neveu, É. (2018). *Introduction aux Cultural Studies*. Paris: La Découverte.

Merton, R. (1949). *Éléments de théorie et de méthode sociologique*. Paris: trad. franç., Plon, 1965.

Poulain, J.-P. (2009). *Sociologie de l'obésité*. Paris: PUF.

Sepulchre, S. (2015). *Décoder les séries télévisées*. Louvain-la-Neuve: De Boeck Supérieur.

Poulain J.-P. (2009). *Sociologie de l'obésité*, PUF.

Revue scientifique

Balland, L., & Vera Zambrano, S. (2015). Devant les séries comiques. La différenciation sociale des réceptions des jeunes. *Politiques de communication*, 4, pp. 63-92.

Bertrand, N. (2018). Transformation des représentations sur le handicap chez des élèves de cycle 3 : l'impact de la mise en situation. *La nouvelle revue - Éducation et société inclusives*, pp. 79-94.

Dessinges, C., & Perticoz, L. (2019). Les consommations de séries télévisées des publics étudiants face à Netflix : une autonomie en question. *Les Enjeux de l'information et de la communication*, pp. 5-23.

Eisenberg ME, Carlson-McGuire A, Gollust SE et Neumark-Sztainer D, (2015). *A content analysis of weight stigmatization in popular television programming for adolescents*. *International Journal of Eating Disorders*, 48, 6, 759–766.

Monaghan L., Colls R. et Evans B. (2013). *Obesity Discourse and Fat Politics: Research, Critique and Interventions*, *Critical Public Health*, 23, 3: 249-262.

Puhl, R. (2009). Stigmatisation sociale de l'obésité : causes, effets et quelques solutions pratiques. *Diabetes Voice* .

Rousseau, A. (2016). L'institutionnalisation des fat studies : l'impensé des « corps gros » comme modes de subjectivation politique et scientifique. *Recherches féministes*, 29, pp. 9–32.

Sánchez, E., & Boiseau, M. (2021). Quand le poids est politique. *Ballast*, 11, pp. 101-109.

Seurraat, A. (2010). Déconstruire les stéréotypes pour « lutter contre les discriminations » : Le cas de dispositifs de « lutte contre les discriminations » et de « promotion de la diversité » dans les médias. *Communication & langages*, 165, pp. 107-118.

Rousseau, A., (2016). *L'institutionnalisation des fat studies : l'impensé des « corps gros » comme modes de subjectivation politique et scientifique*. *Recherches féministes*, 29 (1), 9–32.

Sites internet

Boulo, J. (2018). *Pourquoi déteste-t-on les gros?**. Récupéré sur Slate: <http://www.slate.fr/societe/pourquoi-detester/pourquoi-deteste-on-gros-grosses>. Consulté en mai 2022

Europa. (2022). *21-non-discrimination*. Récupéré sur Europa: <https://fra.europa.eu/fr/eu-charter/article/21-non-discrimination>. Consulté en mai 2022

GrasPolitique. (2022, mai 05). [Important] *La grossophobie entre dans le dictionnaire*. Récupéré sur Gras politique: <https://graspolitique.wordpress.com/2018/05/14/important-la-grossophobie-entre-dans-le-dictionnaire/>. Consulté en mai 2022

LeRobert. (2022, mai 05). *Grossophobie* . Récupéré sur leRobert dico en ligne: <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/grossophobie>. Consulté en mai 2022

LeRobert. (2022, Mai). *Sitcom*. Récupéré sur dictionnaire. lerobert: <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/sitcom>. Consulté en mai 2022

Slavicek, M. (2022, Mai). « *Friends* », *grossophobe, sexiste et homophobe ? Pourquoi la série reste culte malgré les critiques*. Récupéré sur LeMonde.fr: https://www.lemonde.fr/televisions-radio/article/2021/05/27/friends-grossophobe-sexiste-et-homophobe-pourquoi-la-serie-reste-culte-malgre-les-critiques_6081619_1655027.html. Consulté en mai 2022

wikipedia. (2022, Mai). *Friends*. Récupéré sur Wikipedia: <https://fr.wikipedia.org/wiki/Friends> Consulté en mai 2022

Pouvez-vous me citer un personnage gros dans une série ? Cette question est la base de ce mémoire. Je suis partie du constat que les personnes grosses sont vraiment mal représentées dans les séries. Trop souvent absente ou encore trop souvent dans les mêmes rôles du méchant, du bon copain, du solitaire,... Que pensent les personnes grosses de ces représentations ? Ces représentations ont-elles eu un impact sur leur vie ? Grâce à une étude de réception sur un épisode de Friends, je suis parvenu à dégager des résultats sur cette réception, mais également des pistes pour améliorer la représentation des personnes grosses dans le futur.

Mots-clefs :

Grossophobie, Réception, Séries, Prophétie Autoréalisatrice