

Université de Montréal

Au-delà des apparences : L'expérience de la beauté chez les femmes autochtones de  
Mashteuiatsh

*Par*

Noémie Breton-Théorêt

Département d'anthropologie, Faculté des Arts et des Sciences

Mémoire présenté en vue de l'obtention du grade de Maître ès Sciences (M.Sc.)  
en anthropologie

Août 2022

© Noémie Breton-Théorêt, 2022

Université de Montréal

Unité académique : département d'anthropologie, Faculté des Arts et des Sciences

---

*Ce mémoire intitulé*

**Au-delà des apparences : L'expérience de la beauté chez les femmes autochtones de  
Mashteuiatsh**

*Présenté par*

**Noémie Breton-Théorêt**

*A été évalué(e) par un jury composé des personnes suivantes*

**Karine Bates**

Président-rapporteur

**Marie-Pierre Bousquet**

Directrice de recherche

**Deirdre Meintel**

Membre du jury

## Résumé

Cette recherche vise à comprendre les expériences de beauté des femmes autochtones de Mashteuiatsh. Elle se place dans un contexte national où les femmes des Premières nations sont le groupe le plus vulnérable au Canada et où elles sont confrontées à des défis complexes lors de l'intégration d'informations concernant leur apparence et leurs appartenances culturelles. L'étude s'intéresse à la beauté, à sa définition et à la façon dont elle est expérimentée au quotidien, ainsi qu'au rôle de la beauté dans la construction de l'identité des femmes de Mashteuiatsh. L'analyse proposée s'appuie sur une enquête de terrain réalisée au sein de la communauté de Mashteuiatsh, au cours de laquelle des entretiens furent réalisés avec des participantes autochtones. Cette recherche se penche sur l'impact des stéréotypes et des standards de beauté dans leur vision de la beauté, sur la condition des femmes autochtones, sur la notion d'appartenance à un groupe, ainsi que sur la résistance ou l'adhésion aux canons de la beauté mondiale. Les femmes de Mashteuiatsh rencontrées dans le cadre de cette étude sont peu susceptibles d'avoir des notions uniformes et rigides du concept de beauté. Leur définition de la beauté passe, d'abord, par une valorisation de la beauté intérieure et elles sont plus susceptibles de décrire la beauté dans des termes de traits de personnalité et de valeurs qu'elles préfèrent à des caractéristiques physiques. Le contexte culturel de la communauté de Mashteuiatsh intervient, dans une certaine mesure, comme protection contre les messages extérieurs sur la beauté et il exerce une certaine influence dans les expériences corporelles. Par ailleurs, l'apparence physique joue un rôle important dans la construction identitaire. Celle-ci est profondément marquée par l'histoire coloniale, la Loi sur les Indiens, ainsi que par la culture et les idéaux de beauté de Mashteuiatsh. Ces états de fait ont un impact sur la façon dont les participantes se perçoivent en tant que femmes autochtones et sur la façon dont elles perçoivent leur image corporelle.

**Mots-clés** : Femmes autochtones, Innu, Beauté, Identité, Féminité, Corps.

## **Abstract**

This research aims to understand the beauty experiences of Aboriginal women in Mashteuiatsh. All in a national context where First Nations women are the most vulnerable group in Canada, and where they are faced with complex challenges when having to integrate information about their appearance and cultural affiliations. The study focuses on beauty, its definition and the way it is experienced in everyday life, as well as the role of beauty in the construction of the Mashteuiatsh women's identity. The proposed analysis is based on a field survey conducted in the community of Mashteuiatsh, during which interviews were conducted with Aboriginal participants women of the community. This research focuses on the impact of stereotypes and beauty standards in their vision of beauty, on the condition of Aboriginal women, on the notion of belonging to a group, as well as on the resistance or adherence to beauty standards. The Mashteuiatsh women met in this study are unlikely to have uniform and rigid notions of the beauty concept. Their definition of beauty involves before everything else an appreciation of inner beauty and they are more likely to describe beauty in terms of personality traits and values that they prefer to physical characteristics. Mashteuiatsh cultural context intervenes to some extent as a protection against external messages on beauty and it exerts a certain influence in bodily experiences. Moreover, physical appearance plays an important role in identity construction. It is deeply affected by colonial history, the Indian Act, as well as the culture and Mashteuiatsh's ideals of beauty. These have an impact on how participants perceive themselves as Aboriginal women and how they perceive their body image.

**Keywords** : Aboriginal women, Innu, Beauty, Identity, Femininity, Body.

## Table des matières

|  |    |
|--|----|
| Résumé .....   | 1  |
| Abstract .....   | 2  |
| Remerciements .....  | 7  |
| Chapitre 1 — Introduction .....  | 8  |
| Problématique.....   | 9  |
| Cadre conceptuel .....   | 10 |
| Beauté .....   | 10 |
| Féminité.....  | 12 |
| Corps.....   | 13 |
| Identité .....   | 15 |
| Une notion multidimensionnelle .....   | 15 |
| Un cumul identitaire .....   | 17 |
| Chapitre 2 — Revue de littérature .....  | 19 |
| Un trou documentaire dans la littérature.....  | 19 |
| Les standards de beauté occidentaux.....   | 21 |
| Les standards de beauté qui changent .....   | 21 |
| L'exclusion par les standards de beauté .....  | 23 |
| Les avantages de correspondre aux standards de beauté.....                           | 23 |
| L'objectivation des femmes .....   | 24 |
| L'influence des standards de beauté chez différents groupes de femmes racisées ..... | 27 |
| L'influence des standards de beauté chez les femmes noires.....                      | 29 |

|   |    |
|---|----|
| Les stratégies d'autoprotection .....   | 29 |
| L'impact des standards de beauté chez les femmes noires dans les études nord-américaines .....  | 32 |
| L'expérience de la beauté chez les femmes asiatiques .....  | 35 |
| L'expérience de la beauté chez les femmes hispaniques .....   | 39 |
| En résumé.....  | 40 |
| Chapitre 3 — Revue de littérature : la beauté et l'image corporelle chez les femmes autochtones .....                                   | 41 |
| L'insatisfaction corporelle .....   | 42 |
| Des comportements malsains associés à l'insatisfaction corporelle .....   | 43 |
| L'impact des standards de beauté occidentaux et des médias dans la fabrication de l'image corporelle de soi des femmes autochtones..... | 46 |
| « L'épidémie d'obésité » .....  | 48 |
| Les limitations des études.....   | 51 |
| La satisfaction ou l'acceptation corporelle .....   | 53 |
| L'acceptation corporelle.....   | 55 |
| La culture comme protection.....  | 56 |
| Séparer le mythe de la réalité : les stéréotypes et clichés sur les femmes autochtones.....   | 59 |
| L'origine de ces stéréotypes : un bref survol .....   | 59 |
| La Princesse et la Squaw .....  | 61 |
| Les femmes autochtones dans l'imaginaire occidental .....   | 62 |
| Les impacts de ces stéréotypes au quotidien .....   | 63 |
| Les concours de Miss.....   | 64 |
| Beauté et féminin.....  | 64 |
| Une question de look .....  | 65 |

|   |    |
|---|----|
| Une image idéalisée .....   | 66 |
| Au-delà de la beauté : des agentes de changement.....   | 66 |
| En résumé.....  | 67 |
| Chapitre 4 – L’expérience de la beauté et de la féminité chez les femmes autochtones de Mashteuiatsh..... | 69 |
| Methodologie.....   | 69 |
| Qui sont les Autochtones de Mashteuiatsh ? .....  | 69 |
| Qui sont les <i>Innuat</i> ?.....   | 69 |
| Mashteuiatsh.....   | 70 |
| Les <i>Pekuamiulnuastsh</i> .....   | 71 |
| Le choix de la communauté de Mashteuiatsh .....   | 72 |
| Entretiens ethnographiques et observation participante .....  | 73 |
| Entamer le dialogue .....   | 73 |
| La présentation du projet.....  | 74 |
| Entretiens ethnographiques.....   | 75 |
| Critères de recrutement.....  | 76 |
| Observation participante .....  | 76 |
| Analyse des données.....  | 77 |
| Éthique de recherche et positionnement de la chercheuse.....  | 78 |
| Réflexivité.....  | 80 |
| L’expérience de la beauté .....   | 81 |
| La beauté intérieure.....   | 81 |
| Des modèles de beauté féminins.....   | 84 |
| Se sentir compétente .....  | 86 |

|   |     |
|---|-----|
| L'estime de soi.....  | 87  |
| La beauté extérieure .....  | 89  |
| La beauté physique au quotidien.....  | 90  |
| La vision du corps .....  | 94  |
| Les idéaux de beauté de Mashteuiatsh .....  | 96  |
| En résumé.....  | 102 |
| Chapitre 5 — Identité et apparence physique.....  | 104 |
| Les identités autochtones .....   | 104 |
| La Loi sur les Indiens et le degré de sang .....  | 104 |
| Intégration de la Loi sur les Indiens dans l'identité .....   | 106 |
| « Les C-31 ».....   | 107 |
| Le métissage .....  | 109 |
| Les critères phénotypiques sont-ils toujours preuve de l'authenticité identitaire autochtone ?<br>..... | 110 |
| Identités et image corporelle des femmes <i>ilnuatsh</i> de Mashteuiatsh .....                          | 113 |
| Chapitre 6 — Conclusion.....  | 120 |
| Synthèse .....  | 120 |
| Résultats : Finalement la beauté ? .....  | 123 |
| Recommandation .....  | 125 |
| Références bibliographiques.....  | 126 |



## Remerciements

Mes remerciements vont en premier lieu à la population de Mashteuiatsh qui m'a accueilli les bras grands ouverts. Un merci tout spécial aux participantes de cette étude. Vous avez pris le temps de me parler et d'échanger avec moi vos analyses et réflexions et vous m'avez fait confiance en participant à ce projet qui me tient tant à cœur. Votre générosité se perçoit dans l'authenticité de vos témoignages et j'espère être restée fidèle à vos discours. Vous avez été de grandes sources d'inspiration pour moi, par votre beauté intérieure. Je remercie chaleureusement Puakuteu, le comité de femmes de Mashteuiatsh qui a été ma porte d'entrée dans la communauté.

Je tiens à exprimer mon immense gratitude à Louise pour son hospitalité, sa gentillesse et sa grandeur d'âme. Mon terrain à Mashteuiatsh a été une réussite en grande partie grâce à elle.

Un énorme merci à ma directrice Marie-Pierre Bousquet pour son aide précieuse dans l'élaboration du sujet de ma recherche, sa contribution à l'amélioration de ce travail, ainsi que pour son soutien dans le processus de rédaction des pages qui vont suivre. Par ses précieux conseils, j'ai pu approfondir mes connaissances et mener à terme ce projet.

Un merci spécial à ma famille, tout particulièrement à ma mère Chantal pour sa relecture, sa patience, ses corrections et ses commentaires constructifs. Merci, aussi, à Catherine et Samuelle qui sont toujours là et que j'aime profondément. Nos discussions et vos commentaires auront certainement contribué à raffiner mes réflexions. Je vous remercie pour vos encouragements et votre soutien. Merci à Sarah-C et Vincent de m'avoir fait rire aux éclats quand j'avais besoin de me changer les idées.

Enfin, merci à ma grand-maman qui est décédée l'automne dernier d'un cancer. Elle m'a permis de réaliser mon objectif de faire des études universitaires. Son aide, ses encouragements, son intelligence et sa curiosité sans limites m'ont permis d'avancer dans mon cheminement personnel et académique.

## Chapitre 1 — Introduction

Le film de Disney, Pocahontas, sort dans les salles, en 1995, l'année de ma naissance. Quelques années plus tard, je visionne le film qui devient très vite un de mes films préférés. Pocahontas était dépeinte comme une jeune femme autochtone, fille de chef, aventureuse et surtout très belle. Ce n'est que plus tard, lorsque j'en apprend davantage sur la véritable histoire de Pocahontas, de son vrai nom Matoaka, que je commence à prendre conscience du fait que la jeune princesse du film n'est qu'un mythe. Dès lors, je me questionne sur la réalité des femmes des Premières Nations. La représentation qu'on en fait, dans les médias, est souvent loin de l'image de la princesse de Disney. J'observe des femmes représentées comme marginales, sans importance ou comme objet sexuel. Ces images de « princesses ou de squaws » m'apparaissent assez simplifiées. Qu'y a-t-il derrière ces narratifs ? Il semblerait que la culture populaire idéalise et dévalorise à la fois les femmes autochtones, mais montre peu de preuves de connaissances réelles à leur sujet.

Dans un contexte national où les femmes des Premières nations sont confrontées à des défis particulièrement complexes pour intégrer des informations sur leur apparence et leurs appartenances culturelles (Newman, Sontag, et Salvato 2006) et où elles sont les personnes les plus vulnérables au Canada (Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017), il m'a semblé intéressant de me pencher sur leur expérience de la beauté abordée de leurs points de vue. L'analyse proposée s'appuie sur une enquête de terrain, à l'automne 2021, réalisée au sein de la communauté de Mashteuiatsh, au cours de laquelle des entretiens semi-dirigés furent menés avec des participantes autochtones. L'intérêt de cette étude est souligné par la nécessité de mieux appréhender la complexité de l'expérience corporelle des femmes autochtones. En mettant l'accent sur les témoignages des femmes de la communauté de Mashteuiatsh, je pourrai donner un aperçu de leurs expériences. L'angle choisi, dans le cadre de cette recherche, est celui de l'impact de la beauté dans le quotidien et son rôle dans la construction de l'identité de ces femmes.

Un constat s'impose d'emblée : le manque de littérature sur le sujet des expériences corporelles chez les femmes autochtones est chronique pour l'Amérique du Nord et notable dans le monde

entier. Les approches des différentes sciences sociales ont particulièrement considéré la question de la beauté sous l'angle de l'excellence corporelle, des pratiques de traitement ou de transformation du corps au prisme de l'oppression chez les femmes blanches. Encore peu d'études ont considéré les différentes perspectives des femmes racisées sur le sujet. Mis à part quelques écrits portant sur l'insatisfaction corporelle, ainsi que les comportements malsains associés, peu de documentations, encore moins de documentations se détachant de l'accent négatif couramment utilisé dans les études portant sur les populations autochtones, portent sur les expériences entourant la beauté chez les Autochtones. Au travers des différentes sections de cette recherche, je me pencherai sur l'invisibilité généralisée du sujet dans la littérature.

Afin de contextualiser, je souhaite explorer la littérature à propos de l'expérience corporelle chez différents groupes de femmes racisées étant donné le trou documentaire sur le sujet chez les femmes autochtones. D'autre part, il sera question des recherches qui ont porté sur la beauté et l'image corporelle chez les femmes autochtones. J'entends, par la suite, mettre de l'avant les voix des femmes de Mashteuiatsh dans leur expérience de la beauté. Pour terminer, je tisserai des liens entre l'identité autochtone et l'apparence physique.

## **Problématique**

Afin de comprendre comment les femmes autochtones de Mashteuiatsh font l'expérience de la beauté, ce texte avance les trois grandes questions suivantes : qu'est-ce qui définit la beauté chez les femmes autochtones de Mashteuiatsh ? La beauté joue-t-elle un rôle dans la construction de leur identité ? Comment expriment-elles leur beauté au quotidien ? Pour répondre à ces questions, cette étude se penche sur l'impact des stéréotypes et des standards de beauté dans leur vision de la beauté, sur la condition des femmes autochtones, sur la notion d'appartenance à un groupe, ainsi que sur la résistance ou l'adhésion aux canons de la beauté mondiale.

Le fait de poser ces questions et de tenter d'y répondre permet de poursuivre, ou même d'amorcer, la discussion sur le sujet de la beauté et du corps chez les femmes autochtones. Le texte vise, aussi, à créer le dialogue entre des travaux appartenant à des traditions de recherche différentes telles que l'approche psychologique à propos de l'image corporelle, la littérature féministe portant sur l'oppression des femmes par les standards de beauté, des travaux sur la

comparaison sociale dans la perception de la beauté, etc. L'objectif de cette étude n'est pas de montrer de manière définitive, absolue et sans équivoque quelle est la place de la beauté chez les femmes autochtones en général, d'autant qu'il est probablement impossible, pour l'instant, de répondre à cette question puisqu'encore peu de recherches et de littératures des sciences sociales se sont penchées sur le sujet. Cela dit, l'objectif du texte serait plutôt de contribuer à la littérature sur l'expérience de la beauté en brossant un portrait de la question à l'intérieur du contexte donné de Mashteuiatsh. Étant donné le nombre limité de recherches qui ont exploré les expériences corporelles des femmes autochtones, j'ai décidé de ne pas me focaliser uniquement sur les expériences négatives de celles-ci. Cette étude se veut un vecteur de la parole des femmes autochtones de Mashteuiatsh.

## **Cadre conceptuel**

Certains repères théoriques sont nécessaires pour s'outiller afin de répondre aux questions de cette recherche. Les concepts clés de beauté, féminité, corps et identité seront définis et distingués pour poursuivre la discussion. Alors que la beauté est posée comme objet d'étude, les concepts de féminité, corps et identité y sont reliés et sont les angles choisis pour l'aborder et explorer ses différents niveaux de complexité.

### Beauté

Le concept de beauté est polysémique et a fait l'objet d'appropriations diverses. La discussion dans cette section sera légèrement entravée par le fait qu'il peut y avoir une ambiguïté dans le mot beauté. D'une part, ce concept peut être utilisé comme synonyme d'idéal esthétique ou peut signifier une chose qui procure un plaisir esthétique. Il peut être également utilisé pour désigner quelque chose de plus spécifique, à savoir une manière particulière d'atteindre le succès esthétique. En ce sens, la beauté est généralement considérée comme impliquant une attractivité (Clercq 2013). La beauté est donc un terme très général et abstrait. L'ambiguïté de ce concept peut s'expliquer par le fait qu'il ne porte pas une seule signification partagée par toutes et tous. Par exemple, l'apparence physique, sur un niveau individuel, pourra être jugée de façon différente selon les individus. L'expression « la beauté est dans l'œil de celui qui regarde » (« *Beauty lies in the eye of the beholder* ») signifie que les individus peuvent avoir des opinions

différentes sur ce qui est beau. Ce qui est agréable aux yeux d'une personne peut être laid pour une autre. Que la beauté soit dans l'œil du spectateur peut porter un double sens puisqu'on peut supposer que le spectateur de la beauté peut être à la fois la personne elle-même et une entité extérieure à celle-ci (Sekayi 2003). En d'autres termes, ma beauté peut être vue par les autres ou par moi-même. En règle générale, cependant, les normes de beauté sont dictées par d'autres à travers la société. À tout moment et en tout lieu, il existe des modèles uniformes et largement compris de beauté à l'intérieur d'une société donnée (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007).

À ce sujet, de nombreux penseurs tels que Pythagore et Héraclite croyaient que la beauté physique résultait d'une bonne proportion faciale (Bronstad, Langlois, et Russell 2008). En partie inspirés par ces idées anciennes, les chercheuses et chercheurs modernes ont tenté d'identifier des facteurs importants dans la détermination de la beauté du visage. Plusieurs ont mis en place des systèmes permettant de comprendre ce qui détermine la beauté faciale chez les individus. Le développement de ces systèmes reflète une tendance à rechercher des explications de la beauté d'inspiration biologique. Selon ce point de vue, les traits de la beauté fournissent des informations sur un potentiel reproducteur. Ces théoriciens et théoriciennes ont proposé que les préférences de visage puissent être des adaptations pour le choix du partenaire puisque les traits attrayants signalent des qualités chez le partenaire potentiel, comme la santé (Cunningham et al. 1995). D'autres ont fait valoir que l'appréciation de ces traits pourrait simplement être la façon dont le cerveau traite l'information (Rhodes 2006). Les visages considérés comme beaux activent les centres de récompense dans le cerveau et font émerger des jugements sur la personnalité des personnes (le stéréotype « What is beautiful is good » Dion, Berscheid, et Walster 1972). Des facteurs comme un visage moyen, le dimorphisme sexuel et la symétrie des deux côtés du visage sont des traits considérés comme attrayants (Bronstad, Langlois, et Russell 2008). Certaines études ont voulu démontrer que ces facteurs étaient universels. Pour ce faire, elles ont sélectionné des participants provenant de contextes culturels différents. Les résultats de la recherche de Cruz (2013), sur des individus du Mozambique, du Brésil et de France, ont montré que les trois groupes de participantes venant de pays, continents et cultures différentes avaient une appréciation similaire du degré de beauté de visages féminins. Il existe donc amplement de littérature sur la nature et la signification de la beauté, en particulier la beauté du visage qui peut

être comprise dans la perspective évolutive conceptualisant la beauté comme une adaptation biologique. Cependant, les forces évolutives ne sont pas les seules variables contribuant à la perception de la beauté. Il existe des variations culturelles dans les préférences esthétiques, ainsi que dans les soins personnels comme les tatouages, le maquillage ou l'habillement. Les changements à travers l'histoire occidentale dans le poids corporel souhaité, les cosmétiques, le style capillaire et vestimentaire illustrent la relativité de certains aspects de la beauté. Par conséquent, la beauté peut être considérée sous plusieurs angles, notamment évolutif, historique, culturel, social, éducatif, cognitif, biologique, individuel, émotionnel et situationnel (Jacobsen 2010, 184 ; Forbes et al. 2007). Cette recherche se concentre davantage sur les aspects sociaux, culturels et individuels de la beauté. La beauté doit être reconceptualisée comme une expérience située dans un contexte social, individuel et culturel afin de comprendre et d'explorer pleinement les diverses expériences de la beauté au niveau des individus. Chin Evans et McConnell (2003), à propos de la construction du corps féminin, suggèrent que l'apparence physique, autrement dit la beauté, est une question à la fois sociale et individuelle. Ces autrices et auteurs soulignent, notamment, que la beauté pour certaines personnes peut être liée au fait de se sentir féminine.

### Féminité

Le genre est un acte du quotidien, un projet incessant en constante reconstitution et réinterprétation. Lahire (2001) affirme que le genre n'est pas quelque chose de figé puisque le fait d'être « femme » ou « homme » change selon les époques, les aires culturelles, les groupes sociaux, le niveau d'étude, etc. Les différences de genre apparaissent toujours relativement arbitraires et les comportements associés à ceux-ci varient de manière significative. Ce qui peut être jugé « féminin » dans telle culture et à telle période de l'histoire peut être évalué comme étant « masculin » ou même non marqué au niveau du genre. C'est la socialisation basée sur certaines normes culturelles qui montre ou met en scène le genre. La socialisation peut prendre la forme d'un enseignement (implicite ou explicite) de valeurs, de modèles, d'habitudes, de manière de voir le monde, de normes, etc. (Goffman 2004) En ce sens, le genre n'est en aucun cas une identité stable. C'est plutôt une identité constituée par une répétition stylisée d'actes et de gestes corporels. Cette mise en scène de soi, nous dit Butler (1986, 1988, 2020), permet un soi

genré permanent. Elle ajoute que le genre est performatif, ce qui signifie que le genre n'est réel que dans la mesure où il est performé. Butler met, également, de l'avant que le genre est « une sorte de faire » et que l'on fait son genre pour quelqu'un d'autre, même si cet autre n'est qu'imaginaire. Il s'agit donc d'un concept profondément social.

Dans chaque culture, des comportements, ainsi que des apparences significatives sont déployés de manière à communiquer de l'information sur les individus. Par exemple, des attitudes qualifiées de féminines comme un touché délicat sont adoptées par certaines personnes (Goffman 1977). Erving Goffman postule que certains comportements, qu'il qualifie de parades, semblent agir comme une sorte d'identification. Dans le cas du genre, les cheveux, les vêtements ou le ton de la voix sont des sortes de parades. L'expression de ces parades est apprise et socialement formée (Goffman 2004). Ainsi, il apparaît que la féminité est une notion sociale et culturelle. Par ailleurs, Banet-Weiser (1998) souligne que la catégorie de féminité résonne différemment sur différents corps, c'est-à-dire que la performance du genre féminin chez différentes personnes change selon la construction culturelle de celui-ci.

### Corps

Le corps peut être considéré comme un lieu d'interprétations culturelles puisqu'il est une réalité matérielle localisée et définie dans un contexte social. Le corps reprend et réinterprète cet ensemble d'informations reçues. Il devient un lien entre la culture et le choix d'un individu puisque ce dernier a la possibilité de reprendre et réinterpréter les normes qu'il a reçues de sa culture. Judith Butler (1986) avance que les normes de genre sont construites par les contraintes sociales. « L'incorporation » du monde culturel est, selon l'autrice, un projet accompli incessamment et activement, qui nous apparaît être un fait naturel.

La culture génère un certain nombre de codes qui sont « incorporés » par les individus et qui permettent de lire, par le regard, l'origine sociale de chacun. Ces codes conduisent les personnes sur la manière de parler, se tenir, marcher, se vêtir, *etc.* Les manifestations corporelles découlant de ces codes sont, à l'intérieur d'une communauté sociale, significatives. David Le Breton (1991, 2010) met en relief que le corps est une projection sociale. Il n'est donc pas un fait en soi, mais plutôt l'observatoire idéal d'un contexte social.

La connaissance du langage, le partage d'un code, n'implique pas seulement une pensée commune, mais aussi une série d'attitudes envers le monde, des dispositions mutuellement prévisibles des efficacités collectives. Le lien social est un débat autour de la définition des situations, c'est-à-dire autour des significations attribuées par les uns et les autres. Les épisodes de l'interaction en traduisent les péripéties. (Le Breton 2010, 383)

Les pratiques sociales s'inscrivent dans le corps. Elles sont « incorporées » par les acteurs et actrices sociaux. Le Breton (1991) inscrit le corps comme une symbolique sociale marquant l'appartenance culturelle. Il apparaît une sorte de continuité entre le corps et le monde. « Le corps n'est pas une collection d'organes et de fonctions agencées selon les lois de l'anatomie et de la physiologie, mais d'abord une structure symbolique » (Le Breton 1991, 95). Il ajoute que le corps est une réalité qui change d'une culture à une autre. Dès lors, le corps est conçu comme une « réalité sociale globale » puisqu'il développe ses pouvoirs sociaux, ainsi que sa multidimensionnalité au sein de situations sociales (Robinaud 2020, 46). À ce propos, Berthelot (1983, 126) souligne que « le corps, par son façonnage social même, est une réalité multifonctionnelle, polysémique, jouant sur les divers registres sociaux (économiques, politiques, idéologiques, symboliques...), il est toujours métaphore potentielle, contrepoint possible, lieu d'incarnation symbolique ». L'auteur propose de distinguer trois « niveaux d'actions sur le corps, c'est-à-dire les modalités de la production sociale du corps à travers les situations de sa mise en jeu ». Le premier réfère à « la ritualisation des corps », soit « les pratiques de marquage qui produisent l'apparence corporelle comme signe » qui sont les « parures du corps, masques, habits, mais également dressage, apprentissages posturaux, contrôle gestuel » qui sont impliqués dans une variété de pratiques individuelles ou collectives. Le deuxième est appelé par l'auteur « les pratiques de perpétuation » qui sont les pratiques de l'entretien du corps et de reproduction du corps qui préservent les qualités socialement valorisées des individus, soit santé, minceur, jeunesse, *etc.* Enfin, le troisième niveau, structurel, est celui du « mode de production », où le corps est lui-même producteur d'une forme corporelle déterminée. Ce dernier niveau d'analyse pose la question suivante : « la question n'est plus ici "quel corps pour quelle société ?" mais "quel corps par quelle société ?" » (Berthelot 1983, 127-28). Ainsi, le corps apparaît comme une construction culturelle puisqu'il n'est pas un phénomène statique, il n'est pas non plus uniquement un fait de la nature. Il est plutôt produit par des discours culturels (Glenister Roberts



2002). Enfin, le corps est une forme symbolique où s'inscrivent les normes et pratiques d'une société. Au sens large, les canons de beauté et le genre sont représentés sur le corps par des codes culturellement prescrits et approuvés. Le corps est aussi porteur de traces définissant l'identité.

## Identité

### *Une notion multidimensionnelle*

On parle souvent de l'identité comme une notion fixe. Pourtant, il s'agit, comme l'a montré Deirdre Meintel (2008, 1), qui a travaillé notamment sur les questions des identités, de l'ethnicité et de la mixité, d'une notion « changeante, plurielle, et en constante reconstruction ». De plus, l'identité permet une connectivité sociale puisqu'elle souligne ce que les individus ont de semblable avec leurs pairs et de générer des liens avec ceux-ci. L'identité met de l'avant, à la fois, l'unicité des personnes et les connecte entre elles. Non seulement l'identité correspond à l'unicité de l'individu, mais elle le relie à des catégories sociales (ethnicité, religion, genre, etc.). De ce fait, le processus de construction identitaire est souvent un voyage long et non linéaire qui change constamment. Iijima Hall (2004) a d'ailleurs expliqué, dans un travail portant sur les problèmes rencontrés par les femmes métisses aux États-Unis, la façon dont les individus ont souvent besoin de temps pour explorer, expérimenter et choisir une identité.

Le philosophe Paul Ricœur a fait une contribution importante sur le concept d'identité en soulignant, notamment, que le concept est autant individuel que social. Il distingue deux notions de l'identité : « la mêmeté » et « l'ipséité ». La première notion souligne l'unicité et la continuité dans le temps de l'individu. L'individu se distingue, par son identité, des autres personnes. L'auteur compare cette notion de l'identité à l'expression latine *idem*. La deuxième notion se rapporte à une sorte de réciprocité et de connexion entre les personnes. Elle est inspirée du latin *ipse* qui se réfère au fait que le soi enveloppe en quelque sorte le toi et le moi (Ricœur et Jarczyk 1991 ; Ricœur 1988). En ce sens, Meintel (2008) démontre que l'identité peut être exprimée non seulement en termes d'unicité, mais également pour souligner les similitudes. Le pronom « nous » va être fréquemment utilisé pour mettre en évidence cette connexion. Ainsi, l'identité permet de faire un lien entre les personnes. Il y a un véritable va-et-vient entre l'identité

de la « mêmété » et celle de « l'ipséité » (Gallissot 1987 ; Ricoeur et Jarczyk 1991). L'identité n'est donc pas synonyme d'un clivage « nous/eux », mais incorpore aussi ce que les individus ont en commun avec les autres.

L'identité est par définition une seule puisqu'elle ne peut pas être double, mais elle se révèle, pourtant, possédant de multiples dimensions (ethnique, religieuse, professionnelle, *etc.*) (Devereux 1972). Gallissot (1987) affirme que chacune de ces dimensions peut être aussi plurielle puisque l'individu peut avoir une pluralité d'attaches dans le même domaine. L'identité se réfère à trois éléments qui s'entrecroisent : la personne, le rôle, le social/groupe. Ces éléments de l'identité peuvent être mis de l'avant dans certains contextes (Davis, Love, et Fares 2019 ; Gallissot 1987). L'identité est donc liée à diverses catégories sociales (ethnicité, nationalité, genre, âge, appartenance religieuse, *etc.*). La théorie de l'identité sociale englobe plusieurs sous-théories, dont l'identité collective qui correspond à l'identité qui se rapporte à l'appartenance à certains groupes. En ce sens, l'identité collective permet la cohésion du groupe, l'attachement émotionnel et la solidarité même lorsque les réseaux sont hétérogènes, plus ou moins connectés et dispersés (Davis et coll. 2019 ; Gallissot 1987 ; Jarczyk, Ricoeur 1991). Meintel (2008) met en évidence le caractère fluide et variable des identités, même à l'intérieur des collectivités. Dans une collectivité, les identités peuvent être très différentes d'un individu à l'autre et selon le contexte. L'identité est donc multidimensionnelle puisqu'elle regroupe elle-même plusieurs identités chez une même personne (Gallissot 1987). Gallissot (1987) démontre que l'identité se détermine véritablement par les cercles d'appartenance. Ainsi, on appartient à sa famille, son lieu de naissance, sa région, sa culture, *etc.* De ce fait, la représentation identitaire inscrit la personne dans des formes collectives.

Quant à la notion de culture, Vinsonneau (2002, 15), docteur en psychologie sociale, la décrit comme une « production humaine, directement dépendante des acteurs sociaux et de leurs interactions ». Il s'agit selon l'auteur d'une « agrégation de vastes ensembles d'individus, sous le prétexte qu'ils sont communément porteurs d'attributs spécifiques » et qui sont « globalement semblables entre eux (...) tandis qu'ils se différencieraient de tous les autres » (Vinsonneau 2002, 4). Cela dit, elle affirme que la culture et l'identité ne sont pas des entités stables. Il s'agit plutôt de phénomènes complexes et dynamiques qui sont ancrés dans l'histoire des groupes sociaux,

mais non enfermés dans celle-ci. Ainsi, les individus sont vus comme des constructeurs de leur identité. Dans cet ordre d'idées, la culture leur offre une multitude de ressources symboliques. Les personnes peuvent donc y chercher les repères utiles pour la construction de leur identité. On comprend que « la culture oriente l'inscription de l'individu dans le tissu social, les modalités de partage des valeurs qui s'offrent à lui et ses choix d'appartenance » (Vinsonneau 2002, 16).

### *Un cumul identitaire*

Une personne peut se sentir appartenir à plusieurs groupes et, selon les contextes, va mettre de l'avant certaines de ses identités et en mettre d'autres de côté. Les individus peuvent posséder une double identité culturelle et s'engager dans un changement de cadre culturel actif, dans lequel ils se déplacent entre différents systèmes de signification culturelle en réponse à certains contextes. Meintel (2008) y voit un cumul identitaire plutôt qu'un conflit identitaire. L'autrice nous renseigne notamment sur le fait que l'identité est mouvante et a un caractère flou, ainsi que fluide. L'identité peut être très variable entre les individus, selon le contexte et à travers le temps. Chez des jeunes issus de milieux immigrants à Montréal, « on observe donc la formation d'identités syncrétiques et individualisées : leurs identifications ethniques se cumulent ; se superposent sans s'exclure les unes les autres » (Meintel 2008, 5).

Ce travail suggère que l'identité n'est pas monolithique puisque les individus ont de multiples systèmes de signification identitaires et basculent entre différentes identités appropriées en fonction du contexte. On peut parfois même parler de biculturalisme, notion couramment appliquée aux migrants, qui est l'idée selon laquelle les individus, en contact permanent avec une autre culture, développeraient une « double identité » en utilisant un ou l'autre système de représentation pour adapter leurs comportements dépendamment des contextes (Benet-Martínez et al. 2002 ; Bousquet 2005, 9 ; Thompson et al. 2002). Le développement de l'identité biculturelle englobe plusieurs « passages frontaliers » où les individus peuvent avoir les deux pieds dans les deux cultures, mettre de l'avant leurs identités selon les différents contextes, s'asseoir à la frontière en revendiquant un point de référence central multiculturel et créer un foyer dans une identité et faire des incursions dans d'autres (Perkins 2014, 215). L'étude de Brunsma et Rockquemore (2001) à propos d'individus biculturels noirs et blancs américains souligne que les individus qui s'attribuaient une identité biculturelle estimaient qu'ils n'étaient ni

Noirs ni Blancs, mais incorporaient plutôt les éléments de chaque groupe. La double expérience d'être Noir et Blanc donnait la capacité de changer d'identité en fonction du contexte d'une interaction particulière. Cette capacité offre aux personnes biculturelles la capacité de naviguer dans des espaces auxquels les personnes monoculturelles n'ont peut-être pas accès. D'autre part, les biculturels sont vus comme étant constamment confrontés au défi d'intégrer différents ensembles de demandes et de messages culturels, des attentes interpersonnelles conflictuelles et aussi à faire face à des menaces potentielles et à de la discrimination liées au statut de minorité (Benet-Martínez et al. 2002, 495).

## Chapitre 2 — Revue de littérature

### Un trou documentaire dans la littérature

La littérature est rare au sujet de la beauté des femmes non blanches, dont font partie les femmes autochtones. Il a été ardu, dans le cadre de cette recherche, de mettre la main sur des textes portant sur ce sujet puisque très peu d'écrits abordent cette question chez les Autochtones. Les approches anthropologiques, sociologiques, ainsi que psychologiques de la beauté considèrent souvent la question sous l'angle de l'excellence corporelle et des transformations du corps liées à l'oppression féminine. Ces approches étudient ces phénomènes davantage à l'intérieur d'échantillons composés en majorité de femmes blanches et observent peu la beauté en prenant en considération les intersections des rapports sociaux de genre, de classe et d'ethnicité (Bédinadé 2020). La majorité des travaux portant sur la beauté et la féminité en rapport aux intersections, plus nombreux aux États-Unis, touchent davantage les femmes afro-américaines. Les femmes racisées ont généralement été laissées de côté dans la recherche sur la beauté et les résultats de la recherche basés sur les femmes blanches ont souvent été généralisés à toutes les femmes (Poran 2002). Cette généralisation à toutes les femmes peut sans doute expliquer en partie le trou documentaire au sujet de la beauté chez les femmes racisées<sup>1</sup>.

Les écrits portant sur la beauté touchent, généralement, la question de l'image corporelle<sup>2</sup> de soi et abordent, dans la plupart des cas, cette problématique en parlant des impacts négatifs des standards de beauté sur la psychologie des jeunes femmes blanches en particulier. Le poids est souvent l'indice de mesure utilisé, dans la littérature, pour parler de l'image corporelle, tandis que les autres traits physiques sont généralement laissés pour compte. Ce lien entre image

---

<sup>1</sup> Le terme « racisé » est utilisé, dans le cadre de cette recherche, pour décrire toutes les personnes qui sont catégorisées à l'intérieur de groupes ayant subi un processus de racisation. La racisation est la catégorisation ou la division de groupes d'individus selon la race. La race est une division hiérarchisée, qui n'est pas biologique, catégorisant les êtres humains. Le terme « racisé » permet donc de souligner le caractère socialement construit de la race en mettant en évidence qu'elle n'est ni objective, ni biologique, mais qu'elle est plutôt un construit social qui sert à représenter, catégoriser et exclure. J'ai aussi pris la décision de nommer les « Blancs » puisque la « blancheur » est souvent prise pour acquise dans la littérature (Imani 2021).

<sup>2</sup> L'image corporelle fait référence aux émotions, aux croyances et aux perceptions qu'une personne a de son apparence physique. L'image corporelle d'une personne peut être positive (satisfaction corporelle) ou négative (insatisfaction corporelle) (Brazier 2020).

corporelle et poids ne permet pas une comparaison approfondie de la satisfaction corporelle dans des catégories non liées au poids. Dans la plupart des analyses, les données portent sur de jeunes filles blanches américaines qui adhèrent fortement aux standards de beauté occidentaux, donc particulièrement au culte de la minceur. L'acceptation de ces standards est liée à une image corporelle négative et à des comportements malsains (De Casanova 2004). En effet, de nombreuses études (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007 ; Jefferson et Stake 2009, 396 ; Poran 2002) démontrent des associations entre des images idéalisées de la beauté féminine et les effets négatifs sur le bien-être physique, psychologique et social des femmes. Les femmes des sociétés occidentales vivent de fortes pressions sociales pour atteindre une apparence parfaite correspondant aux standards de beauté et à un idéal culturel de minceur. Elles connaissent donc généralement des niveaux plus élevés d'insatisfaction de leur corps que les hommes. L'insatisfaction corporelle est considérée, dans ces études, comme une grave préoccupation parce qu'elle est un précurseur de problèmes psychologiques graves tels que la dépression, l'anxiété, une mauvaise estime de soi et les troubles de l'alimentation (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007 ; Jefferson et Stake 2009, 396 ; Poran 2002).

D'autres textes (Forbes et al. 2007 ; Hall 1995 ; Robinson-Moore 2008) décrivent les standards de beauté comme des processus opprimant les femmes. Ils suggèrent que l'apparence physique est une question à la fois sociale et personnelle et considèrent le corps comme un site de contrôle social par le biais des régimes alimentaires sévères pour atteindre beauté et minceur. Les auteurs Forbes et al. (2007, 266) parlent même de l'hypothèse que « beauty ideals are oppressive » ou plus simplement « BIO ». Les autrices et auteurs affirment être en accord avec les théories féministes qui affirment que toutes les normes de beauté servent le même objectif et ont la même motivation : le maintien de l'inégalité entre les genres. Ils soulignent, tout de même, que leur hypothèse ne vise pas à nier que, dans certaines circonstances et pour certaines femmes, certaines normes de beauté peuvent être valorisantes. Cependant, les autrices et auteurs focalisent leur texte sur les conséquences négatives résultant des standards de beauté. À ce propos, les théories féministes ont avancé qu'avec le temps, les femmes ont pu avoir davantage d'opportunités, dans la société, ce qui a menacé le système patriarcal établi. En réponse à cette menace, les standards de beauté imposés aux femmes sont devenus de plus en plus irréalistes et

la pression pour les atteindre est devenue plus intense (Bordo 2004). Dans cette perspective féministe, les standards de beauté sont perçus comme des véhicules de l'oppression des femmes (Jung 2018, 60).

On retrouve d'autres études portant sur les jeunes femmes noires qui remettent, voire rejettent les standards de beauté dominants en faveur d'une approche qui valorise une image corporelle plus large, un plus grand nombre de caractéristiques, ainsi que de types de corps et qui mise sur le style personnel et l'unicité de chacune (Chin Evans et McConnell 2003 ; Crocker et Major 1989 ; De Casanova 2004 ; Jefferson et Stake 2009 ; Parker et al. 1995 ; Poran 2002 ; Roberts et al. 2006). On voit cependant peu de recherches analysant l'influence des standards de beauté occidentaux chez les femmes noires, car contrairement aux idées véhiculées par des autrices et auteurs, elles ne sont pas complètement imperméables à la culture dominante et à ses normes de beauté. Nous explorons cette question plus en profondeur dans la prochaine partie. D'autre part, les recherches sur la beauté chez les personnes racisées se concentrent principalement sur l'expérience des femmes noires. Bien que la compréhension de l'expérience des personnes noires soit extrêmement importante, peu d'études examinent les expériences d'autres groupes comme les Asiatiques, les Hispaniques et encore moins les Autochtones (Chin Evans et McConnell 2003). Par conséquent, peu de recherches ont clarifié la relation entre l'apparence physique (non lié uniquement au poids) et l'image corporelle chez les personnes racisées.

## **Les standards de beauté occidentaux**

### **Les standards de beauté qui changent**

Il a toujours existé des représentations idéalisées de la beauté. Au cours du siècle dernier, les standards occidentaux de beauté féminine ont inclus divers idéaux. Parmi ceux-là, les garçonnas élancés et à la poitrine plate des années 1920. Puis est apparu le symbole de beauté et de séduction, Marilyn Monroe, blonde, à la peau claire, aux yeux bleus, aux lèvres pulpeuses et à la silhouette de rêve en forme de sablier. En 1966, les États-Unis ont lancé le top modèle Twiggy, inaugurant ainsi une nouvelle ère d'image idéale. Les mannequins au corps très maigre ont, dès lors, fait leur apparition (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007 ; Forbes et al. 2007, 265).

Les auteurs et autrices ont tendance à convenir que les standards de la beauté et d'image corporelle se construisent autour d'un idéal blanc dominant. La femme idéale a souvent la peau claire, les yeux bleus, elle est grande avec des cheveux raides et clairs et elle devrait avoir un petit nez et des lèvres fines et on s'attend à ce qu'elle soit mince. Les sociétés occidentales considèrent ces caractéristiques comme la quintessence de la beauté (Applefors 2016; Awad et al. 2015, 541; Bryant 2013 ; Hall 1995). Cet idéal s'est, cependant, dirigé vers une esthétique vénérant les corps en forme de sablier avec le teint bronzé : un ventre plat, une taille de guêpe avec un gros postérieur et de gros seins. Il suffit d'aller faire un petit tour sur les réseaux sociaux, que ce soit sur Instagram ou sur Tik Tok, pour constater que la tendance est aux très longs cils, sourcils plutôt épais, grands yeux avec une touche d'*eye-liner* pour rendre les yeux légèrement bridés, bouches pulpeuses et aux pommettes assez marquées. Tandis que pour le corps en général, on voit des teints basanés, des corps minces à la taille très fine, mais plutôt athlétiques, avec des courbes et des fesses rebondies. L'ère des réseaux sociaux a introduit un idéal de beauté se résumant en une femme aux courbes voluptueuses et ethniquement ambiguës. Ce look a été popularisé par la vedette de la télé-réalité et des médias sociaux Kim Kardashian. Pour obtenir cette nouvelle version de la silhouette en forme de sablier, de nombreuses personnes se tournent vers la chirurgie pour avoir cette apparence. Une autre tendance, qui s'est popularisée tout au long des années 2000 et dans les années 2010, est l'utilisation de produits et de services pour paraître plus bronzé. On voit, d'ailleurs, sur les réseaux sociaux, plusieurs vidéos du genre « tutoriel de maquillage » dans lesquelles on voit de jeunes femmes réaliser leur routine de beauté et appliquer plusieurs produits cosmétiques qui rendent leur teint uniforme et un peu plus foncé. Kim Kardashian s'est souvent montrée très bronzée sur ses photos (résultat de retouches photo ?) et, par ailleurs, tout au long de leur célébrité, les membres de la famille Kardashian ont été sous les feux de la rampe pour s'être approprié « la culture noire » par le biais de leur teint, de leurs cheveux et de leurs choix vestimentaires. Alors que la tendance pour les femmes blanches est d'apparaître plus bronzées, souvent les femmes noires, elles, continuent d'être discriminées pour la couleur de leur peau. Dans une société où la peau plus pâle est encore mise sur un piédestal, les femmes racisées sont souvent obligées d'ajuster leur apparence pour mieux correspondre aux idéaux de beauté occidentaux (Applefors 2016). Cette problématique sera abordée plus loin.



## **L'exclusion par les standards de beauté**

L'idéal de beauté actuel est irréaliste pour une grande majorité de personnes. Cet idéal tout en courbes tout en étant très mince est pratiquement impossible à avoir sans une certaine forme de modification chirurgicale, ce qui rend les standards de beauté féminins particulièrement dangereux selon certains auteurs, dont Calogero, Boroughs et Thompson (2007) qui affirment que les standards de beauté contiennent des divergences biologiques évidentes (vouloir des gros seins, mais tout en étant très mince par exemple) pour la plupart des corps féminins. Ces divergences biologiques mènent donc la culture et la physiologie à un perpétuel conflit. Bien que les standards de beauté aient grandement varié dans le temps, quelles que soient leurs spécificités, ces formes corporelles n'ont jamais représenté la plupart des personnes. Au contraire, beaucoup ont représenté des normes physiques que très peu de gens pouvaient atteindre. Ces idéaux de beauté vont donc forcément exclure des groupes de personnes et en favoriser d'autres. En effet, des couleurs de peau jugées trop foncées par les normes dominantes sont écartées des caractéristiques propres à la beauté occidentale. Dès lors, l'esthétique de « l'Autre » est jugée, par ces mêmes normes, comme moins désirable, moins féminine, voire laide. Ces normes peuvent être internalisées par les individus qui ne correspondent pas à cette vision. Dans le passé et même encore aujourd'hui, le corps et la beauté des femmes noires ont été largement dévalorisés et rejetés par la culture dominante qui surévalue l'esthétique blanche, sous-estime l'esthétique des membres des autres groupes et tend à les exotiser (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007 ; Awad et al. 2015). En somme, la beauté est socialement construite et les standards de beauté sont vus comme étant hégémoniques par certains auteurs et autrices (Hall 1995 ; Robinson-Moore 2008, 67), puisqu'au final toute norme de beauté opprime quelqu'un.

## **Les avantages de correspondre aux standards de beauté**

Il apparaît plusieurs avantages sociaux lorsqu'on correspond aux standards de beauté. Les personnes qui adhèrent et correspondent à ces normes vont être perçues de manière plus positive par leurs pairs (Bryant 2013 ; Calogero, Boroughs, et Thompson 2007). Par exemple, les femmes américaines qui adhèrent aux normes culturelles d'attractivité féminine (par exemple, se maquiller au travail) sont plus susceptibles d'être perçues comme hétérosexuelles, en bonne

santé et compétentes (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 13). Dans la culture occidentale, la beauté physique est souvent liée à la vertu, la bonté, la gentillesse et la bienveillance (Dion, Berscheid, et Walster 1972 ; Richetin, Huguet, et Croizet 2007), et la minceur a été associée la capacité de s'autoréguler (self-control). Si l'on est mince, on est perçu comme étant quelqu'un qui prend soin de soi et qui fait des efforts, alors que si on est gros, on est souvent perçu comme paresseux et inactif (Hebl, King, et Lin 2004 ; Poran 2002, 68). Bref, si une personne correspond aux standards de beauté dictés par la société, elle sera mieux perçue par cette même société.

On voit, d'ailleurs, une internalisation des standards de beauté occidentaux par les individus, ce qui crée l'exclusion de certaines personnes en raison de leur apparence physique. Notamment, les personnes en surpoids continuent d'être discriminées en raison de leur apparence tant sur le plan professionnel que relationnel. Au travail, ces personnes sont pénalisées dans les décisions concernant, entre autres, le salaire et les promotions. Tandis que sur le plan social, le surpoids est associé à la paresse, l'indiscipline et la glotonnerie. Les personnes grosses ont tendance à internaliser ces standards de beauté et de minceur et à avoir des attitudes négatives (grossophobes) envers elles-mêmes et se blâmer pour leur apparence physique (Hebl, King, et Lin 2004). De plus, Susan L. Bryant (2013, 84) qui a travaillé sur le sujet des standards de beauté occidentaux sur les femmes noires a mis de l'avant que les hommes noirs ayant internalisé les normes de beauté préféraient les femmes à la peau plus claire. Il est apparu aussi que les femmes noires qui ne rencontrent pas les normes établies de la beauté occidentales sont plus susceptibles d'être au chômage que celles qui correspondent aux caractéristiques physiques répondant aux standards (Bryant 2013). Enfin, il a été soutenu que les femmes vieillissantes se trouvent en contradiction avec les idéaux de beauté contemporains puisque la vieillesse se présente comme un marqueur de changement corporel et de fin de la période de reproduction (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007).

### **L'objectivation des femmes**

On constate donc une internalisation des standards de beauté par les individus, ce qui perpétue l'objectivation des femmes et agrandit les écarts entre les femmes de différents groupes (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007). Selon la théorie de l'objectivation, le corps d'une

femme ou les parties de son corps sont perçus comme étant séparés de sa personne. Le physique de la personne est détaché de sa personnalité et celle-ci est réduite au statut de simple objet. L'objectivation sexuelle des femmes par les médias, notamment, amène les femmes à considérer leur propre corps comme un objet à regarder et à évaluer en fonction de leur apparence. Les idéaux de beauté intériorisés et les regards objectifiants créent, dès lors, un contexte dans lequel les femmes sont vulnérables aux messages dépeignant les corps féminins comme déficients et en besoin constant de modification (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 32 ; Hebl, King, et Lin 2004).

Une exposition répétée à des images de femmes objectifiées et à des expériences personnelles d'objectification mènent les femmes à intérioriser le regard objectifiant des autres et à tourner ce regard sur elles-mêmes : c'est ce que l'on appelle l'auto-objectification. Autrement dit, les femmes vont intérioriser le regard d'autrui sur elles-mêmes. Cela affecte grandement l'estime de soi, car l'apparence de leur corps est valorisée davantage que leur personnalité (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007 ; Cohen et al. 2019, 1547 ; Hebl, King, et Lin 2004). Dès lors qu'on réduit les femmes au simple statut d'objets, on les rend sexuellement disponibles (hypersexualisation). L'objectivation peut prendre diverses formes : le harcèlement de rue, regarder le corps des femmes, faire des commentaires sexuels sur l'apparence, des représentations visuelles sexualisées à travers les médias, la pornographie, le harcèlement sexuel et la violence (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 21).

L'auto-objectivation va amener certaines femmes à contrôler leur apparence pour influencer la manière dont les autres les traitent. Certaines femmes peuvent être caractérisées davantage par l'auto-objectification que d'autres et des facteurs contextuels peuvent jouer un rôle dans le niveau d'auto-objectification de quelqu'un. Le fait d'être en maillot de bain, par exemple, peut susciter un état d'auto-objectification chez plusieurs (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007 ; Cohen et al. 2019, 1547 ; Hebl, King, et Lin 2004). L'objectification et l'auto-objectification vécues de manière fréquente peuvent avoir diverses conséquences comprenant une augmentation du niveau de honte corporelle, d'anxiété, de dépression, de troubles de l'alimentation, une diminution des niveaux de motivation intrinsèque et une diminution des performances (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 22).

Dans une étude classique de Fredrickson et al. (1998), qui tentait de tester les conséquences potentielles de l'expérience d'auto-objectivation, les participantes ont dû enfiler un maillot de bain ou un pull durant des exercices de mathématiques. Les expérimentateurs et expérimentatrices ont pris en note la honte corporelle ressentie par les participantes, ont testé leurs performances en mathématiques et ont vérifié d'autres états émotionnels pour vérifier si une conscience de soi physique accrue conduirait à l'augmentation de l'auto-objectivation. Ils ont trouvé que les femmes en maillot de bain ont signalé une augmentation de la conscience de soi, une plus grande honte corporelle et une moindre estime de soi que les femmes portant un pull. Les femmes en maillot de bain présentaient, également, une diminution des performances en mathématiques et ont montré, par la suite, des signes d'une alimentation restreinte. Les résultats de l'étude ont suggéré que les femmes ont tendance, davantage que les hommes, à intérioriser la perception que les autres ont de leur physique.

En continuité avec l'étude de Fredrickson et al. (1998), des recherches expérimentales ont élargi les effets de l'auto-objectification chez différents groupes de femmes racisées (Hebl, King, et Lin 2004), démontrant que le port d'un maillot de bain par rapport à un pull affecte négativement les femmes afro-américaines, hispaniques et asiatiques en éveillant des sentiments de honte, une baisse de l'estime de soi et des performances en mathématiques dans tous les groupes de femmes. Les femmes hispaniques sont celles qui ont rapporté le plus haut niveau de honte corporelle et le plus bas niveau d'estime de soi quand elles portaient un maillot de bain. Tout de même, les groupes racisés se sont montrés généralement plus résilients que les groupes de femmes blanches de l'étude (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 24 ; Hebl, King, et Lin 2004). Les femmes non blanches sont, trop souvent, objectifiées et hypersexualisées. Leur corps continue d'être érotisé, sexualisé et fétichisé. L'hypersexualisation, selon Awad et al. (2015, 542), fait référence à la façon dont les personnes se sentent sexualisées, en raison de la façon dont les autres perçoivent leur corps. Cela rappelle Sarah Baartman que l'on a surnommée « la Vénus hottentote » qui a été exhibée en Europe pour son large postérieur et que l'on a grandement objectifiée en raison de son aspect physique. Bien que l'histoire de Baartman soit du passé, les femmes noires et d'autres femmes non blanches subissent toujours ce regard déshumanisant (Appleford 2016, 5).

## **L'influence des standards de beauté chez différents groupes de femmes racisées**

La beauté physique est une variable de grande importance dans les interactions interpersonnelles en Occident. L'attrait physique est souvent un critère premier dans les choix amoureux, dans les jugements de la personnalité d'une personne (Dion, Berscheid, et Walster 1972) et dans le choix des amitiés ou dans la préférence des pairs (Hall 1995, 9). La beauté physique n'est peut-être pas une variable aussi importante à l'intérieur d'autres cultures. Elle peut être vécue différemment et c'est, entre autres, pourquoi il est pertinent de s'attarder à l'étude de la beauté chez des groupes culturels non blancs.

Comme mentionné plus tôt, les recherches touchant le sujet de l'apparence physique ont souvent ignoré les femmes racisées ou n'ont pas précisé l'origine des participantes et ont plutôt basées leurs résultats sur l'étude de femmes blanches. L'absence d'analyses chez les personnes non blanches dans la recherche sur la beauté et l'image corporelle a souvent été associée à l'hypothèse selon laquelle ce qui est vrai pour les femmes blanches est aussi vrai pour toutes les femmes. En fait, la blancheur de la peau est souvent considérée comme la norme, ainsi que la référence à partir de laquelle on définit « l'Autre » (Poran 2002). C'est ce que Poran (2002, 66), qui a étudié les conceptions de la beauté des femmes hispaniques, noires et blanches et leurs perceptions des standards culturels de beauté, appelle « a white lens ». On peut critiquer les recherches sur l'image corporelle à propos de leur tendance à généraliser les expériences vécues par les femmes blanches à toutes les femmes.

Bien entendu, la représentation occidentalisée de la beauté s'est répandue partout et a pris racine dans diverses sociétés. Avec la prévalence croissante de l'utilisation des médias sociaux, les individus sont initiés à une multitude d'images célébrant des idéaux de beauté occidentalisés (Forbes et al. 2007). Pratiquement personne n'est à l'abri du déluge de représentation médiatique des standards de beauté et beaucoup peuvent les internaliser. Les standards de beauté occidentaux basés en grande partie sur des normes occidentales blanches peuvent avoir des effets psychologiques négatifs (en particulier sur l'image corporelle, l'estime de soi et les troubles alimentaires) chez les femmes racisées qui se regardent, s'évaluent et se jugent à travers ces critères de beauté. Il est donc important de comprendre comment des femmes de différents groupes font face à ces normes et quels sont les impacts sur celles-ci (Hall 1995).

Les femmes non blanches sont doublement discriminées en raison du sexisme et du racisme. L'importance donnée à la beauté en Occident est sexiste puisque la beauté chez les femmes est considérée comme bien plus importante que la beauté chez les hommes et elles subissent de l'objectification au quotidien. Cette beauté occidentale est aussi perçue comme étant raciste puisque, comme nous l'avons vu, le concept de beauté repose sur des critères de discrimination où l'apparence physique des personnes blanches est mise sur un piédestal (Hall 1995, 10). En réponse à ces discriminations, les autrices Crocker et Major (1989) ont affirmé que les membres de groupes stigmatisés peuvent adopter certaines stratégies d'autoprotection lors d'événements potentiellement menaçants. En ce qui concerne les normes de beauté, les membres des groupes stigmatisés peuvent se comparer principalement aux membres de leur groupe plutôt qu'aux femmes qui incarnent les idéaux de beauté dominants (c'est-à-dire les femmes blanches).

Également, il a été spéculé que faire partie d'une culture non occidentale peut offrir une certaine protection en raison de différentes normes de beauté existantes qui ne mettent pas l'accent sur la minceur par exemple. Dans une recherche de Rguibi et Belahsen (2006), portant sur les préférences de taille chez 249 femmes marocaines sahraouis, il est ressorti que ces femmes évaluaient leur poids idéal plus gros que leur poids dit « santé ». Le désir de perdre du poids était très faible, même chez la majorité des femmes obèses, et le niveau d'éducation n'affectait pas le désir de perdre du poids. Les femmes qui n'étaient pas satisfaites de leur poids étaient plus susceptibles de déclarer avoir essayé de prendre du poids plutôt que d'en perdre.

Dans la section suivante, nous verrons, entre autres, comment ce principe d'autoprotection s'applique ou non à différents groupes de femmes racisées. Il sera davantage question d'études portant sur les femmes noires et moins sur les femmes d'autres groupes racisés puisque le nombre de recherches portant sur ces dernières au sujet de la beauté demeure encore restreint. Nous verrons, en conséquence, l'influence des standards de beauté à travers des études sur des femmes noires, hispaniques, ainsi qu'asiatiques. J'aimerais souligner que discuter de l'expérience de la beauté chez ces femmes est une tâche plutôt complexe, car il est ardu de faire une analyse complète et détaillée sans avoir pu étudier préalablement les différents contextes sociaux, culturels et politiques de chaque groupe de femmes dont il sera question (ce n'est, d'ailleurs, pas

l'objectif de cette recherche puisqu'elle porte, avant tout, sur les femmes autochtones). La partie sur l'analyse portant sur les femmes autochtones sera abordée dans le prochain chapitre.

L'influence des standards de beauté chez les femmes noires

### *Les stratégies d'autoprotection*

Il semble que les femmes blanches aient une notion généralement assez uniforme de ce que devrait être la beauté et que leur conception de la beauté tend à correspondre ou bien à s'approcher des standards de beauté occidentaux. Dans les études nord-américaines, les femmes noires, cependant, ont été trouvées beaucoup moins susceptibles d'avoir des notions uniformes de beauté et plus susceptibles de décrire la beauté dans des termes de traits de personnalité plutôt que physiques (Poran 2002). Comment expliquer cette différence de perception de la beauté chez ces groupes ?

Les chercheuses et chercheurs ont souvent avancé qu'il existait des distinctions de perceptions de la beauté et de l'image corporelle chez différents groupes racisés. Ils ont, d'ailleurs, proposé l'idée selon laquelle les femmes noires appréciaient généralement davantage des silhouettes plus grosses que les femmes blanches et qu'elles étaient moins enclines à faire des régimes amaigrissants (Chin Evans et McConnell 2003 ; Crocker et Major 1989 ; De Casanova 2004 ; Jefferson et Stake 2009 ; Parker et al. 1995 ; Poran 2002).

Malgré les niveaux élevés d'insatisfaction corporelle signalés chez les femmes, aux États-Unis notamment, certaines différences ont été notées chez différents groupes. Dans l'étude de Jefferson et Stake (2009) sur la différence de satisfaction corporelle entre des femmes noires et blanches, les femmes blanches ont signalé une insatisfaction considérablement plus élevée à l'égard de leur poids et de la forme de leur corps que les femmes noires, même si plusieurs de ces dernières avaient un poids plus élevé. Les participantes noires étaient généralement plus satisfaites de leur corps (la forme et la taille) et avaient moins de risque de suivre un régime. Les résultats de l'étude ont suggéré que les femmes noires avaient tendance à rejeter les standards de beauté occidentaux, des standards qui pouvaient être perçus comme discriminatoires envers elles et leur groupe. Puisque les standards de beauté exigent non seulement la minceur, mais aussi des caractéristiques faciales particulières et une peau plus claire, l'étude a montré que les

femmes noires qui ne correspondaient pas à ces standards les rejetaient, ce qui se traduisait en une sorte de stratégie d'autoprotection. En lien avec la recherche de Crocker et Major (1989), citée plus haut sur les stratégies d'autoprotection chez les groupes stigmatisés, le rejet des standards de beauté occidentaux peut également être interprété, plus généralement, en réaction aux attitudes racistes et à la discrimination envers les Noirs. La recherche de Jefferson et Stake (2009, p. 406) a aussi révélé qu'il peut exister une vision plus inclusive de la beauté, dans plusieurs communautés noires, ce qui permet d'apprécier l'individualité et les caractéristiques uniques des femmes. Il semblerait que des femmes de plus grande taille soient parfois préférées par les hommes noirs et les femmes sont conscientes de cette préférence. Il apparaît, également, que les femmes blanches croient que les hommes blancs idéalisent et recherchent des partenaires très minces. Ces croyances et préférences peuvent protéger l'image corporelle positive des femmes noires, mais pas celle des femmes blanches (Roberts et al. 2006, 1125).

Selon la théorie de la comparaison sociale (Festinger 1954), les individus ont une volonté innée de se comparer avec les autres. Il existe de nombreuses raisons de se comparer à l'autre et chez les adolescentes, entre autres, l'auto-évaluation et l'amélioration de soi sont les plus courantes (Northup et Liebler 2010, 267). L'image corporelle de soi de l'individu a tendance à être plus affectée par les comparaisons faites avec des personnes qui nous ressemblent. Peut-être alors, les femmes noires ont tendance à rejeter les standards de beauté occidentaux, car ils ne leur ressemblent et ne leur correspondent que très peu (Jefferson et Stake 2009).

Cette même théorie souligne que les individus ont tendance à faire des comparaisons sociales descendantes qui sont pertinentes pour améliorer leur image de soi. Autrement dit, les gens préfèrent se comparer à d'autres personnes qu'ils considèrent plus négativement qu'eux-mêmes sur certaines variables afin de se sentir mieux dans leur peau. Ils se comparent aux autres lorsqu'ils ne sont pas certains de leurs opinions ou de leurs qualités, en particulier lorsque les normes sont subjectives (Chin Evans et McConnell 2003, 2 ; Festinger 1954). Cela dit, certaines femmes rapportent qu'elles font des comparaisons sociales ascendantes avec des modèles présentés par les médias comme très attirantes physiquement, ce qui nuit à l'image qu'elles ont d'elles-mêmes (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 18 ; Poran 2002, 68).



Parker et al. (1995) ont montré que les conceptions sur la beauté des femmes noires étaient distinctes de celles des femmes blanches et étaient principalement liées au soutien de leur communauté et à leurs relations avec les autres femmes. Les familles et les communautés des participantes noires jouaient souvent un rôle dans l'acceptation de leur apparence. Les commentaires positifs qu'elles recevaient de leur famille et leur communauté ont eu une influence positive sur leur estime de soi et elles ont également déclaré avoir un groupe de soutien fort parmi leurs pairs. Plusieurs participantes blanches, elles, ont déclaré suivre un régime comme stratégie pour se faire accepter par leurs pairs. Elles ont également dit s'être déjà comparées à d'autres filles, ce qui a créé des sentiments négatifs envers elles-mêmes et d'autres filles. Le fait de se comparer a favorisé un sentiment de concurrence entre ces participantes. À l'inverse, les participantes noires ont déclaré avoir des relations très favorables avec les autres et leurs liens avec les autres n'étaient pas basés sur la comparaison et la concurrence. Enfin, elles ont affirmé que la beauté signifiait avoir une bonne attitude et de la personnalité.

Il a été proposé que les femmes noires ont des facteurs de protection qui les empêchent de développer une faible estime de soi liée à une image corporelle négative. Les femmes noires auraient donc une sorte de protection grâce à ce qu'on appelle la « Black Culture » (Poran 2002, 67). Cela dit, l'idée de « Black Culture » semble essentialiste et il faudrait étudier davantage les contextes culturels avant faire de telles déclarations. Il est néanmoins possible d'affirmer que la vision qu'a une personne d'elle-même est fortement guidée et façonnée par la culture dans laquelle elle vit, ainsi que par les relations avec les autres dans son contexte culturel (Parker et al. 1995 ; Poran 2002, 67). Ainsi, les participantes noires de l'étude de Parker et al. (1995) décrivaient la beauté en termes de personnalité, alors que les adolescentes blanches étaient plus susceptibles de définir la beauté en termes d'apparence physique. Ceci peut s'expliquer en lien à l'âge et au contexte éducatif et culturel des participantes, ainsi qu'aux expériences en lien avec la beauté qu'elles ont vécu à mesure qu'elles ont grandi. Il semblerait donc que, selon les personnes, la beauté peut être perçue comme physique ou en lien avec la personnalité (Poran 2002).

De plus, les résultats de Roberts et al. (2006, 1124) ont indiqué clairement que les différences entre Noirs et Blancs à propos de l'image corporelle sont plus prononcées chez les jeunes femmes et surtout pendant les années universitaires. La période universitaire serait considérée comme

une période dans laquelle le développement de troubles du comportement alimentaire est élevé chez de nombreuses personnes. Un pourcentage moindre de femmes noires fréquente l'université ou fréquente des établissements où il y a davantage de Noirs (où la minceur est moins valorisée). Cela pourrait expliquer, en partie, pourquoi les femmes blanches de ce groupe d'âge ont plus de difficulté avec leur image corporelle par rapport aux femmes noires. Ainsi, les différences entre les femmes noires et les femmes blanches changeraient avec l'âge. Cette différence serait la plus importante vers 25 ans et diminuerait vers 40 ans. Ainsi, la satisfaction corporelle des femmes noires est vraiment plus grande que celle des femmes blanches dans la vingtaine et la satisfaction corporelle augmenterait chez les femmes blanches dans la quarantaine. Roberts et al. (2006) n'arrivent, cependant, pas à expliquer les raisons de ces différences prononcées en lien avec l'âge.

En résumé, des études empiriques ont révélé des niveaux de satisfaction corporelle et d'estime de soi liés à l'image corporelle plus élevés chez les femmes noires par rapport aux femmes blanches, ce qui semble être lié à des conceptions plus souples de la beauté et au rejet des idéaux blancs. Selon ces études, elles ont tendance à avoir plus de flexibilité dans leurs conceptions de la beauté et à rejeter les standards de beauté occidentaux (Calogero, Boroughs, et Thompson 2007, 24 ; De Casanova 2004, 290 ; Jefferson et Stake 2009 ; Parker et al. 1995 ; Poran 2002). Elles utilisent plus de stratégies d'autoprotection en ce qui a trait à la représentation de la beauté. Cela a pour conséquence de maintenir une vision d'elles-mêmes qui est positive. Elles ont donc moins de culpabilité à propos de leur taille corporelle, même si, pour certaines, le poids est plus élevé que chez d'autres groupes par exemple (Chin Evans et McConnell 2003). Les principales stratégies d'autoprotection consistent à rejeter les standards de beauté occidentaux, à avoir un soutien de la famille et de la communauté, ainsi qu'à conserver de bonnes relations avec les autres femmes (De Casanova 2004).

#### *L'impact des standards de beauté chez les femmes noires dans les études nord-américaines*

D'autres travaux indiquent que la relation entre le fait d'être Noir et la satisfaction corporelle est un peu plus complexe qu'on le suggérait précédemment. D'autres études au sujet de la beauté et de l'image corporelle de soi montrent que les perceptions des femmes noires au sujet des standards de beauté sont en train de changer (Appelford 2016; Awad et al. 2015; Roberts et al.

2006 ; Robinson-Moore 2008). Il apparaît que l'idéal mince devient plus largement diffusé et internalisé, donc davantage de femmes racisées désirent perdre du poids (Appleford 2016, 1 ; Roberts et al. 2006). L'expression de la satisfaction de l'image corporelle se manifeste donc différemment chez les femmes noires. Contrairement aux études citées précédemment, on constate que les femmes noires ne sont pas complètement imperméables à la culture dominante et sont influencées par les standards occidentaux de beauté. En outre, le fait d'être, au quotidien, dans un environnement majoritairement blanc influence le fait d'être insatisfaite de son corps (Awad et al. 2015).

Des indications montrent que les femmes noires sont de moins en moins satisfaites de leur corps. Ces dernières années, les demandes de chirurgie comme des liposuccions et des rhinoplasties ont augmenté et de nombreuses femmes noires ont été diagnostiquées avec des troubles alimentaires. Bien que ces changements de perception ne s'expliquent pas uniquement par un désir croissant d'idéal de minceur, il semblerait que le culte de la minceur se répande comme une traînée de poudre. L'assimilation culturelle pourrait être un facteur d'influence pour l'acceptation des standards de beauté occidentaux. Il semblerait que les idéaux corporels de plusieurs femmes noires s'orientent davantage vers l'esthétique occidentale (minceur, peau plus pâle, traits fins, etc.), alors que l'on observe, simultanément, plusieurs femmes blanches tentant d'obtenir des formes plus voluptueuses, alimentée par des images médiatiques de célébrités, telles que Kim Kardashian, avec un nombre croissant de chirurgies esthétiques pour avoir des fesses plus volumineuses (Appleford 2016, 1). Dans son étude sur le changement de perception de la beauté chez les femmes noires, Appleford (2016) montre que les jeunes femmes noires de son échantillon préféraient des silhouettes en forme de sablier, une taille très fine, de larges hanches et un gros derrière. Cette apparence est décrite comme « slim thick », car il combine un idéal à la fois de minceur et de courbes. Bien que les participantes de l'étude aient estimé cette apparence plutôt irréaliste, car elle serait très difficile à atteindre et elle est considérée en grande partie comme le produit de la retouche photo et de la chirurgie esthétique, cela n'a pas empêché ces jeunes femmes de poursuivre cet idéal par l'alimentation, l'exercice et la mode.

En outre, il a été suggéré que les différences de satisfaction corporelle entre femmes noires et blanches diminuent à mesure que les standards de beauté occidentaux sont diffusés et

intériorisés par les femmes noires. Il est aussi possible que les préférences esthétiques des Blancs soient influencées par les cultures minoritaires puisque celles-ci sont un peu plus présentes dans les médias et que ces images fassent partie des standards de beauté occidentaux. Cette interprétation qui est, disons, plus optimiste, suggère que les standards de beauté convergent, non pas parce que l'image corporelle des femmes noires se détériore, mais parce que les femmes blanches sont de plus en plus satisfaites de leur apparence et incorporent des traits physiques appartenant davantage à des femmes non blanches (Roberts et al. 2006, 1124). On pourrait répondre, cependant, que les femmes blanches cherchent possiblement à ressembler à des modèles plus « exotiques » pour correspondre aux standards recherchés par les hommes qui peuvent trouver cette apparence attirante.

Robinson-Moore (2008) a analysé les standards de beauté occidentaux sous l'angle de la domination et de l'identité culturelle et a exploré l'impact des paradigmes de beauté eurocentriques sur l'identité des femmes noires. Elle a constaté que les concepts de beauté occidentaux sont intériorisés par les Noirs en général et les femmes noires en particulier. Les femmes à la peau plus claire et aux cheveux plus longs ont signalé une plus grande acceptation sociale et d'autres formes de validation, ce qui entraînait des niveaux de confiance et d'estime de soi, ainsi que des succès individuels plus élevés. Au contraire, les participantes de l'étude ayant la peau plus foncée et les cheveux plus courts ont signalé ressentir un certain sentiment d'isolement et avoir une moindre estime d'elle-même qui, pour certaines, résultait en une limitation des opportunités sociales et d'emploi. Les résultats ont montré que les standards de beauté occidentaux sont internalisés, surtout concernant la couleur de peau et la texture/longueur des cheveux, ce qui entraîne un biais de peau claire et de cheveux longs chez plusieurs individus<sup>3</sup>.

Les participantes de l'étude de Robinson-Moore (2008) ont souligné la nécessité de renforcer leurs identités culturelles en utilisant des conceptions de beauté qui leur correspondaient davantage et d'utiliser des normes de beauté de leur propre groupe d'appartenance. Elles ont

---

<sup>3</sup> Cette préférence pour la peau plus claire pourrait être considérée comme une forme de colorisme, c'est-à-dire une hiérarchisation de couleur de peau allant des peaux plus sombres aux peaux plus claires. On peut décrire le colorisme comme une discrimination interne à un groupe basée sur la couleur des individus. Les individus peuvent recevoir des traitements plus ou moins favorables s'ils sont plus foncés ou plus pâles. Les femmes, notamment les femmes noires, sont les pires victimes du colorisme (Conte 2021; Chaney, Cassandra D. et Perkins, Rhea M. 2018).

aussi souligné le besoin de partager des messages positifs d'acceptation corporelle, indépendamment de la couleur de la peau, des cheveux ou des paradigmes de beauté, pour contrer les messages négatifs dominants. Ce principe rappelle le mouvement historique « Black is Beautiful »<sup>4</sup> qui a encouragé les femmes à se considérer comme belles, puissantes et à adopter des coiffures naturelles.

Le sujet de la beauté et de l'image corporelle, comme nous l'avons vu, est loin d'être simple. D'une part, certaines recherches ont tendance à décrire les femmes noires comme étant plus susceptibles d'utiliser les normes de beauté de leur propre groupe d'appartenance et à rejeter les standards de beauté occidentaux. D'autre part, d'autres études démontrent que les femmes noires ne sont pas imperméables à ces standards dominants et en sont grandement affectées dans leur quotidien. Pour réfléchir davantage à la question de la beauté chez des femmes non blanches, il est pertinent de s'attarder à d'autres groupes de femmes et d'étudier comment ils réagissent différemment aux standards de beauté dominants.

#### L'expérience de la beauté chez les femmes asiatiques

La plupart des études de la beauté chez les femmes asiatiques suggèrent qu'elles ne sont pas aussi susceptibles de se protéger à l'aide de stratégies d'autoprotection et qu'elles auraient une plus grande inclinaison à se conformer aux normes culturelles. En raison de l'internalisation des standards de beauté occidentaux, elles pourraient souffrir d'une plus faible estime de soi. Certains travaux indiquent que les femmes asiatiques ressemblent davantage aux femmes blanches dans leur désir de correspondre aux idéaux de beauté dominants (Chin Evans et McConnell 2003 ; Hall 1995). Il est cependant important de mentionner qu'il faut interpréter avec prudence ces résultats pour ne pas généraliser à toutes les femmes asiatiques puisque l'Asie n'est

---

<sup>4</sup> Le mouvement « black is beautiful » a émergé aux États-Unis au début des années 1960 et avait pour objectif de changer les attitudes dominantes envers la beauté noire. Ce mouvement voulait inculquer un nouveau sentiment de fierté d'être Noir et a tenté d'élargir la définition de beauté en incluant les femmes afro-américaines en célébrant leur beauté naturelle, en particulier leurs cheveux crépus, leur peau plus foncée et la diversité de leur corps. Les femmes afro-américaines étaient représentées, auparavant, en dehors de la définition de beauté puisque les standards de beauté occidentaux étaient eurocentriques et excluaient la peau foncée, ainsi que les cheveux courts et bouclés (Bédinadé 2020; Baird 2021; Conte 2021).

ni homogène géographiquement, ni culturellement et qu'elle est une entité multiculturelle, dynamique et diverse (Jung 2018 ; Yip, Ainsworth, et Hugh 2019, 81).

L'étude de Jung (2018) a examiné les standards de beauté féminine tels qu'ils sont perçus par les jeunes femmes en Chine. Ces Chinoises semblaient adhérer à plusieurs standards de beauté occidentale qui sont omniprésents dans les images médiatiques. Depuis la réforme économique chinoise, dans les années 1980, la société chinoise a connu d'énormes transformations économiques, sociales et culturelles et de nombreux Chinois ont adopté des modes de vie occidentaux, ainsi que le consumérisme en raison d'une plus grande exposition aux médias (films, aux séries télévisées, aux vidéoclips et à la publicité) de pays étrangers, y compris d'autres pays asiatiques (Jung 2018, 57). Comme la Chine a subi des transformations majeures, les standards de beauté ont changé. Les résultats suggèrent que les standards de beauté contemporains sont différents des normes traditionnelles. Ces nouveaux standards, influencés par l'Occident, reconnaissent certains traits comme un corps mince et un visage menu comme étant synonymes de beauté, alors qu'être grosse et avoir un visage rond étaient des caractéristiques de la beauté féminine traditionnelle. Par le passé, la beauté physique était une caractéristique importante des identités féminines chinoises et les standards de beauté mettaient davantage l'accent sur les traits du visage que sur les formes du corps. Cependant, la société chinoise contemporaine attend des femmes qu'elles possèdent une beauté physique selon les standards occidentaux, ainsi que des vertus traditionnelles chinoises (par exemple, la soumission et l'éducation) (Jung 2018, 59). Il apparaît une hausse importante des troubles alimentaires en Chine, alors qu'avant les années 1990, le Japon, premier pays asiatique à subir une transformation économique moderne, était le seul pays asiatique à déclarer la présence de troubles alimentaires. Par la suite, d'autres pays d'Asie ont commencé à signaler des troubles alimentaires, dont Hong Kong et la Chine continentale, la Corée du Sud et Singapour (Jung 2018, 60).

En Chine, comme partout, les médias jouent un rôle important pour façonner des standards de beauté culturels contemporains. Certaines femmes de l'étude de Jung (2018) ont indiqué que faire des comparaisons avec des images médiatiques idéalisées leur ferait développer de l'insatisfaction corporelle. Les standards de beauté influencés par l'Occident semblent donc prévaloir en Chine contemporaine et il est difficile d'en éviter l'internalisation, d'autant plus que

les magazines venant de l'international sont davantage commercialisés par rapport aux magazines chinois et que les mannequins blancs sont plus visibles dans ceux-ci. Néanmoins, Jung (2018, 70) rapporte que des Chinoises préfèrent ne pas se comparer aux images vues dans les médias et qu'il s'agirait possiblement d'une stratégie d'autoprotection pour garder une satisfaction corporelle.

Évidemment, parler du phénomène de la beauté en Asie est très complexe, car on peut difficilement parler de ce sujet sans invoquer les divers contextes culturels et géographiques qui peuvent varier grandement entre les régions. Cela dit, la peau blanche est considérée, dans plusieurs contextes asiatiques, comme un trait dominant de la beauté (Shroff, Diedrichs, et Craddock 2018 ; Yip, Ainsworth, et Hugh 2019). Les produits de blanchiment de la peau, qui sont supposés dépigmenter la peau, sont consommés comme un produit cosmétique et sont considérés comme améliorant la beauté. Bien qu'utilisés un peu partout dans le monde, ces produits de blanchiment de la peau sont particulièrement employés dans les pays asiatiques, dont l'Inde, le Japon, Corée, Chine et Thaïlande, puisque la pâleur de la peau était, pendant des siècles, considérée comme un marqueur de classe, de richesse et de statut. Dans les marchés asiatiques, le blanchiment de la peau est devenu « normal » et de nombreux produits allant des nettoyants pour le visage, aux lotions, aux déodorants ont fait leur apparition. De nos jours, l'industrie de la publicité propage ses messages en prétendant ouvertement que les produits rendront la peau des consommateurs plus belle et uniforme et donneront plus de succès aux personnes qui les utilisent. Les compagnies n'hésitent pas à engager des mannequins et acteurs connus en affirmant que leur produit pourra amener de l'attractivité, de la jeunesse et de la confiance (Shroff, Diedrichs, et Craddock 2018 ; Yip, Ainsworth, et Hugh 2019).

Cependant, il a été démontré que ces produits ont non seulement des effets délétères sur la santé, mais également que la publicité renforce les inégalités sociales et forge un écart entre les personnes de couleurs de peau différentes. Une « bonne peau » doit apparaître lisse, jeune, sans pores, sans rides et blanche, tandis que les gens n'ayant pas ces traits et ayant la peau plus foncée ne sont pas considérés comme possédant une « bonne peau ». Par ailleurs, une personne à la peau plus foncée peut être perçue plus négativement en termes de personnalité en raison d'un biais de la pensée « what is beautiful is good » (Dion, Berscheid, et Walster 1972 ; Shroff,

Diedrichs, et Craddock 2018). Ainsi, les individus ressentent une grande pression provenant des médias et de leur famille pour se dépigmenter la peau.

Les standards de beauté occidentaux ont donc influencé les standards de beauté asiatiques, ce qui a créé une apparence plutôt homogène. Des autrices et auteurs affirment que cette influence est plutôt nuancée puisqu'un idéal de beauté « panasiatique » est de plus en plus utilisé pour représenter la beauté asiatique. Cet idéal intègre à la fois des caractéristiques asiatiques et occidentales. Les standards de beauté panasiatiques ne rejettent donc pas les standards occidentaux, mais ils sont plutôt interprétés et intégrés dans une nouvelle esthétique. Cette nouvelle esthétique valorise les individus qui présentent des traits européens mélangés à une apparence « typiquement asiatique ». Le panasiatisme n'est pas une simple imitation des standards occidentaux, car les personnes sont considérées comme ayant une apparence plus asiatique qu'occidentale. Par ailleurs, la poursuite de cet idéal de beauté panasiatique a stimulé la croissance de l'industrie de la chirurgie esthétique spécialisée dans la modification des traits du visage « typiquement asiatiques » avec un certain mélange de traits occidentaux (en particulier des chirurgies du nez et des yeux). La peau pâle est aussi un trait de ce standard panasiatique. On voit donc apparaître une homogénéisation des traits du visage (moins au niveau du corps) au sein des différentes régions (Yip, Ainsworth, et Hugh 2019).

Dans ce nouveau standard de beauté, la peau blanche asiatique est considérée comme bien supérieure à celle des Européens et l'apparence panasiatique est l'idéal de beauté qui est davantage recherché. Dès lors, il ne s'agit pas tant d'une imitation de la blancheur associée à la peau européenne, mais plutôt d'un idéal panasiatique qui peut être atteint grâce aux produits de blanchiment de la peau. Néanmoins, comme on l'a vu plus tôt, ces produits normalisent et privilégient certaines personnes. Entre autres, les Asiatiques du Nord-Est ont généralement la peau plus claire que, par exemple, ceux de l'Asie du Sud-Est (Yip, Ainsworth, et Hugh 2019). La sociologue américaine Maxine Craig (2006) soutient que la beauté est intrinsèquement organisée autour de hiérarchies qui catégorisent les groupes d'individus comme plus ou moins « beaux » selon leur conformité à la norme (blanche). (McHugh et Kowalski 2011) Les discours sur la race et la beauté sont souvent entremêlés et les idéologies racistes mettent de l'avant la beauté d'un groupe dominant par rapport à la prétendue laideur d'un groupe subordonné. Ainsi, les standards



de beauté peuvent être vus comme une expression des relations de pouvoir dans un contexte culturel donné (Yip, Ainsworth, et Hugh 2019).

#### L'expérience de la beauté chez les femmes hispaniques

En étudiant les thèmes de la beauté et du corps parmi un échantillon d'adolescentes équatoriennes, la professeure de sociologie Erynn Masi De Casanova (2004) a laissé de côté les dichotomies Noirs-Blancs basées sur les études sur la beauté aux États-Unis et a trouvé des conceptions plus nuancées chez les jeunes femmes de sa recherche. Bien que certaines recherches indiquent que les femmes hispaniques semblent accepter les normes de beauté dominantes, en particulier les idéaux de minceur, et sont négativement affectées par les images de femmes correspondant aux standards de beauté (Chin Evans et McConnell 2003 ; Poran 2002), De Casanova (2004) amène une piste différente dans laquelle ces femmes adhèrent aux standards de beauté occidentaux, mais de façon flexible.

Ses résultats démontrent que ces jeunes femmes épousent ouvertement des standards de beauté assez similaires (et parfois même identiques) à l'idéal de beauté occidental, mais elles ont tendance à porter des jugements moins rigides sur la beauté dans leur vie quotidienne et à avoir des interactions généralement positives avec leurs pairs. Bien que l'idéal de beauté féminin présenté dans les médias équatoriens soit blanc, mince (mais pas aussi mince que l'idéal américain) et très bien habillé (De Casanova 2004, 292), les standards de beauté sont plus souples lorsqu'ils sont appliqués à des femmes de la vie réelle plutôt qu'à celles des médias. Dans ce cas, le style et la personnalité peuvent compter autant que l'apparence. Un dicton populaire en Équateur est « No hay mujer fea, sino mal arreglada » (« Il n'y a pas de femmes laides, seulement des femmes mal soignées ») (De Casanova 2004, 299). Plutôt que la recherche de la perfection du corps, la beauté est atteinte grâce à l'effort, au style et à une apparence féminine bien soignée. La majorité des participantes ont convenu qu'être bien soignée est important pour elles et pour les femmes et les filles en général.

Les pairs, ainsi que les membres de la famille encouragent ces jeunes femmes à faire attention à leur apparence. La beauté semble être un concept flexible surtout lorsqu'il est appliqué à des personnes qui sont côtoyées au quotidien. Les personnes sont jugées sur leurs qualités internes

et externes, donc des personnes moins jolies physiquement peuvent être considérées belles, car elles ont de belles qualités intérieures. Les participantes ont utilisé des qualités intérieures pour décrire la beauté. Entre autres, le fait d'être « terre-à-terre », « honnête », « respectueuse », « gentille », « amicale » et « articulée » sont toutes des caractéristiques d'une belle personne selon elles (De Casanova 2004, 300).

Tout en adhérant explicitement à un idéal de beauté occidental qui est difficile à atteindre, ces participantes reconnaissent que les normes de leur propre groupe sont plus accessibles et applicables à leur physique dans leur contexte social et culturel. Ces adolescentes équatoriennes ont tendance à ne pas se juger en fonction des normes de beauté établies par les images médiatiques de femmes et de filles correspondant aux standards. Plutôt, elles essaient d'être toujours bien soignées et bien élevées.

### **En résumé**

L'expérience de la beauté, plus précisément de l'image corporelle, est véritablement complexe, d'autant plus chez les femmes racisées. Il est impossible de tirer une conclusion générale pouvant s'appliquer à toutes ces femmes puisque, bien qu'elles soient toutes témoins ou victimes des standards de beauté occidentaux, qu'elles subissent toutes de l'objectification et de l'hypersexualisation, elles ne vivent pas la beauté de la même façon. Les normes de beauté de leur propre groupe d'appartenance ou le rejet des standards de beauté occidentaux sont des manières de faire l'expérience de sa beauté. D'autres sont grandement affectées par ces dictats de la beauté et d'autres encore en sont passablement marquées. Une chose est claire, peu importe comment elle est vécue, l'expérience de la beauté a un impact important dans le quotidien de toutes les femmes, qu'elles soient blanches ou non blanches.

## **Chapitre 3 — Revue de littérature : la beauté et l’image corporelle chez les femmes autochtones**

Comme énoncé plus tôt, la littérature examinant les sujets de la beauté et de la féminité, notamment de l’image corporelle, chez des populations non blanches est limitée. Les peuples autochtones ont été grandement négligés dans la documentation à ces propos (McHugh et Kowalski 2011 ; Alani-Verjee et al. 2017). Cela dit, bien que la majorité des études sur les expériences corporelles aient principalement impliqué des femmes non autochtones, des chercheuses et chercheurs ont tenté de décrire les expériences corporelles des femmes autochtones. Une grande partie des études, néanmoins, se concentre actuellement sur « l’épidémie d’obésité » chez les peuples autochtones, donc le critère premier, dans les recherches portant sur l’expérience corporelle chez les Autochtones, est généralement le poids. La plupart du temps, la littérature n’a pas reconnu les divers facteurs (par exemple, la couleur/texture des cheveux, la couleur de la peau, le sentiment d’appartenance à sa nation, l’influence des stéréotypes, *etc.*) qui pourraient contribuer aux expériences corporelles des femmes (Fleming et al. 2006). En conséquence, la manière dont les peuples autochtones, particulièrement les femmes, se sentent à l’égard de leur corps n’est généralement pas explorée (McHugh et Kowalski 2011) et on en sait très peu sur la façon complexe dont les autochtones pensent leur propre poids par rapport à leurs pairs ou aux standards de beauté occidentaux (Mellor et al. 2004). Les voix des femmes autochtones sont souvent oubliées dans la littérature en général et les recherches sur la beauté et l’image corporelle n’y font pas exception (McHugh, Coppola, et Sabiston 2014).

Ce chapitre vise donc à faire un tour d’horizon de la littérature qui s’est penchée sur la beauté et l’image corporelle chez les femmes autochtones en général. Avant de commencer, il est important de noter qu’il existe une grande diversité parmi les communautés autochtones du Québec, du Canada et du monde entier. Les cultures, les modes de vie, les façons de concevoir le monde peuvent diverger d’un groupe à l’autre. Ainsi, les manières de penser sa beauté peuvent différer, car il n’existe pas « une » culture autochtone, mais bien « des » cultures autochtones et

il ne s'agit pas de groupes homogènes. Certaines communautés vivent dans des régions éloignées, tandis que d'autres sont situées dans les grandes villes. Il y a des communautés dans des régions rurales ou en périphérie des villes. Certaines ont un mode de vie, disons, plus « traditionnel » et d'autres ont un mode de vie plus occidental. Néanmoins, cette représentation des communautés autochtones, qui vise à expliquer la diversité des groupes autochtones, est assez simpliste, car elle ne décrit pas la complexité ni la multidimensionnalité des communautés, ainsi que des personnes (Mellor et al. 2004).

## **L'insatisfaction corporelle**

Peu de recherches se sont concentrées sur l'image corporelle des femmes autochtones et parmi elles, les études ont généralement utilisé des méthodes quantitatives et ont suggéré qu'il y avait une forte prévalence d'insatisfaction corporelle chez les jeunes femmes autochtones (Gittelsohn et al. 1996; Story et al. 1994; Coppola et al. 2017 ; McCabe et al. 2005 ; Lynch et al. 2007 ; McHugh et Kowalski 2011; Neumark-Sztainer et al. 1997; Neumark-sztainer et al. 1997; Newman, Sontag, et Salvato 2006 ; Rinderknecht et Smith 2002 ; Willows et al. 2013). Ces recherches montrent que les standards de beauté occidentaux, en particulier l'idéal de minceur, ont des impacts néfastes sur l'image corporelle des femmes autochtones. Entre autres, l'idéalisation de la minceur pourrait jouer un rôle important dans le développement de troubles de l'alimentation. Alani-Verjee et al. (2017, 78) mettent de l'avant que, bien que ces troubles soient plus répandus dans les cultures où la nourriture est abondante, avec l'homogénéisation de la culture occidentale, le corps mince idéal a été intériorisé par les individus sur une échelle mondiale.

Parmi les études qui ont exploré les expériences émotionnelles liées au corps des Autochtones, la plupart de ces recherches ont indiqué que les Autochtones, les jeunes particulièrement, sont insatisfaits de leur corps. Gittelsohn et al. (1996, 2996-2998), dans une étude examinant la perception de l'image corporelle chez 700 participants d'une communauté ojibway-crie du Nord de l'Ontario, ont trouvé que 61,3 % des personnes désiraient être plus minces et seulement 16 % des individus étaient satisfaits de leur poids. Une étude de Willows et al. (2013, 4) a montré qu'un tiers des jeunes Autochtones des communautés crie du Québec n'aimaient pas leur apparence physique et près de la moitié (46,3 %) avaient une faible image de soi. La recherche a également

exploré les expériences corporelles des jeunes autochtones en Australie (Cinelli et O’Dea 2009) et aux États-Unis (Rinderknecht et Smith 2002), avec des niveaux d’insatisfaction corporelle importants signalés. De plus, des recherches ont montré que les personnes qui font de l’embonpoint sont plus susceptibles d’avoir des préoccupations concernant leur poids que celles qui n’en font pas (Story et al. 1994; Rosen et al. 1988). Ces résultats sont cohérents avec Neumark-Sztainer et al. (1997) qui ont constaté que les jeunes femmes autochtones des États-Unis en léger surpoids ont un moins bon bien-être émotionnel que les jeunes femmes autochtones sans surpoids. Une autre étude (Rinderknecht et Smith 2002) a révélé que les adolescents en surpoids vivaient de l’insatisfaction corporelle et que les jeunes filles en surpoids étaient celles qui exprimaient le plus d’insatisfaction liée à leur poids.

### **Des comportements malsains associés à l’insatisfaction corporelle**

La littérature a souligné que l’insatisfaction corporelle liée au poids et la crainte d’être en surpoids peuvent mener à des pratiques malsaines de contrôle du poids. Par ailleurs, des recherches ont montré que les femmes racisées, notamment les Noires, les Hispaniques et les Autochtones, en particulier celles des niveaux socio-économiques inférieurs, seraient moins susceptibles que les femmes blanches de développer des troubles de l’alimentation. Les raisons avancées pour cette hypothèse s’expliquent par une acceptation culturelle de la part de ces groupes d’un poids plus élevé et une tendance à ne pas se rapporter à l’image mince et féminine qui est dépeinte par les médias occidentaux (Rosen et al. 1988). Comme il en a été question dans le chapitre précédent, il pourrait exister des attitudes culturelles différentes envers le poids et envers les standards de beauté (stratégie d’autoprotection) qui permettraient à certaines personnes non blanches d’accepter ou tolérer une taille corporelle plus grosse (Crocker et Major 1989).

Story et al. (1994), à l’aide d’un échantillon de 13 000 jeunes Autochtones des États-Unis, ont montré que les jeunes femmes autochtones étaient sujettes à des troubles alimentaires autant que leurs pairs allochtones. Près de la moitié des filles de leur étude étaient insatisfaites de leur poids et s’en inquiétaient beaucoup. Marchessault (2004) a aussi indiqué qu’une plus grande proportion des femmes et filles autochtones de son échantillon, par rapport à des femmes et filles allochtones, désiraient une perte de poids. Les résultats de cette étude démontrent que certaines

filles et femmes autochtones se soucient beaucoup de leur poids et auraient utilisé des méthodes potentiellement nocives pour la santé pour gérer leur poids. Une telle découverte est similaire aux travaux de Rosen et al. (1988, 809) qui ont décrit les comportements malsains pratiqués par les sujets américains de leur étude reliés à l'insatisfaction corporelle. Ces comportements pour perdre du poids pouvaient être, entre autres : compter les calories, limiter la consommation de liquides, prendre des saunas ou des bains de vapeur, jeûner, vomir, utiliser des pilules amaigrissantes, des diurétiques ou des laxatifs.

Ces données tendent donc à réfuter la notion selon laquelle les Autochtones, du moins les femmes autochtones, ne se soucient pas de leur poids. Les recherches citées plus haut démontrent que les standards de beauté occidentaux ont un impact néfaste chez les femmes autochtones. À la lumière de l'état de santé actuel des peuples autochtones vivant au Canada, des chercheuses et chercheurs ont souligné le caractère préoccupant des troubles alimentaires qui sont nuisibles à la santé des femmes particulièrement (McHugh et Kowalski 2011, 221 ; Lynch et al. 2007 ; Marchessault 2004 ; Story et al. 1994; Rosen et al. 1988).

Les raisons sous-jacentes à ces troubles alimentaires demeurent, à ce jour, des spéculations. Cependant, l'acculturation à la culture occidentale couplée à des différences culturelles concernant les habitudes alimentaires ont été pointées du doigt.

[...] cultural pressures to eat at family and tribal gatherings, coupled with high-fat diets, due in part to government commodities supplanting traditional foods and a sedentary life-style, may contribute to the high levels of obesity and diabetes in many contemporary Native communities. Perhaps such cultural pressures and dietary conditions combined with media images of thinness coming from the majority White culture, increase weight and shape concerns among Native adolescents. (Lynch et al. 2007, 80)

Des résultats d'études (Neumark-Sztainer et al. 1997; Neumark-sztainer et al. 1997; Willows et al. 2013; McCabe et al. 2005 ; Rosen et al. 1988) démontrent que les jeunes autochtones des États-Unis, du Canada et d'Australie en surpoids sont grandement préoccupés par leur poids. Bien qu'un pourcentage élevé de jeunes sans surpoids ait exprimé des préoccupations liées à leur corps ou à leur poids et ait déclaré avoir des troubles alimentaires, les taux de prévalence de ces préoccupations étaient significativement plus élevés chez les jeunes en surpoids. Neumark-sztainer et al. (1997) ont mis en évidence que les différences au niveau des préoccupations

psychosociales étaient minimales. Autrement dit, les jeunes autochtones américains en surpoids étaient préoccupés par leur poids, mais ne semblaient pas avoir de problèmes psychosociaux majeurs associés à ce surpoids. Au contraire, Willows et al. (2013) ont découvert des corrélats entre l'obésité et des troubles psychosociaux chez des enfants de communautés criées du Québec, en particulier les filles, puisqu'une insatisfaction liée à la taille corporelle peut avoir des impacts néfastes sur le bien-être global d'une personne. Les résultats suggèrent que ces enfants criés ont intériorisé les standards de beauté selon lesquels la minceur est préférable. Même dans les régions éloignées, les enfants avaient ces perceptions par le biais des médias de masse tels que la télévision et Internet qui influençaient leurs croyances et leurs attitudes sur ce qu'est un poids idéal et santé. Les jeunes filles criées étaient plus insatisfaites de leur apparence physique et avaient une image de soi plus faible que les garçons malgré un poids similaire. Cette découverte suggère que les filles avaient une plus grande intériorisation des messages sociétaux concernant un poids souhaitable ou étaient soumises à un plus grand degré de critiques à propos de leur poids (Willows et al. 2013). Les résultats de cette recherche sont cohérents avec McCabe et al. (2005) qui ont trouvé que les adolescentes autochtones d'Australie, influencées par les médias, étaient plus promptes à utiliser des stratégies pour perdre du poids, tandis que les garçons voulaient, en général, plus de muscles.

Il faut toutefois noter que cette intériorisation d'une préférence de la minceur est plutôt récente. Dans un texte s'adressant aux professionnels de la santé travaillant avec les Cris du Nord québécois, Atkinson et al. (1990) ont proposé que, bien que le personnel infirmier de la Baie James considère l'obésité comme un problème médical sérieux, les Cris, quant à eux, s'en soucient fort peu et la minceur n'est pas considérée comme un signe de bonne santé. De même, Roy (1999), à propos du diabète chez les populations autochtones de Betsiamites, Natashquan et La Romaine, mentionne que ceux-ci perçoivent la minceur comme moins attirante chez quelqu'un et comme un signe de maladie. L'auteur avance que notamment que les femmes ayant perdu du poids reçoivent rarement des commentaires positifs et d'encouragements de leur entourage puisqu'elles étaient considérées comme étant moins belles et en mauvaise santé. Atkinson et al. (1990, 55) expliquent la préférence des Cris pour l'embonpoint comme suit : « Si les membres de la famille d'un chasseur sont gras, on considère généralement que cet homme chasse bien et sait

subvenir aux besoins des siens. Nombreux sont les vieux Cris qui ont vécu des famines et n'ont pas oublié ces temps où la nourriture était rare. Refuser de manger quand la nourriture est disponible leur semble absurde. Ils ne comprennent pas que leurs enfants puissent souhaiter être minces ». Il semble donc que cette préférence pour la minceur soit récente dans la vie quotidienne de ces populations.

### **L'impact des standards de beauté occidentaux et des médias dans la fabrication de l'image corporelle de soi des femmes autochtones**

L'image corporelle se construit dans un contexte psychologique, social et culturel et les messages sur les idéaux corporels et l'apparence réelle sont transmis à tous les âges de la vie et proviennent de sources directes et indirectes. La famille, plus tard le réseau social et les médias fournissent une rétroaction sur les valeurs d'apparence (Mellor et al. 2004). Les taquineries et les critiques familiales sur l'apparence sont directement liées au développement de l'estime de soi et spécifiquement à l'image corporelle. Également, la stigmatisation associée au fait d'être autochtones et la stigmatisation sociale associée au poids et à l'obésité s'additionnent au risque d'avoir une insatisfaction corporelle (Lynch et al. 2007).

L'exposition aux standards de beauté, par l'intermédiaire des médias notamment, présente des idéaux de beauté difficiles à atteindre pour la plupart des femmes autochtones. Dans les médias grand public, l'image des Autochtones tend à être très limitée, stéréotypée et loin de la réalité. La beauté des Autochtones, dans les médias, a tendance à être montrée sous forme de jeunes femmes sexy, exotiques et aux proportions étranges (comme représenté par le personnage de dessin animé de Walt Disney « Pocahontas » dont il sera question dans une prochaine section) (Robinson 2019) ou de jeunes hommes minces, légèrement vêtus et musclés. La culture populaire idéalise et dévalorise à la fois les Autochtones, mais montre peu de preuves de connaissances réelles à leur sujet (Newman, Sontag, et Salvato 2006). Avec des images comme celles-ci qui correspondent très peu à la réalité des Autochtones, il est légitime de se demander quel est l'impact dans la vie des femmes autochtones.

Étant donné le peu de représentation autochtone dans les médias, les Autochtones sont susceptibles de s'appuyer sur des normes culturelles plutôt génériques et dominantes de beauté.



Plusieurs femmes subissent la pression des standards de beauté occidentaux, mais si on y additionne les stéréotypes présents dans la culture populaire, on obtient un idéal impossible à atteindre. Ainsi, les standards de beauté dominants, les stéréotypes, ainsi que la comparaison sociale peuvent mener à de l'insatisfaction corporelle. Le poids corporel peut être, en moyenne, considérablement plus élevé chez les Autochtones que chez les allochtones. En conséquence, les efforts pour l'atteinte de l'idéal de beauté peuvent s'avérer très ardues (Newman, Sontag, et Salvato 2006). Certaines autrices et auteurs (Mellor et al. 2004, 290) ont également avancé que puisque que les femmes non blanches peuvent être acculturées à la société occidentale, elles deviennent plus sensibles à l'influence socioculturelle des médias et de leurs pairs qui peuvent faire la promotion (consciente ou inconsciente) de l'image de la « femme mince idéale ». L'exposition à ces influences est associée à des préoccupations accrues concernant l'image corporelle et une augmentation des troubles alimentaires. Un certain nombre d'études, notamment celle de Lynch et al. (2007), a suggéré que les individus qui s'identifient davantage aux standards de beauté de la culture blanche peuvent être plus à risque d'être insatisfaits de leur corps et d'avoir des troubles alimentaires, tandis que les individus qui maintiennent davantage des valeurs culturelles plus traditionnelles sont généralement plus satisfaits et risquent moins de souffrir de tels problèmes.

Malgré des images corporelles de soi généralement positives, des participantes de l'étude de Coppola et al. (2017) portant sur l'expérience de fierté corporelle de jeunes autochtones d'Edmonton en Alberta, ont décrit comment les standards occidentalisés de la beauté et les expériences de discrimination raciale avaient un impact négatif sur leur satisfaction corporelle. Ces résultats sont cohérents avec McHugh, Coppola et Sabiston (2014, 324) qui ont constaté que les expériences de fierté corporelle des femmes autochtones d'Alberta sont influencées par des images médiatiques irréalistes, ainsi que par des stéréotypes (par exemple, « bannock bum<sup>5</sup> »). En revanche, Coppola et al. (2017) ont trouvé que la fierté corporelle des participantes était influencée par les stéréotypes raciaux généraux concernant les Autochtones et pas seulement des stéréotypes relatifs au corps.

---

<sup>5</sup> « A Canadian girl, normally of Aboriginal or First Nations descent, who posses a flat, unappealing buttox» (« Urban Dictionary: Bannock Bum » s. d.)

## « L'épidémie d'obésité »

On a fait valoir, dans de très nombreuses études (Batal 2022 ; Batal et Decelles 2019 ; Batal, Chan, Fediuk, Berti, Sadik, et al. 2021 ; Batal, Chan, Fediuk, Berti, Mercille, et al. 2021 ; Wahi et al. 2020 ; Willows et al. 2013), que plusieurs peuples autochtones n'ont pas une alimentation saine, comme le suggèrent les taux élevés de diabète de type 2 et d'obésité. La prévalence de l'embonpoint/d'obésité chez les membres des Premières Nations a d'ailleurs atteint des proportions épidémiques (Batal, Chan, Fediuk, Berti, Sadik, et al. 2021). Les peuples autochtones du Canada portent un fardeau disproportionné d'obésité et de maladies liées à l'obésité par rapport aux Canadiens allochtones, ce qui pourrait être lié à des traumatismes intergénérationnels. Les peuples autochtones du Canada comprennent 3 groupes distincts : les Premières Nations, les Métis et les Inuits et parmi eux, des individus ont enduré des traumatismes historiques liés à la colonisation<sup>6</sup> perpétrée par des institutions sociales, politiques et religieuses. De nombreux Autochtones ont été retirés de leur foyer et isolés dans des pensionnats. Ces traumatismes ont entraîné la perte des modes de vie traditionnels, de la langue et de la culture, ce qui a mené à d'importantes inégalités en matière de santé et d'alimentation. Les traumatismes provenant du système des pensionnats et des efforts d'assimilation contribuent donc à de moins bons résultats en matière de santé chez les peuples des Premières Nations. En conséquence, collectivement, les peuples autochtones sont parmi les plus défavorisés sur le plan socio-économique au Canada (Batal et Decelles 2019). Comme le souligne Batal (2022, 133), le Canada est un pays prospère capable d'offrir de bons services de sécurité publics, y compris des pensions alimentaires pour les enfants et des soins médicaux publics. Cependant, les peuples autochtones, qui forment près de 5 % de la population du pays, font toujours face à des défis importants découlant de l'héritage d'un système paternaliste, notamment au niveau du logement, des

---

<sup>6</sup> Certaines études vont jusqu'à dire que les évaluations du monde occidental de la santé des peuples autochtones ne tiennent pas compte des points de vue autochtones sur le bien-être ou de la résilience dont ces peuples ont fait preuve face à la myriade de défis auxquels ils ont été confrontés. C'est le cas notamment, de l'autrice mi'kmaq Margaret Robinson (2019) qui, dans son analyse «The big colonial bones of Indigenous North America's "obesity epidemic"», pointe du doigt la logique coloniale incarnée dans « l'épidémie d'obésité » telle qu'appliquée par la recherche en santé et les campagnes de promotion de la santé au Canada. L'autrice explique comment la promotion de la santé contemporaine considère les corps et les populations autochtones comme excessifs et comment le biopouvoir produit des connaissances et une expertise sur le corps et le poids des Autochtones qui sont dépeints comme conquis, malsains et immoraux, nécessitant une intervention continue.

perspectives d'emploi, du revenu, du niveau d'instruction et de la santé. Ce sont tous des facteurs qui peuvent influencer les habitudes alimentaires, ainsi que l'activité physique des individus, et ils ont donc un effet considérable sur la prévalence de l'obésité. L'éloignement géographique peut également être un facteur contribuant à la fois à l'insécurité alimentaire<sup>7</sup> et à l'obésité chez les peuples autochtones en raison du coût élevé des aliments dans les communautés du Nord, bien que cela puisse être atténué chez ceux qui adhèrent à un mode de vie basé sur les activités de cueillette et de prédation sur le territoire (Batal et Decelles 2019 ; Spurr et al. 2017).

Une grande proportion d'Autochtones, au Canada, vit avec des ressources limitées et plusieurs ont une mauvaise alimentation, une faible activité physique et vivent plus fréquemment dans des ménages en situation d'insécurité alimentaire. Une récente étude de Batal, Chan, Fediuk, Berti, Mercille et al. (2021, 58) a révélé que l'insécurité alimentaire atteignait 48 %, soit quatre fois plus élevée chez les Premières Nations vivant dans les réserves des dix provinces canadiennes que chez les Canadiens allochtones dont le taux d'insécurité alimentaire s'élève à 12 %. Les individus, y compris les enfants, ont plus de probabilité d'être obèses et de souffrir de maladies connexes, y compris le diabète de type 2 et des maladies cardiovasculaires, par rapport aux Canadiens non autochtones (Batal 2022; Wahi et al. 2020, 1). Batal et al. (2021, 155) ont constaté que l'obésité et le diabète étaient très élevés, à 50 % et 25 %, respectivement, soit deux fois et trois fois plus que dans la population canadienne en général.

Dans les résultats publiés d'une étude de *The first nations food, nutrition and environment study* (FNFNES.ca) s'étalant sur 10 ans (2008-2018) menée auprès des communautés des Premières Nations auprès d'un large échantillon de près de 6 500 participants adultes provenant de communautés partout au Canada, on a constaté que le régime alimentaire des Premières Nations était souvent inadéquat, d'autant plus que de nombreux obstacles comme les réglementations

---

<sup>7</sup> L'insécurité alimentaire est décrite, ici, comme manque d'accès fiable à une quantité suffisante de nourriture. La sécurité alimentaire est largement considérée à travers le prisme de l'économie et de l'accès physique, mais des concepts plus larges sont nécessaires pour saisir les systèmes alimentaires distincts des peuples autochtones. Il est important de considérer le lien que les peuples autochtones ont avec leur environnement, ainsi que le travail fait par les communautés autochtones pour revitaliser leur système d'alimentation, la transmission des connaissances culturelles sur leur territoire et la récolte des aliments traditionnels (c'est-à-dire la chasse, pêche, cueillette, agriculture) (Batal, Chan, Fediuk, Berti, Mercille, et al. 2021; Wahi et al. 2020).

gouvernementales, les activités industrielles telles que l'exploitation minière et forestière, les barrages pour la production d'hydroélectricité, le manque de temps, l'érosion des connaissances traditionnelles de la terre et des activités traditionnelles entourant l'alimentation, le manque d'argent pour l'équipement de chasse/pêche, affectent l'approvisionnement alimentaire et limitent l'accès à la nourriture traditionnelle qui est de bien meilleure qualité nutritionnelle que les aliments disponibles sur le marché, en particulier dans les communautés éloignées. Également, les changements écologiques résultant de la dégradation de l'environnement par le développement industriel et les activités d'extraction des ressources naturelles, ainsi que les changements climatiques concomitants menacent la capacité des peuples autochtones à maintenir leurs modes de vie traditionnels. La contamination chimique des aliments et de l'eau due à l'industrialisation est, également, liée à des problèmes de santé majeurs tels que le cancer et le diabète (Batal, Chan, Fediuk, Berti, Sadik, et al. 2021). Malheureusement, la consommation des aliments traditionnels a considérablement diminué alors que les communautés autochtones subissent une transition nutritionnelle vers une plus grande dépendance aux aliments du marché qui consistent principalement en aliments ultra-transformés (Batal et Decelles 2019). Par exemple, la loi sur l'aide sociale, introduite en Ontario en 1958, destinée à fournir des avantages monétaires et sociaux aux Premières Nations, a été un des facteurs qui a eu pour conséquence une augmentation de la consommation d'aliments achetés en magasin et a eu des effets, à plus long terme, sur la façon dont les aliments sont consommés (Alani-Verjee et al. 2017, 84). En résumé, les traumatismes du passé, la perte des modes de vie traditionnels, les inégalités sociales ont sans doute contribué à de mauvaises conditions de vie influençant, par conséquent, l'alimentation des peuples autochtones. L'insécurité alimentaire, le coût élevé des aliments, la pauvreté des choix alimentaires, les troubles alimentaires ont sans doute marqué la santé des individus des peuples autochtones par un taux élevé d'obésité et de diabète.

En raison des facteurs nommés ci-haut, plusieurs membres des Premières Nations sont préoccupés par l'obésité, l'inactivité physique et l'alimentation. De nombreuses communautés tentent d'inverser les tendances défavorables et se montrent résilientes grâce à des programmes de santé et de bien-être qui visent à revitaliser les systèmes alimentaires traditionnels, ainsi que les connaissances culturelles fondamentales du territoire avec les compétences nécessaires à

l'accès à la nourriture traditionnelle (la chasse, la pêche, la cueillette et l'agriculture). Ces programmes sont souvent basés sur des visions du monde autochtones holistes qui considèrent la santé humaine comme une continuation de la santé de l'écosystème et de tous les êtres vivants et non vivants (Batal 2022). Les modes de vie autochtones traditionnels sont considérés par plusieurs comme la principale voie vers la santé et le bien-être des individus. Les modes de vie autochtones traditionnels, y compris les connaissances et les enseignements traditionnels, sont considérés comme synonymes de choix alimentaires sains et de participation à une activité physique régulière (Wahi et al. 2020).

Soulignons que pour plusieurs Autochtones, l'embonpoint n'est pas toujours vu négativement et l'obésité peut être perçue comme peu problématique en lien avec la santé et l'image de soi. Notamment, l'étude de Neumark-Sztainer et al. (1997) a soulevé que les filles en surpoids étaient moins susceptibles de considérer leur santé comme passable ou mauvaise que celles sans surpoids. Ces résultats sont considérés comme préoccupants par les chercheuses et chercheurs qui notent que des apprentissages de saines habitudes de vie sont nécessaires à la santé des peuples autochtones (Neumark-Sztainer et al. 1997; Wahi et al. 2020). Néanmoins, il est possible que les définitions de santé et d'alimentation saine soient culturellement liées et que, par conséquent, les définitions courantes ne saisissent pas les complexités culturelles de ces concepts (Alani-Verjee et al. 2017, 77).

### **Les limitations des études**

Une grande partie de la documentation sur les problèmes corporels vécus par les jeunes autochtones provient d'une seule enquête menée entre 1988 et 1990 auprès d'étudiants autochtones américains de la 7e à la 12e année (Minnesota Adolescent Health Survey) (Neumark-Sztainer et al. 1997; Story et al. 1994). Cette enquête a impliqué des milliers de jeunes autochtones américains et a permis d'identifier certaines des émotions ressenties par les jeunes femmes autochtones à l'égard de leur corps. Néanmoins, une grande partie de la littérature produite est limitée, en ce sens qu'elle est basée sur cette seule enquête menée il y a de nombreuses années dans un contexte américain (Fleming et al. 2006, 518). D'ailleurs, beaucoup d'études se basent sur des données quantitatives plutôt que qualitatives et bien que des

recherches quantitatives fournissent des informations importantes sur la prévalence de l'insatisfaction corporelle chez les femmes autochtones, d'autres recherches auprès d'autochtones (McHugh et Kowalski 2011) décrivent aussi l'importance d'utiliser des méthodologies qualitatives pour fournir un aperçu de l'expérience complexe et positive entourant l'image corporelle des femmes autochtones (McHugh, Coppola, et Sabiston 2014 ; Fleming et al. 2006).

Il est à noter que plusieurs études portant sur les expériences corporelles des femmes autochtones ont un biais plutôt pessimiste de la situation. La majorité de la recherche impliquant de jeunes femmes autochtones a été axée sur les expériences négatives liées au corps et a donc produit des résultats qui indiquent une fréquence élevée d'insatisfaction corporelle, particulièrement chez les jeunes femmes autochtones, ce qui a donné à penser que la majorité des Autochtones sont insatisfaits de leur corps. La recherche qui s'est concentrée uniquement sur les expériences négatives a entravé l'avancement d'une compréhension des expériences des femmes autochtones, car une grande variété d'émotions liées au corps (positives, négatives ou même neutres) peut être vécue, mais elle a été trop peu explorée (Fleming et al. 2006, 221). D'ailleurs, l'image corporelle révèle un caractère multiforme qui touche plusieurs aspects d'une personne et de son expérience corporelle (McHugh, Coppola, et Sabiston 2014). Malgré cela, l'accent négatif sur les expériences corporelles est particulièrement évident dans la recherche qui s'est concentrée sur les peuples autochtones.

Il est important de bien comprendre les expériences des femmes, car comme l'ont suggéré Fleming et al. (2006) les expériences d'image corporelle de celles-ci ne sont peut-être pas aussi négatives que celles décrites par des recherches antérieures. De même, Marchessault (2004) a expliqué comment les chercheurs continuent à se concentrer sur la pression écrasante qu'exercent les standards de beauté, autrement dit l'idéal de minceur, sur les femmes et que la littérature portant sur les forces des femmes face à ces pressions se fait rare. Neumark-Sztainer et al. (1997) ont montré qu'il n'y a que de faibles corrélations entre le poids de jeunes Autochtones américains et les préoccupations sociales et psychologiques. Ils ont suggéré que le surpoids n'a qu'un impact limité sur la santé psychosociale. De plus, il a été démontré que les filles autochtones américaines en surpoids perçoivent leur santé de façon plus positive que les

filles autochtones américaines sans surpoids (Neumark-Sztainer et al. 1997). Il est possible, comme l'ont souligné Rand et Resnick (2000), que des individus ne voient pas toujours leur corps à travers une lentille négative, mais considèrent plutôt leur corps comme étant « good enough ». En d'autres termes, les individus pourraient considérer leur corps comme socialement acceptable, même si leur taille corporelle réelle ne correspond pas à leur taille corporelle idéale. En ce qui concerne les jeunes femmes autochtones, Thompson et al. (2002, 63) ont suggéré qu'elles pourraient ne pas éprouver autant d'émotions négatives liées à leur corps par rapport aux personnes d'autres cultures, car elles ressentent moins de pression de la part de la société pour avoir l'air minces puisque « their culture was more accepting of a larger body type and much less competitive about physical appearance ».

Il faudrait aussi avancer comme limite des précédentes études que les chercheurs se sont généralement concentrés sur le poids comme seul indicateur des expériences liées au corps. Par exemple, de nombreux chercheurs ont utilisé l'échelle d'insatisfaction corporelle dans un effort pour décrire les expériences et émotions des femmes liées à leur corps. Cependant, cette façon de mesurer l'expérience corporelle qui ne tient compte que de la taille et de la forme du corps est limitée puisque divers autres aspects du corps (par exemple, les cheveux, la couleur de la peau, les traits du visage) pourraient contribuer aux expériences corporelles des femmes autochtones. Comme nous l'avons vu, les femmes subissent constamment des pressions (par les médias notamment) pour se conformer aux standards de beauté qui englobent non seulement le poids, mais aussi les cheveux, le visage, la couleur de la peau. Les expériences des jeunes femmes avec leur corps ne se limitent pas à leur poids et il est donc nécessaire de reconnaître les nombreux aspects du corps qui influencent les expériences corporelles de ces femmes (Fleming et al. 2006, 520).

## **La satisfaction ou l'acceptation corporelle**

Les études énoncées plus tôt ne brossent pas un portrait réjouissant de l'image corporelle chez les femmes autochtones. Des recherches antérieures portant sur l'expérience émotionnelle reliée au corps (Gittelsohn et al. 1996; Neumark-sztainer et al. 1997 ; Neumark-Sztainer et al. 1997 ; Story et al. 1994; Lynch et al. 2007 ; Newman, Sontag, et Salvato 2006 ; McCabe et al. 2005 ;

Willows et al. 2013; Rinderknecht et Smith 2002) nous ont amenés à croire que beaucoup de femmes autochtones, particulièrement les jeunes femmes, sont insatisfaites de leur corps. Cependant, les femmes autochtones peuvent avoir un niveau général de satisfaction à l'égard de leur corps. Peu de recherches ont exploré les émotions positives qui accompagnent l'expérience des femmes autochtones autour de leur corps et cette présente étude souligne l'importance d'approfondir ces expériences puisque de nombreuses femmes autochtones pourraient considérer leur corps comme étant, dans les termes de Rand et Resnick (2000), « good enough ». Des recherches auprès de jeunes Autochtones (Fleming et al. 2006 ; McHugh et Kowalski 2011 ; McHugh, Coppola, et Sabiston 2014) ont aussi montré que les jeunes femmes autochtones ont une conscience approfondie de leur expérience d'image corporelle et que celle-ci est positive. Il est donc essentiel pour les chercheuses et chercheurs de mieux comprendre les expériences d'acceptation et de fierté corporelle des jeunes femmes autochtones (McHugh, Coppola, et Sabiston 2014).

Il existe un lien entre les émotions et le corps qui a été mis en évidence par la Commission royale sur les peuples autochtones (CRPA, 1996) qui a avancé que pour de nombreuses cultures autochtones « (...) la santé est un concept très vaste qui dépasse largement les limites du domaine physique. Dans beaucoup de cultures autochtones, être en bonne santé représente un état d'équilibre et d'harmonie du corps, de la pensée, des émotions et de l'esprit » (Volume 3, section Santé sociale et émotionnelle, 202). Les systèmes de croyances des Premières nations suggèrent souvent que la santé est atteinte lorsque ces parties sont équilibrées. Cette définition diffère donc de l'idée occidentale selon laquelle la santé est l'absence de maladie (Alani-Verjee et al. 2017; Fleming et al. 2006). Comme le souligne Alani-Verjee et al. (2017), des corps considérés comme idéaux, autrement dit beaux, sont associés à la santé et à l'équilibre global de la personne. Les aînés de leur étude réalisée au Nord-ouest de l'Ontario, ont, d'ailleurs, fait part qu'avant le contact avec les Européens, de beaux corps étaient d'abord des corps sains, donc quelqu'un était considéré comme en bonne santé et d'apparence physique idéale. En réponse à une question sur les façons de mesurer la beauté, certains participants ont décrit la beauté comme « l'équilibre », le fait d'être « fort » et que tous les individus étaient beaux, quel que soit leur apparence. En plus



de ces perspectives, tous les aînés ont exprimé qu'avoir un corps plus gros était un signe de beauté.

### L'acceptation corporelle

Un sentiment de satisfaction corporelle n'est pas nécessairement aisé à atteindre. Il s'agit parfois d'un cheminement qui passe d'abord par l'acceptation du corps où les individus en viennent à accepter leur corps pour ce qu'il est. Peu de littérature a examiné la notion d'acceptation de soi dans le domaine physique, mais divers chercheurs (Iijima Hall 2004 ; Meintel 2008) ont décrit comment le processus de l'identité culturelle est souvent un voyage long et non linéaire qui change constamment. Iijima Hall (2004, 242) a d'ailleurs expliqué comment les individus ont souvent besoin de temps pour explorer, expérimenter et choisir une identité. Il est possible que le cheminement vers l'acceptation du corps soit comparable à ce processus (Fleming et al. 2006, 530).

L'étude de McHugh, Coppola, et Sabiston (2014, 321-23) a révélé que les jeunes femmes autochtones participant à leur recherche vivaient ce qu'on appelle de la fierté corporelle. Les jeunes femmes ont utilisé des termes positifs (par exemple, « heureuse », « être à l'aise ») ou plutôt neutres (par exemple, « être assez bien ») pour décrire leurs expériences de fierté corporelle. Elles ont aussi affirmé que la fierté corporelle signifie ne pas s'inquiéter de ce que les autres pensent de leur corps et que c'est quelque chose qui est vécu « à l'intérieur », mais qui pourtant s'exprime dans une variété de manières, comme dans des danses, leur maquillage, leurs habits, leurs tatouages, etc. La fierté corporelle a également été décrite comme étant liée au fait d'être en bonne santé. Non seulement la fierté corporelle est nécessaire pour une bonne santé, mais une bonne santé, y compris une alimentation saine et une activité physique, peut favoriser des expériences de fierté corporelle.

Il est également possible que certaines femmes soient ambivalentes ou plutôt neutres à propos de leur corps et elles pourraient considérer simplement leur corps comme « good enough » (« assez bien ») (Rand et Resnick 2000). Les études dans la littérature sur la taille corporelle utilisent fréquemment comme mesure la différence entre la taille idéale, c'est-à-dire la taille que la personne souhaiterait avoir, et la taille réelle d'une personne pour indiquer l'insatisfaction

quant à la taille corporelle. Cette façon de mesurer l'insatisfaction corporelle fusionne deux concepts distincts, c'est-à-dire la différence de poids par rapport à son idéal et l'insatisfaction corporelle par rapport au poids. Cela masque la possibilité que l'on puisse trouver sa propre taille corporelle acceptable malgré le fait qu'elle ne soit pas idéale à nos yeux. Une grande majorité des participants (87 %), y compris les sujets obèses (48 %), de l'étude de Rand et Resnick (2000, 312) considéraient leur poids comme étant socialement acceptable, même si, pour beaucoup, il ne correspondait pas à leur idéal.

Lorsque les études portant sur l'insatisfaction corporelle sont définies par un écart entre poids réel et idéal, les individus sont comparés à un idéal. Cette comparaison maximise la probabilité de trouver une différence entre le soi et l'idéal, ce qui conduit à la conclusion erronée que cette différence de taille corporelle est la même que le niveau d'insatisfaction de taille corporelle. En revanche, le concept d'acceptabilité de la taille corporelle compare le soi à la fois à l'idéal et à un éventail de corps qui pourraient être acceptables. Cette comparaison évalue la façon dont un individu se perçoit dans un contexte social plus large, en déplaçant l'attention du poids idéal vers un poids acceptable ou « assez bon ». Il maximise la probabilité d'inclusion de sa propre taille corporelle en tant que variation normale et acceptable (Rand et Resnick 2000). L'acceptation semble donc jouer un rôle clé dans les expériences de fierté corporelle et une image corporelle positive et davantage de recherches seraient utiles pour mieux comprendre comment les expériences d'image corporelle positives s'inscrivent dans la littérature sur la beauté.

#### La culture comme protection

Certaines études ont avancé que la culture pouvait agir comme une sorte de protection contre les messages négatifs sur le corps (McHugh, Coppola, et Sabiston 2014). Notamment, les adultes cris de la recherche de Willows et al. (2013) considéraient l'embonpoint comme un signe de robustesse et de force. Dans le même ordre d'idées, le professeur Roger Spielmann raconte comment sa femme se fait dire « Tu es si grosse » comme salutation à son retour dans la communauté algonquine de Pikogan dans le nord-ouest du Québec. L'aînée anichinabée la complimentait en fait pour son apparence robuste et en bonne santé.

Traditional values are still very strong in the community where we lived and the way these values operate in daily life tend to be confusing to many non-Natives. When my

wife's father passed away and she had been away from the community for a month, one of the elders, a woman, came up to my wife when we returned and said with a big smile (and in front of a lot of other people), 'Oh, gigichi aajiboonan!' which means 'Oh, you're so fat!' In non-Native culture that's not much of a compliment. In fact, one would rarely, if ever, say something like that to someone unless you were trying to hurt that person's feelings. But in this instance, it was offered as a compliment. The elder had been concerned that my wife would not be eating enough while mourning and would return to the community looking thin and unhealthy. In the community of Pikogan, someone who has plenty of meat on their bones is considered healthy and strong. Part of the reason for this goes back to when people were living in the bush, as most of the elders at Pikogan had done for over half of their lives. It was always important to have plenty of flesh on your bones to tide you through the time when game was scarce. Such a value remains strong even though most people don't live exclusively in the bush anymore. Of course, after my wife received this compliment she immediately went on a diet! (Spielmann 2017, 30)

Des recherches ont démontré que certaines femmes autochtones, au Manitoba par exemple, ont tendance à préférer un corps plus gros et que cette caractéristique est souhaitable et attrayante (Alani-Verjee et al. 2017; Marchessault 2004). Pour les hommes et les femmes plus âgés de l'étude de Gittelsohn et al. (1996), les morphologies plus grosses étaient préférées et les personnes rondes étaient considérées en bonne santé, alors que ces conceptions étaient moins présentes chez les plus jeunes. Également, les personnes qui parlaient principalement dans la langue autochtone oji-cri étaient plus susceptibles de trouver que les corps plus gros avaient l'air plus sains. Ces résultats suggèrent que l'acculturation peut jouer un rôle dans les perceptions de la morphologie idéale, car c'est par ce processus que les groupes sont susceptibles d'intérioriser les standards de beauté occidentaux de minceur. De même, une certaine variation de la vision du corps idéal parmi les participantes et participants autochtones et non autochtones était notable dans l'étude de Celleli et O'Dea (2009). En effet, le désir de perte de poids était plus faible chez les filles autochtones par rapport à leurs égales blanches. Fait intéressant, le corps idéal des adolescents autochtones d'Australie (tous genres confondus) était plus gros que leur poids actuel, ainsi que plus musclé. Dans cette recherche, ce désir était influencé par les parents et les proches. Des compliments ou des commentaires positifs venant des parents et des proches étaient considérés comme une sorte d'amortisseur des messages socioculturels négatifs et pouvaient aider les adolescents à développer et maintenir une image corporelle positive. L'impact de la culture de la minceur n'a pas complètement imprégné les cultures plus « traditionnelles », et certains groupes autochtones continuent donc de considérer positivement les corps plus gros

comme bien nourris, forts, en bonne santé. L'acceptation d'un poids plus élevé chez ces jeunes autochtones peut s'expliquer par des différences culturelles dans l'alimentation, les normes culturelles alimentaires et les valeurs et pratiques culturelles concernant la nourriture, le poids et la santé (Cinelli et O'Dea 2009, 1066). De façon similaire, dans l'étude de Mellor et al. (2004), les femmes semblaient moins insatisfaites de leur poids et forme que leurs homologues blanches. Par exemple, il semble que dans l'ensemble, les adolescents autochtones accordaient moins d'importance à leur morphologie que les adolescents non autochtones et seulement une petite proportion semblait insatisfaite de son poids. Ces résultats rappellent ceux de Lynch et al. (2007) qui ont trouvé que les jeunes femmes autochtones de leur étude avaient un plus grand désir d'une taille corporelle plus grande par rapport à leurs pairs allochtones.

D'autres recherches ont discuté la façon dont la taille corporelle préférée peut différer selon la localisation géographique, démontrant la fluidité de la satisfaction de l'image corporelle (McHugh et Kowalski 2011). Par exemple, Fleming et ses collègues (2006) ont démontré que les jeunes femmes autochtones de la Saskatchewan, au Canada, se sentaient plus minces ou plus grosses selon le contexte dans lequel elles se trouvaient. En milieu scolaire urbain, elles se sentaient plus grosses et portaient des vêtements plus révélateurs, mais dans leurs communautés plus isolées, elles se sentaient plus minces et portaient des vêtements plus épais. Certaines participantes de l'étude de Fleming et al. (2006) ont parlé des difficultés auxquelles elles sont confrontées lors des allers-retours entre leur résidence située en milieu urbain et leur communauté. Elles ont expliqué comment les habitants de leur communauté d'origine ont souvent des points de vue différents de ceux des habitants de la ville en ce qui concerne le poids, les habitudes alimentaires et les vêtements. Les personnes vivant en milieu urbain semblaient plus préoccupées par le poids que celles habitant en milieu rural. Il semblerait donc que le contexte ou même la culture jouent un rôle dans l'expérience corporelle d'une personne. Il est donc clair que la culture peut façonner ou du moins influencer la vision corporelle, ainsi que la fierté corporelle des femmes et, en même temps, cette fierté corporelle peut soutenir leur participation dans des activités culturelles comme la danse. La fierté de l'identité autochtone peut agir comme une composante clé de l'expérience de fierté corporelle (McHugh, Coppola, et Sabiston 2014). Par ailleurs, on peut se

questionner sur l'influence des représentations négatives de l'identité autochtone, par exemple des stéréotypes, sur la vision corporelle de soi chez les femmes autochtones.

## **Séparer le mythe de la réalité : les stéréotypes et clichés sur les femmes autochtones**

Dans certaines œuvres de fiction, notamment, les femmes autochtones sont emprisonnées à l'intérieur d'images qui perpétuent des stéréotypes racistes et sexistes. Les images stéréotypées de princesses, de squaws, de victimes sans défense ou de tentatrices déforment les réalités des femmes autochtones et suggèrent que ces représentations stéréotypées sont l'incarnation de ces femmes (Acoose 1992). La popularité des symboles de la belle Princesse et de la Squaw non civilisée, imprégnés dans l'imaginaire collectif occidental, a contribué à estomper la frontière entre le mythe et la réalité qui permet de faire la distinction entre les stéréotypes et les personnes réelles. Par conséquent, ces stéréotypes favorisent des attitudes culturelles qui encouragent des violences sexuelles, physiques, verbales ou psychologiques contre les femmes autochtones (Robinson 2019). Autrement dit, la violence présente dans ces représentations symboliques, popularisées par les médias de masse et la fiction, est liée à la perpétration de la violence à l'égard des femmes autochtones. Dans un contexte national où les femmes autochtones sont les personnes les plus vulnérables du pays (Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017), il est pertinent d'aborder ces stéréotypes puisqu'on peut se demander jusqu'où les femmes autochtones vont incorporer les éléments de ces stéréotypes et comment ces images vont influencer leur vision corporelle.

### **L'origine de ces stéréotypes : un bref survol**

La colonisation européenne a été un événement marquant pour la redéfinition des relations de genre dans les populations autochtones. Non seulement la base de la spiritualité, les rapports affectifs entre enfants, parents et aînés ont été atteints, mais les relations de pouvoir genrées ont été disloquées. Les femmes ont été atteintes par la colonisation différemment des hommes et elles en ont souffert très profondément puisque cela les a doublement discriminées en tant que femmes et autochtones (Perreault 2015). Le modèle eurocentré et patriarcal a été imposé sur les

populations et a altéré la notion de complémentarité des genres qui existait auparavant dans les différentes nations autochtones. Les femmes avaient, autrefois, des rôles importants et structurés (ces rôles et leur importance variaient en fonction des groupes) et les femmes avaient une voix influente dans plusieurs sphères de la vie des populations autochtones et certaines nations reposaient sur une structure matrilineaire (Galloway 1986 ; MacDougall 1994). Comme le souligne Janice Acoose (1992), la place et la vision des femmes autochtones ont été profondément ébranlées par le système des pensionnats et les missionnaires chrétiens ont grandement contribué à éliminer l'influence gynocratique des domaines spirituel, politique, économique et social de la vie des peuples autochtones. Kim Anderson (2016 citée dans Anctil Avoine 2018) affirme que les processus coloniaux ont contribué à ce que les femmes autochtones aient eu longtemps honte de leur identité autochtone. La colonisation a produit une véritable perte de repères chez ces peuples colonisés, ce qui a généré une violence qui se fait toujours sentir chez les femmes autochtones de nos jours. La violence, ainsi que les formes relationnelles oppressives vécues chez les femmes, aujourd'hui, dérivent, en grande partie, des stéréotypes qui se sont construits à partir des imaginaires coloniaux et qui se sont perpétués dans la culture populaire.

Les femmes autochtones sont souvent dépeintes comme sexuellement disponibles et cette vision remonte à l'époque des colonisateurs qui les ont décrites comme des femmes exotiques et comme des putains (Anctil Avoine 2018). Les histoires des voyageurs européens étaient généralement basées sur les expériences et les observations d'hommes blancs dont les interactions avec les peuples autochtones étaient construites à partir de leurs propres visions culturelles du genre et de la sexualité. Les observations faites sur les femmes autochtones faisaient donc écho à une vision eurocentrée du rôle des femmes dans les sociétés européennes fondées sur les notions occidentales de culture, de religion, de race et de classe (Tuhiwai Smith 2012). L'interaction entre Autochtones et Allochtones a fait émerger certains stéréotypes sur les femmes qui légitiment l'érotisation et la violence raciste et sexiste à leur endroit (Anctil Avoine 2018 ; MacDougall 1994). Certains des premiers écrits, s'inscrivant dans une tradition dogmatique chrétienne, ont dépeint les femmes comme les appendices des hommes et les ont généralement représentées soit comme des vierges innocentes et pures, soit comme des femmes

déchues (Acoose 1992). La vision biaisée blanche-européenne-chrétienne-masculine qui a observé les femmes autochtones en a brossé un portrait peu reluisant. Notamment, Amerigo Vespucci décrit, dans son *Mundus Novus*, des femmes nues et libidineuses (Vespucci 1503 cité dans Acoose 1992, 26). Ces types d'observations ethnocentriques et les écrits ultérieurs ont ainsi affecté la manière dont les femmes autochtones sont représentées. Selon Acoose (1992), on les montre comme attirantes physiquement ou très laides et enclines à se prostituer. Certains auteurs de l'époque coloniale faisaient l'utilisation de termes zoologiques pour décrire les peuples qu'ils considéraient primitifs et ceci a contribué à la déshumanisation des sociétés autochtones. Ces images sont devenues presque permanentes tant elles sont profondément ancrées dans la façon dont les femmes autochtones sont abordées. « How often do we read in the newspapers about victimisation of a female Native, as though we were a species of sub-human animal life? » (Lee Maracle cité dans Tuhiwai Smith 2012, 9). Les descriptions de « l'Autre » a eu des conséquences réelles et dramatiques pour les femmes autochtones, puisque la manière dont les femmes autochtones ont été décrites, objectivées et représentées par les Européens a laissé un héritage de marginalisation au sein des sociétés autochtones autant qu'au sein de la société majoritaire.

### **La Princesse et la Squaw**

Bien que les colons aient pu trouver les femmes autochtones physiquement attirantes, pour qu'un bon blanc chrétien puisse avoir des relations avec une femme autochtone, il fallait qu'elle soit élevée au-delà du statut d'une femme ordinaire. Dans la plupart des références historiques, les femmes autochtones se voyaient ainsi accorder un statut de royauté. La Princesse autochtone, souvent présentée dans les films et les livres, est une femme séduisante et courageuse et qui est vue comme un objet de désir pour l'homme blanc. Pocahontas, par exemple, qui aurait sauvé John Smith d'une mort douloureuse, est décrite comme la princesse Pocahontas (Acoose 1992, 28 ; MacDougall 1994). Le film d'animation de 1995 de Disney a transformé Pocahontas en belle princesse voluptueuse et attirante à la chevelure de rêve. Le personnage historique devient, dès lors, une jeune femme inoffensive en petite robe de cuir, exotique et hypersexualisée (Ancil Avoine 2018 ; MacDougall 1994 ; Robinson 2019). On peut dire que la Princesse autochtone correspond généralement à l'idée d'une femme dont les traits physiques et intellectuels se

rapprochent des caractéristiques associées au personnage civilisé personnifié par les Européens (sans pour autant avoir le même statut qu'une femme blanche).

Par ailleurs, le terme Squaw<sup>8</sup> décrit une femme non civilisée, exotique et disponible sexuellement. Cette image des femmes autochtones promeut l'idée selon laquelle elles sont fortement sexualisées et agissent de manière sauvage. Les Squaws sont restées « sauvages », tandis que leurs sœurs Princesses sont devenues « civilisées » en embrassant la culture européenne (Galloway 1986). Plus précisément, la Squaw est une anti-princesse et peut être décrite comme laide, vieille, méprisable, immorale, voire méchante. Alors que la Princesse est montrée fière et gentille, la Squaw vit une existence sordide et servile. Elle est également considérée comme une marchandise sexuelle (MacDougall 1994 ; Galloway 1986). Ces stéréotypes sont donc fondés sur des opposés binaires : bonne ou mauvaise (Acoose 1992). De telles conceptions favorisent des attitudes culturelles qui légitiment le viol et d'autres types de violence similaires contre les femmes autochtones (Robinson 2019, 20 ; Acoose 1992). Alors que la Squaw est stigmatisée et dénigrée pour sa sauvagerie et son refus de se plier aux normes sociales occidentales, la Princesse, quant à elle, va embrasser les normes qui lui sont imposées, mais doit renier sa famille et son identité autochtone (Galloway 1986).

#### Les femmes autochtones dans l'imaginaire occidental

Comme on l'a vu, les représentations des femmes autochtones sont bien loin de la réalité. Les connaissances des cultures et de l'histoire autochtones sont extrêmement limitées et stéréotypées en raison d'un processus continu de distorsions dans l'imaginaire occidental. Janice Acoose (1992, 36) affirme que depuis le début des relations entre les nouveaux arrivants européens et les peuples autochtones, le portrait des femmes autochtones a été grossièrement déformé par les écrivains. En conséquence, les femmes autochtones sont continuellement perçues à travers un système de valeurs qui représente les femmes quelque part entre le bien et le mal ou, autrement dit, la madone et la putain. En effet, les femmes autochtones sont représentées comme de bonnes Autochtones lorsqu'elles contribuent à faire avancer les objectifs

---

<sup>8</sup> Le terme « squaw » provient du mot « femme » dans les langues algonquiennes et a été utilisé notamment par les commerçants de fourrures blancs qui s'en servaient pour désigner l'ensemble des femmes autochtones. Au fil de l'histoire, ce mot a pris des connotations péjoratives et sexistes (MacDougall 1994).



(et les désirs) des peuples allochtones, autrement elles sont considérées comme mauvaises. Dans une grande partie des œuvres de fiction, les images des femmes autochtones qui sont construites les objectivent et les déshumanisent. Les corps des femmes autochtones continuent d'être érotisés, sexualisés et fétichisés et sont souvent décrits comme « hypersexuels ».

### **Les impacts de ces stéréotypes au quotidien**

Les stéréotypes basés sur l'ethnicité des personnes représentés dans les médias peuvent affecter la façon dont ces personnes sont perçues et traitées dans la société. Lorsque les femmes autochtones sont présentées, par les médias de masse, comme une population marginale, sans importance ou littéralement comme des objets sexuels, elles sont perçues comme telles par le public, accroissant les risques qu'elles soient victimes de violence.

Il a été constaté que les représentations médiatiques négatives réduisaient systématiquement les sentiments de fierté par rapport à son groupe identitaire (Silvestrini 2020). Les jeunes femmes d'une étude de McHugh, Coppola et Sabiston (2014) ont décrit comment les stéréotypes négatifs associés à leur identité autochtone remettaient en question leurs expériences de fierté corporelle. En entendant des messages stéréotypés comme « bannock bum » ou en voyant des images de femmes sexy et juste assez typées pour être à la fois exotiques et correspondant aux standards de beauté occidentaux, elles avaient du mal à être fières de leur corps. Newman, Sontag et Salvato (2006) ont démontré que parmi les jeunes faisant partie des minorités ethniques aux États-Unis, les jeunes Autochtones sont confrontés à des défis particulièrement complexes pour intégrer les informations sociales et culturelles sur leur apparence et leur identité en raison de la représentation déformée des Autochtones dans les médias.

La culture populaire idéalise et dévalorise à la fois les Autochtones, mais montre peu de preuves de connaissances réelles à leur sujet (Newman, Sontag, et Salvato 2006). Dans les médias grand public, l'image des Autochtones a tendance à être très limitée et se retrouve loin de la réalité. Il est généralement accepté que ce sont les populations blanches qui, par le biais du contrôle des institutions politico-économiques, contrôlent les grands médias chargés de diffuser des représentations symboliques associés à l'identification sociale. Bien qu'il y ait, aujourd'hui, de nombreux espaces propices à la propagation de messages alternatifs grâce aux médias sociaux,

les médias de masse, toujours dominants, offrent essentiellement des représentations dans lesquelles les Autochtones sont mis en scène comme étant inférieurs aux blancs (Harding 2006). Emma Larocque (1980), professeure au département d'études autochtones de l'Université du Manitoba, explique comment les projections proposées par les médias de divertissement comme les films hollywoodiens influencent la compréhension que le public aura des différents groupes identitaires dans la réalité. Ces images imposent une impression de réel à des stéréotypes construits par et pour un public blanc et, par conséquent, les populations autochtones sont stigmatisées dans la société dominante. De plus, elles s'immiscent dans les populations autochtones et entrent dans la définition de leur identité, conduisant à un appauvrissement de leur estime personnelle. Ainsi, on peut se demander jusqu'où les femmes autochtones vont incorporer les éléments de ces mythes dans la construction de leur identité et dans leur vision corporelle. On en voit, par ailleurs, quelques traces dans les concours de Miss autochtone.

## **Les concours de Miss**

### **Beauté et féminin**

Pour comprendre davantage comment la beauté est vécue par les femmes autochtones, il est possible de se tourner vers les concours de Miss, car de nombreux concours reflètent une « esthétique autochtone<sup>9</sup> » de la beauté et en particulier du féminin. Cette beauté autochtone semble incorporer plus que de simples attributs physiques, car ces concours mettent de l'avant la personnalité des participantes, l'importance de la transmission des traditions, la démonstration de compétences, le fait de redonner à sa communauté, *etc.* (Banet-Weiser 1998, 170 ; Bousquet et Morissette 2014 ; Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017). Certaines de ces compétitions n'ont pas pour objectifs de refléter les idéaux occidentaux de féminité et de beauté, mais présentent leurs interprétations du genre et de la beauté. « [I]t is also a highly visible performance of gender, where the disciplinary practices that construct women as feminine are palpable, on display, and usually positioned as unproblematically desirable » (Banet-Weiser 1998,

---

<sup>9</sup> Une esthétique autochtone homogène n'existe pas réellement puisqu'il existe une véritable diversité culturelle, mais les concours ont des critères uniformes et définissent une seule féminité à un niveau panindien. Il importe, aussi, de souligner qu'avant la colonisation, les symboles de beauté étaient très différents d'une nation à l'autre (Bousquet et Morissette 2014; Bonspille-Boileau, O'Bomsawin, et Manywounds 2016).

167). Ces concours produisent des femmes figurant une certaine vision moderne de la féminité autochtone idéale (Bousquet et Morissette 2014). Les participantes représentent une vision exemplaire des femmes et promeuvent la féminité en tant que telle. Loin de nier la diversité culturelle de l'ensemble des nations dont font partie les femmes autochtones, la vision de la féminité montrée dans ces concours, même si elle est plutôt uniforme, a évolué avec le temps et s'est définie à un niveau pan-autochtone (Bousquet et Morissette 2014, 385), autrement dit à un niveau où certaines conceptions et pratiques sont partagées par divers peuples autochtones (Irwin 2018). Pour la majorité des concours de beauté allochtone, le physique des jeunes femmes semble l'emporter de loin sur d'autres aspects de leur personnalité. Contrairement aux gagnantes d'autres cultures, celles participant aux concours de beauté autochtones ne se rapprochent pas nécessairement d'un idéal occidental de la beauté. Plus précisément, ce genre de concours semble avoir peu à voir avec l'apparence physique et au contraire s'approche plutôt de ce qui a à voir avec, entre autres, l'identité, le fait de connaître sa culture et la démonstration de compétences. Le titre de Miss Indian World, notamment, a été détenu par des femmes de toutes formes et tailles. Ce sont les compétences des candidates qui ont été retenues, davantage que leur aspect physique. Le corps demeure tout de même important puisqu'il porte l'habit traditionnel, qu'il bouge au son des tambours et qu'il pratique les savoir-faire traditionnels (Glenister Roberts 2002). Dans ces concours, le corps transmet donc des habiletés et n'est pas jugé selon des critères esthétiques.

### **Une question de look**

À la lumière de ce qui vient d'être affirmé, on peut, malgré tout, se demander comment se vêtissent, se coiffent et se maquillent les participantes de ces concours. Lors des élections, les normes vestimentaires et les pratiques corporelles (coiffure, maquillage) sont souvent différentes de ce qui est courant dans le quotidien. Reflétant les attentes associées à la féminité et quelques fois influencées par la société majoritaire, les femmes choisissent des robes, du maquillage et des coiffures de grandes occasions qui les font se sentir belles. Comme le notent Bousquet, Morissette et Hamel-Charest (2017), même si la beauté n'est pas un critère pour ces concours, les candidates aiment tout de même se sentir belles le soir du couronnement. Dans certaines communautés, il est mal vu de se maquiller, de mettre des bijoux et de s'habiller différemment

des autres, et celles qui dérogent de la norme risque de se faire demander pourquoi, se faire critiquer et même être la cible de quelques moqueries. Ces concours permettent donc de sortir du quotidien et se « faire belle » d'une façon différente de la vie de tous les jours.

### Une image idéalisée

Les concours sont souvent imprégnés d'une symbolique d'une image romantique et occidentale de la Princesse autochtone. Le costume standardisé — la robe en cuir brodée de perles et ornée de franges, un châle, des mocassins et une coiffe — inspiré des Autochtones des Plaines qui occupent une place particulière dans l'imaginaire nord-américain, est couramment porté dans ces concours (Bousquet et Morissette 2014, 398). Certaines personnes déplorent l'adoption d'un costume ne reflétant pas des particularités vestimentaires de leur héritage. D'après ce point de vue, ces concours valident les stéréotypes sur les femmes autochtones, c'est-à-dire de la Princesse ou de la Squaw (Bousquet et Morissette 2014). Néanmoins, d'autres le voient comme une fierté d'être Autochtone ou un hommage aux ancêtres (Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017).

D'un autre côté, dans certaines communautés, les grandes robes de soirée que portent les candidates au soir du couronnement renvoient à l'image des princesses de Disney. Ainsi, ces concours véhiculent des contradictions entre des modèles, de la Princesse autochtone, la princesse de Disney, l'experte du domaine culturel et l'agente de changement (Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017).

### **Au-delà de la beauté : des agentes de changement**

Ces compétitions jouent un rôle significatif dans la construction sociale de la féminité autochtone et sont « la préservation d'une identité amérindienne particulière authentique, un instrument de créativité et de contestation culturelle, un espoir pour un nouveau modèle de sens dans la communication » (Bousquet et Morissette 2014, 362). Comme l'avance Kathleen Glenister Roberts (2002, 399-400), les concours autochtones font valoir ce qu'une femme peut incarner, alors que les concours non autochtones font majoritairement valoir le corps. Ces femmes sont vues comme des sujets plutôt que des objets dans leur représentation et elles font entendre leurs voix lors de ces concours. Ce que les participantes incarnent, c'est seulement ce que l'on attend

des femmes autochtones, c'est-à-dire être vertueuse, généreuse et bien informée au sujet de la tradition et de la culture. Historiquement, ces femmes, qu'elles aient été reines ou princesses de concours, avaient pour rôle d'être ambassadrices de leur communauté. Elles devaient, en effet, médiatiser une conception moderne de leur identité autochtone (Bousquet et Morissette 2014).

Aujourd'hui, on attend de ces femmes qu'elles soient des agentes de changement (Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017). Elles mènent donc des actions à l'occasion de ces concours à l'échelle locale, dans leur communauté, qui s'inscrivent dans ce que la professeure Marlene Brant Castellano (2009), membre de la nation mohawk, nomme la « community healing ». Malgré la colonisation qui les a doublement discriminées en tant que femmes et autochtones et du fait de leur situation de vulnérabilité (Bousquet, Morissette, et Hamel-Charest 2017 ; Perreault 2015), elles font preuve d'une grande agentivité en étant des agentes de changement qui tentent de rétablir l'équilibre dans les familles, la communauté et la nation. Elles considèrent que c'est la responsabilité des femmes de résister, d'éduquer et de guérir leurs communautés et leurs nations. Elles s'investissent dans la sphère communautaire, dont ces concours font partie et d'un même coup, les concours permettent d'améliorer leur statut social et promeuvent une féminité autochtone idéale (Bousquet et Morissette 2014).

## **En résumé**

Comme on l'a vu, l'expérience corporelle des femmes autochtones ne se résume pas en un long fleuve tranquille. Les standards de beauté occidentaux, les stéréotypes, les cultures autochtones sont tous des éléments qui viennent jouer un rôle clé dans la vision corporelle de ces femmes. Plusieurs femmes subissent de la pression de la culture populaire et sont enfermées à l'intérieur de stéréotypes déformant la réalité. Il peut en résulter de l'insatisfaction corporelle et des comportements malsains pour correspondre aux pressions extérieures entourant la beauté des femmes. Cela dit, bien que le regard sur le corps puisse être très différent d'une nation à l'autre, la culture semble avoir un pouvoir de protection contre ces influences négatives et une satisfaction corporelle ou au moins une acceptation corporelle peut émerger de la fierté culturelle et identitaire. Enfin, les concours de Miss autochtone, bien qu'ils embrassent certains aspects des clichés de la Princesse autochtone, mettent de l'avant le fait que les femmes autochtones soient

belles pour ce qu'elles sont et ce qu'elles font et que l'on n'a pas besoin de les réduire simplement à leur apparence. Le moment n'est-il pas venu pour qu'elles définissent elles-mêmes leurs standards de beauté ?

# Chapitre 4 – L’expérience de la beauté et de la féminité chez les femmes autochtones de Mashteuiatsh

## Méthodologie

### Qui sont les Autochtones de Mashteuiatsh ?

Qui sont les *Innuat* <sup>10</sup>?

Les *Innuat*, les « Montagnais <sup>11</sup>» comme on les appelait anciennement, forment une des onze nations autochtones du Québec dont le territoire, le Nitassinan signifiant « notre terre » en *innu aimun*<sup>12</sup>, chevauche le Québec et le Labrador. Le Nitassinan est un vaste territoire couvrant près du tiers du Québec et une grande partie du Labrador. Les communautés innues sont réparties sur un territoire qui s’étend de la Côte-Nord du fleuve Saint-Laurent jusqu’à l’intérieur des terres de la péninsule du Labrador en passant par les rives du lac Saint-Jean. Les *Innuat* vivent pour la plupart dans une des onze communautés, dont deux sont situées au Labrador, Sheshatshit et Natuashish, alors que les autres sont situées au Québec. D’ouest en est, Mashteuiatsh (Saguenay–Lac-Saint-Jean), Essipit, Pessamit (Betsiamites), Uashat, Mani-Utenam (Maliotenam), Matimekush-Lac John (Schefferville), Ekuanitshit (Mingan), Nutashquan, Unaman-Shipu (La Romaine) et Pakua Shipu (Saint-Augustin). Il faut savoir que la nation innue est une entité distincte relativement récente et que les découpages territoriaux, ainsi que les catégorisations des groupes autochtones ne reflètent pas toujours les réalités culturelles et sociales de ces groupes (Boucher 2008 ; Delisle L’Heureux 2018, 2).

---

<sup>10</sup> Pluriel du terme « Innu » en *innu-aimun*

<sup>11</sup> « L’appellation Montagnais a été donnée par les premiers Européens qui ont fréquenté le Saint-Laurent et ainsi nommé les Amérindiens vivant dans les montagnes le long de la rive nord de ce fleuve. Le terme a été repris au cours du temps par les historiens et par le gouvernement fédéral qui a institué la Loi sur les Indiens. C’est donc une appellation extérieure qui a désigné officiellement tous les Indiens occupant une zone allant du Saguenay jusqu’à Blanc-Sablon à l’extrémité est du Québec » (Nepton 2006, 6).

<sup>12</sup> *L’innu aimun*, la langue innue, fait partie de la famille linguistique algonquienne qui regroupe le plus grand nombre de nations au Canada (Dupuis 1991)

## Mashteuiatsh

La présente étude porte plus spécifiquement sur quelques femmes de la communauté de Mashteuiatsh, petite localité située à l'intérieur des terres à quelques kilomètres de Roberval, sur la rive ouest du lac Pekuakami, soit le lac Saint-Jean. Autrefois désignée sous le nom de Pointe-Bleue en raison de sa couleur bleutée lorsqu'on s'en approche sur le lac, Mashteuiatsh qui signifie « là où il y a une pointe » est la seule communauté innue située dans la région du Lac-Saint-Jean. L'établissement de cette communauté est associé au régime des réserves instauré en 1851. Après plusieurs adaptations et transformations dues en grande partie à la colonisation, les réserves, mises en place par les pouvoirs économiques et politiques dominants, ont forcé la sédentarisation des *Innuat* et des autres nations autochtones du Canada. La sédentarisation fait partie des principaux changements survenus dans le mode d'occupation et d'utilisation du territoire des familles, mais ne correspond pas à l'abandon définitif du Nitassinan. Puis, c'est en 1985 que la réserve prit le nom officiel de Mashteuiatsh (Boucher 2008 ; Teoran 2006).

Cette communauté est dirigée par un conseil de bande en vertu de la Loi sur les Indiens et a pris en charge toute l'administration des services à sa population auparavant donnés par le Ministère des Affaires indiennes (excepté la gestion des terres), c'est-à-dire l'éducation, la santé, les services sociaux, la sécurité publique, les travaux publics, le développement économique, l'habitation, l'urbanisme (Nepton 2006, 5). Toutefois, dans une volonté de réappropriation et d'affirmation culturelle exprimée et aussi dans le but d'acquérir une autonomie gouvernementale et de gestion du territoire, les membres de la Première Nation de Mashteuiatsh se nomment Pekuakamiulnuatsh (Innuatsh du Pekuakami) et défendent l'utilisation le terme *Ilnu*<sup>13</sup>, plutôt qu'Innu. On écrit donc au singulier *Ilnu* ou *Pekuakamiulnu* et au pluriel *Ilnuatsh* ou *Pekuakaminulnuatsh* (Noury 2010).

---

<sup>13</sup> Le terme *Ilnu* se distingue de la graphie innue utilisée principalement sur la Côte-Nord. Les règles du français s'appliquent pour cette dernière forme, mais pas pour la forme *ilnu* employée par les *Pekuakamiulnuatsh* qui n'est pas francisée. Les adjectifs dérivés avec *ilnu* demeurent invariables. (Voir « Portrait de la communauté » sur le site web [www.mashteuiatsh.ca](http://www.mashteuiatsh.ca))



## Les *Pekuamiulnuatsh*

Les *Pekuamiulnuatsh* habitent, sans aucun doute, depuis des millénaires un vaste territoire qui s'étend au-delà du *Pekuakami*. Avant la colonisation et la création des réserves qui en a résulté, ils étaient un peuple se déplaçant au rythme des saisons vivant dans la forêt, de chasse, de pêche et de cueillette. Ils pratiquaient des échanges avec d'autres nations autochtones du nord au sud et de l'est à l'ouest. Aujourd'hui, Mashteuiatsh est situé dans une zone urbanisée et déboisée et le mode de subsistance, ainsi que le mode de vie des *Pekuamiulnuatsh* est semblable à la société québécoise. La Première Nation des *Pekuamiulnuatsh* compte, aujourd'hui, 8764 membres dont 2124 vivent dans la communauté de Mashteuiatsh (Système d'inscription des Indiens, Affaires autochtones et du Nord Canada, mars 2022 cité dans <https://www.mashteuiatsh.ca>). Les langues parlées sont le *Nehlueun*<sup>14</sup> (notre langue), ainsi que le français qui a été adopté comme langue véhiculaire (Teoran 2006).

La nation innue peut nous sembler fort homogène de l'extérieur, mais il s'agit d'une entité étant composée d'une population particulièrement hétérogène. Mashteuiatsh est d'ailleurs composée d'un tissu social hautement diversifié, notamment en raison de sa situation géographique. La communauté se situe aux limites de plusieurs territoires appartenant aux autres nations autochtones, dont les Cris, les Atikamekw et les Abénaquis. Ainsi, de nombreux individus inscrits à la bande de Mashteuiatsh proviennent des nations avoisinantes. La situation de proximité permettait aux ancêtres des *Pekuamiulnuatsh* de s'allier aux nations voisines par mariage. Les membres de ces différentes nations se sont donc intégrés dans la communauté. De plus, dès la création de la réserve, afin de faciliter la sédentarisation, le gouvernement a favorisé l'installation de familles abénakises, de tradition mi-sédentaire, pour qu'elles enseignent les rudiments de l'agriculture aux familles ilnues, un peuple nomade, vivant dans la forêt, de chasse, de pêche et de cueillette, se déplaçant au rythme des saisons (Boucher 2008 ; Teoran 2006, 37). Ainsi, la diversité présente dans la population de Mashteuiatsh est, par ailleurs, à la base d'importantes tensions, au sein même de la communauté, dont il sera question plus loin.

---

<sup>14</sup> Il est à noter que de nombreuses personnes, durant mon séjour à Mashteuiatsh, m'ont fait part de leur regret de ne pas connaître davantage leur langue et de pouvoir communiquer uniquement en français.

Durant la tragique période des pensionnats, les enfants dont la langue maternelle était l'*Innu aimun* étaient envoyés au pensionnat de Fort George (Baie James), alors que les enfants nés de mariages entre des femmes autochtones et les hommes allochtones et dont la langue maternelle était le français étaient envoyés à La Tuque ou à Trois-Rivières (Boucher 2008). Ainsi, des enfants, de ce qui était à l'époque connu sous le nom de Pointe-Bleue, furent envoyés à Fort George à 1100 km de leur famille, ce qui provoqua un déracinement violent de ces individus à leur famille. Une situation semblable fut vécue chez les Atikamekw. On envoya les enfants atikamekw à Saint-Marc (1955), où ils seront plus nombreux que les Algonquins de l'endroit, puis à Pointe-Bleue (1960) (Laperrière 2017, 98). J'ai d'ailleurs fait la rencontre, durant mon séjour à Mashteuiatsh, de personnes ayant été envoyées aux pensionnats de Pointe-Bleue<sup>15</sup>, lors de leur enfance et adolescence, qui ont pris la décision de faire leur vie sur les rives du *Pekuakami*.

Par conséquent, sans compter les unions avec des allochtones, il y a aujourd'hui dans la communauté de Mashteuiatsh des individus, ainsi que des familles crie, atikamekws et abénaquises. Boucher (2008, 3) avance que la communauté de Mashteuiatsh, du fait de son éloignement physique des autres communautés innues et de son tissu social hétérogène, a du mal à s'identifier sans équivoque à la nation innue. J'utilise donc davantage la dénomination « Autochtone », dans cette étude, en raison de l'hétérogénéité sociale de Mashteuiatsh. J'utilise aussi le terme *Pekuakamiulnuatsh* pour désigner les habitants de Mashteuiatsh et j'inclus, par cette appellation, non seulement les *Innuatsh*, mais aussi tous les Autochtones et Métis vivant sur la rive du *Pekuakami*.

## **Le choix de la communauté de Mashteuiatsh**

J'ai choisi de m'intéresser à la question de la beauté telle qu'elle est vécue chez les femmes autochtones de Mashteuiatsh. Plusieurs raisons ont motivé le choix de cette communauté. D'abord, j'ai réalisé cette étude durant le contexte pandémique de la COVID-19 qui a grandement restreint mes possibilités de recherche. Cet état de fait fut déterminant dans mon choix d'étude de cas puisque plusieurs communautés des Premières Nations ont fermé leurs portes aux

---

<sup>15</sup> Bien que la date de fermeture du pensionnat de Pointe-Bleue est sujette à controverse, cette école peut être indiquée comme fermée en 1965 puisqu'elle change de statut à ce moment. Il faut noter, cependant, que la date officielle de fermeture inscrite dans les rapports est en 1991 (Bousquet 2017).

visiteurs de l'extérieur durant les différentes vagues de la maladie. Plusieurs autorités sanitaires des communautés autochtones, inquiètes des recrudescences du nombre de cas de COVID-19, ont, dès la première vague, géré fermement de la pandémie en mettant en place les mesures qui correspondaient le mieux à leurs membres puisque la situation sociale et géographique des communautés varie de l'une à l'autre. Pour empêcher la propagation du virus, les communautés autochtones des Nations atikamekw et innue, par exemple, ont installé des guérites à leur entrée afin de garder le contrôle des allées et venues. La possibilité de recherche à l'intérieur des communautés était donc encore plus ardue qu'en temps normal. Par chance, la communauté de Mashteuiatsh m'a donné une réponse positive concernant mon projet de recherche et j'ai pu réaliser mon terrain à l'automne 2021.

À l'automne 2021, j'ai résidé dans la communauté où j'ai réalisé 14 entretiens ethnographiques avec des femmes autochtones. Mon séjour a, malheureusement, dû être écourté à un mois en raison de circonstances familiales particulières (le décès de ma grand-mère). Heureusement, mon passage à Mashteuiatsh a été dense en rencontres enrichissantes et m'a laissé de vives impressions. Les données que j'ai pu recueillir sont riches pour la compréhension globale de la place de la beauté dans la vie de ces femmes. Je crois que puisque Mashteuiatsh est mon site primaire de recherche et qu'il ne s'agit pas d'une étude comparative, la durée de mon séjour n'a pas affecté la qualité de mes données.

## **Entretiens ethnographiques et observation participante**

### Entamer le dialogue

L'intention première, au cœur de cette enquête de terrain, était de réaliser des entrevues semi-dirigées avec des femmes de cette communauté afin de comprendre leur expérience de la beauté en profondeur. Mon objectif était de laisser la parole aux femmes autochtones à propos de leurs expériences quant à la beauté dans leur quotidien. Ainsi, les méthodes qui ont été utilisées ont été des entrevues individuelles semi-structurées, ainsi que de l'observation participante dans la communauté. Consciente d'un possible fossé social et culturel entre les participantes de l'étude et moi-même, la chercheuse montréalaise, et pour éviter tout malentendu, j'ai entamé un dialogue avec quelques personnes demeurant dans la communauté avant d'y séjourner.

L'organisme communautaire Puakuteu qui est le comité de femmes de Mashteuiatsh a d'ailleurs contribué à faciliter mon arrivée et à faire le pont entre la communauté et moi. Également, Louise Bergeron, une femme de la communauté qui m'a généreusement hébergée, a été d'une aide précieuse et a fourni un immense support pour le recrutement des participantes à mon étude. Elle m'a mise en contact avec de nombreuses personnes et grâce à elle, tous les jours ont été remplis et m'ont permis d'atteindre mes objectifs.

#### La présentation du projet

Avant de venir séjourner à Mashteuiatsh, j'ai dû envoyer une description de mon projet de recherche expliquant mon étude, mon approche et mes objectifs. J'ai présenté ma recherche comme un projet centré sur le positif puisque je souhaitais m'éloigner de l'accent épidémiologique négatif dans la recherche s'intéressant aux femmes autochtones. J'ai rapidement constaté, en faisant mes lectures, que les textes abordant des sujets à propos des femmes autochtones ont souvent des connotations négatives et les textes portant sur la beauté n'y font pas exception. Les chercheuses et chercheurs continuent de se concentrer sur l'asservissement des femmes aux standards de beauté et à l'idéal mince et il y a une omission surprenante de la littérature traitant des forces des femmes face à des pressions aussi écrasantes. La manière dont les peuples autochtones se sentent à l'égard de leur corps n'est généralement pas explorée dans la recherche (Coppola et al. 2017; McHugh, Coppola, et Sabiston 2014; Marchessault 2004). Pourtant, j'avais l'intuition que le sujet de la beauté touche, aussi, du positif dans la vie des femmes autochtones. Je tenterai de mettre en exergue ce biais nuancé dans les prochaines parties.

La façon dont j'ai présenté mon projet a été très importante pour la participation des femmes. En effet, j'ai dû spécifier, à plusieurs reprises, qu'il ne s'agissait pas seulement d'une étude sur la beauté physique, car on m'a souvent répondu « je ne suis pas un mannequin, je ne suis pas la bonne personne à qui demander pour ta recherche ». J'ai donc étendu la présentation de ma recherche à la beauté intérieure. De plus, j'ai constamment gardé en tête que le fait d'aborder certains sujets à propos de la beauté pourrait possiblement rendre certaines personnes mal à l'aise et j'ai donc prévu des questions ouvertes et j'avais prévu une petite activité brise-glace où j'invitais certaines femmes à me parler de la beauté de personnalités publiques plutôt que de leur

propre beauté. De cette façon, je crois avoir mis en confiance les personnes plus réservées. Je souhaitais véritablement éviter tout sentiment de jugement de valeur en parlant de certains sujets comme des standards de beauté et je me suis donc assurée d'une communication claire et compréhensible pour éviter ces impressions avant les entretiens. Évidemment, les participantes avaient la possibilité de se retirer à n'importe quel moment durant les entrevues, mais personne ne m'a communiqué le besoin d'arrêter l'entretien ethnographique ou de passer une question.

### Entretiens ethnographiques

Les rencontres avec les participantes furent très variées. Mes rencontres étaient individuelles, excepté une rencontre qui a eu lieu en petit groupe. La plupart des entretiens se sont déroulés en une séance plutôt formelle s'organisant autour de mon guide d'entrevue et à quelques reprises, les entretiens se sont prolongés sur deux rencontres. La durée des entrevues variait grandement entre quarante minutes jusqu'à deux heures selon les participantes et leurs disponibilités. Je me suis entretenue avec quatorze femmes, soit un nombre plus élevé que j'avais prévu. J'ai choisi un échantillon de femmes d'âges variés : une femme avait moins de vingt ans, trois femmes étaient dans la vingtaine, deux femmes dans la trentaine, quatre femmes dans la quarantaine, deux femmes dans la cinquantaine, une femme dans la soixantaine et une femme de plus de soixante-dix ans.

Mon guide d'entrevue était construit de sorte que les questions étaient assez larges et ouvertes. Mes questions n'ont pas été posées dans un ordre prédéfini, mais ont plutôt suivi la dynamique verbale de la personne qui s'exprimait. Les principaux thèmes qui ont été abordés dans mes entrevues sont la beauté (pas seulement physique), ainsi que la féminité. La vision de soi et des autres, les standards de beauté occidentaux, les routines de beauté dans le quotidien, ainsi que les réseaux sociaux ont été les sujets discutés dans les entrevues avec les participantes. Des questions d'ordre général à propos de la vision de soi et des autres ont été abordées. Par exemple, « pour toi, qu'est-ce qu'une belle personne ? », « qu'est-ce qui rend une personne belle ? », « à quel moment te sens-tu belle (ou moins belle) en général ? ». Certaines questions étaient davantage d'ordre pratico-pratique et portaient sur les points suivants : maquillage, vêtements, bijoux, coiffure, *etc.* Par rapport aux standards de beauté, les questions suivantes ont été énoncées : « Y a-t-il des actrices qui te ressemblent dans les films et à la télévision ? »,

« comment te sens-tu face aux images de femmes exposées dans les médias ? ». D'autres questions ont ciblé, également, la mise en scène de la féminité et de la beauté sur les réseaux sociaux : « Mets-tu des photos ou des vidéos de toi sur les réseaux sociaux ? ». J'ai, finalement, laissé ce dernier point de côté puisque les réseaux sociaux ne semblaient pas jouer un rôle de grande importance dans la vie de plusieurs de ces femmes et lors des entrevues, ce sujet n'a pas semblé accrocher la plupart des participantes.

#### Critères de recrutement

J'ai établi mes critères de sélection selon ces catégories : les personnes devaient s'identifier comme femme et autochtone (inscrite ou non au registre des Indiens) et être âgées de 18 ans et plus. Mon intention initiale était de rencontrer des femmes plus spécifiquement entre 18 ans à 35 ans puisque je souhaitais réaliser une étude avec un angle dirigé vers les jeunes qui, j'avais l'impression, allaient être affectées plus profondément que leurs aînées par les standards de beauté et de féminité diffusés dans l'environnement social québécois dominant. Mon âge me donnait également plus facilement accès à cette tranche d'âge. Cela dit, j'ai finalement pris la décision d'ouvrir mon échantillon d'âge à toutes les femmes qui souhaitaient participer à mon étude. Louise Bergeron, dont j'ai parlé plus tôt, m'a d'ailleurs aidée à trouver des femmes de toutes les tranches d'âge. Dans le cadre de cette recherche, j'ai attribué des pseudonymes — sauf à celles qui m'ont demandé d'écrire leur prénom — lorsque je cite certains passages de mes entrevues.

J'ai pris la décision d'exclure les hommes autochtones de mon étude puisque je souhaitais me concentrer uniquement sur la réalité des femmes. Je voulais non seulement comprendre la beauté vécue dans le quotidien des femmes autochtones, mais aussi comment la beauté s'articule autour de la notion de féminité en raison de la proximité de ces deux concepts dans l'imaginaire populaire.

#### Observation participante

J'ai utilisé la logique de l'observation participante lors de mon travail de terrain. Il s'agit d'une des méthodologies privilégiées lors des études de terrain ethnographique dans laquelle l'ethnographe s'immerge dans la vie sociale de ses hôtes et participe à leur quotidien pour ainsi

tenter de comprendre leur expérience vécue de l'intérieur. Non seulement les entrevues permettent à la chercheuse de connaître les perspectives des individus, mais l'observation participante permet d'approfondir la compréhension de la réalité de ces personnes et de faire sens des récits rapportés en les inscrivant dans un contexte donné. Kovach (2009) souligne le caractère profondément relationnel de l'observation participante. J'ai pu comprendre ce que les gens disaient et faisaient dans le contexte des interactions sociales. Cette méthode m'a permis de saisir la logique derrière certaines affirmations que m'ont faites des participantes, ainsi que de prendre du recul et de faire une analyse critique. L'expérience vécue du terrain m'a aidée à développer un nouveau regard sur certains phénomènes. Toutefois, en raison de la COVID-19, les opportunités d'activité et les possibilités d'entrer dans les cercles sociaux étaient moindres qu'en temps normal, donc je déplore n'avoir pas pu faire autant d'observations participantes que j'aurais souhaitées. J'ai, en revanche, pu participer, notamment, à la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation sur le site Uashassihsh où j'ai été en mesure de faire quelques observations qui ont été utiles à mon analyse.

#### Analyse des données

Mon corpus de données comprend l'ensemble des verbatims des entretiens, ainsi que mes notes de terrain. Pour l'analyse des données, ainsi que pour mon enquête ethnographique, je me suis largement inspirée du livre de « Guide de l'enquête de terrain » de Stéphane Beaud et Florence Weber (2010). Après avoir transcrit mes verbatims, j'ai réalisé une prise en note de remarques et analyses préliminaires à l'aide de fiches thématiques. Puis, j'ai effectué une analyse transversale, classé les données et cherché une tonalité d'ensemble. Après avoir hiérarchisé mes données, j'ai regroupé ces mêmes données, mes observations et mes impressions générales. Le principal défi a été de prendre la décision de laisser de côté certains matériaux présents dans les entretiens qui ne répondaient pas à certaines de mes questions de recherche. J'ai donc tenté d'apprécier l'unicité de chaque entretien ethnographique tout en contextualisant, en créant des liens et rapprochements avec l'ensemble du corpus de données.

## Éthique de recherche et positionnement de la chercheuse

Il est d'abord important de rappeler que les femmes autochtones ont longtemps été absentes de la recherche, qui se concentre habituellement sur les hommes pour ensuite être généralisée aux femmes. Avant de mettre les pieds à Mashteuiatsh, j'avais conscience que j'étais sur le point de travailler particulièrement avec des femmes autochtones qui ont été marginalisées en raison de l'imposition par l'État de structures de gouvernance patriarcales. L'histoire récente des peuples autochtones du Canada, en particulier celle des femmes autochtones, est marquée par l'imposition de politiques assimilatrices par l'application de la Loi sur les Indiens. En 1985, les femmes autochtones ont mené une bataille contre la domination coloniale et certains articles discriminatoires de la Loi sur les Indiens ont été modifiés sans toutefois régler entièrement la situation<sup>16</sup> (FAQ). L'organisation Femmes autochtones du Québec (FAQ, 6) soutient qu'il est primordial que tous les projets de recherche impliquant ou portant sur des enjeux concernant les peuples autochtones nécessitent la prise en compte de certains éléments spécifiques au contexte culturel qui diffèrent d'un groupe autochtone à l'autre.

Pendant toute la durée de mon projet, mes démarches devaient donc prendre en compte des aspects culturels et historiques pour m'assurer d'une participation équitable et d'une bonne répartition des avantages pour les femmes. Pour ce faire, j'ai basé mon éthique de recherche sur l'« Énoncé de politique des trois Conseils : Éthique de la recherche avec des êtres humains » et plus particulièrement sur le chapitre 9 « Recherche impliquant les Premières Nations, les Inuits ou les Métis du Canada ». Je me suis, aussi, beaucoup référée aux « Lignes directrices en matière de recherche avec les femmes autochtones », document publié par la FAQ. Ces lignes directrices m'ont aidée à collaborer plus efficacement avec la communauté. J'ai donc entamé un dialogue avant le recrutement des participantes et il a été maintenu tout au long de la recherche. Je souhaitais communiquer, entre autres, les objectifs de la recherche, répondre aux questionnements, ainsi que discuter de la nature et l'étendue de la participation. Il semble essentiel de créer une communication adaptée, intelligible et respectueuse pouvant mener à une certaine relation et à de la confiance mutuelle. Les résultats de recherche seront envoyés

---

<sup>16</sup> La Loi sur les Indiens et son poids sur les peuples autochtones, particulièrement les femmes autochtones, seront abordés plus loin.



individuellement à chaque participante par courriel dans un langage accessible. Si les participantes sont intéressées et que la situation sanitaire le permet, je désire retourner dans la communauté pour leur faire une présentation de mes résultats.

J'ai tenté durant mon terrain, ainsi que dans mes analyses de données, d'adopter une approche décoloniale puisque, comme l'affirme Linda Tuhiwai Smith (2012, 62), les connaissances et les sciences occidentales profitent de la colonisation des peuples autochtones en amassant des données pour leur bénéfice. En effet, les peuples autochtones ont été, dès les premiers contacts avec les Européens, le sujet de nombreux ouvrages et documents qui ont par la suite servi de base à l'établissement de politiques et de projets coloniaux (Tuhiwai Smith 2012). L'Association des femmes autochtones du Canada (AFAC) propose l'application d'une analyse comparative culturellement pertinente selon les sexes (ACCPS) qui propose d'inclure, entre autres, les impacts de la colonisation dans les paramètres à utiliser lors de l'analyse. J'ai donc tenté, dans cette recherche, de mettre la voix des femmes autochtones de l'avant. Par ailleurs, pendant longtemps, les savoirs spécifiques des femmes autochtones, longtemps considérés comme inférieurs et moins prestigieux que ceux des hommes, ont été laissés de côté par la recherche (par ex. santé, alimentation, organisation sociale). Il est donc important de considérer ces savoirs comme uniques et valables possédant leurs propres fonctions et processus de validation (Kovach 2009 ; FAQ 10 ; Tuhiwai Smith 2012).

Comment faire pour éviter d'altérer la voix des participantes à la recherche, les exploiter ou les laisser sans voix dans le récit de leurs propres histoires ? Kovach (2009, 81) avance qu'il faut porter attention aux questions de représentation dans la recherche. Cela provient des propres croyances d'une chercheuse ou d'un chercheur à propos de la représentation de la voix d'un participant à la recherche et sur la façon dont cela se manifeste dans tous les aspects de la recherche, y compris les choix faits concernant la collecte et l'interprétation de l'histoire. La représentation et la voix ont une importance particulière dans la recherche qualitative puisque cette forme d'enquête demande aux participantes et participants de partager leurs expériences personnelles. Les choix faits concernant la représentation dans la recherche et la façon dont la « voix » des participants est présentée révèlent les hypothèses de la chercheuse ou du chercheur sur les connaissances. Et ceci est lié, selon Kovach (2009), aux relations de pouvoir. Il existe un continuum de perspectives

parmi les chercheurs qualitatifs. Cela va de ceux qui croient que la connaissance est hautement contextualisée et que les participants devraient avoir une participation holistique à la recherche à ceux qui croient que la connaissance peut être décontextualisée, laissant le chercheur contrôler la recherche. La notion de « supériorité positionnelle » d'Edward Saïd permet de conceptualiser la façon dont le savoir et la culture sont découverts, extraits, appropriés et distribués (Tuhiwai Smith 2012, 61).

Dans le cadre de cette recherche, j'ai eu pour souci de travailler dans un esprit de respect tout au long du processus de cette étude. Il s'agissait de considérer ce que les personnes trouvaient important de dire et d'aborder dans la recherche. J'ai modifié ma recherche sur ce qui était important du point de vue des femmes rencontrées. En ce sens, j'ai modifié mon guide d'entrevue au fur et à mesure que les personnes s'exprimaient et le format d'entrevue semi-dirigée, qui est assez ouvert, a permis aux femmes autochtones de discuter des points qui leur semblaient importants. Je déplore, en revanche, de ne pas avoir eu la possibilité de rendre ce travail plus collaboratif. En effet, la maîtrise est un processus qui s'échelonne sur une courte période et les étudiantes et étudiants doivent souvent composer avec des ressources limitées dans un temps déterminé. Pour remédier à cette lacune, j'ai pour projet de m'assurer un retour tangible à la communauté.

### Réflexivité

Ce projet m'a poussé à me questionner sur mon positionnement en tant que chercheuse. Je me suis posé plusieurs questions : qui écrit, pour qui l'écriture est-elle faite, dans quelles circonstances, qui va profiter de ce travail, comment les résultats seront diffusés ? Pour être en mesure d'y répondre, j'ai tenté de faire preuve de réflexivité en me rendant étrangère à moi-même, c'est-à-dire de me soumettre à un interrogatoire approfondi. C'est la méthode que Beaud et Weber (2010, 80) appellent l'auto-analyse, c'est-à-dire l'objectivation des attentes subjectives de la chercheuse ou du chercheur, des engagements plus ou moins inavoués des prises de position qui sont socialement déterminées. La réflexivité est un moyen d'identifier les biais et peut être perçue comme un indicateur de validité dans la recherche qualitative. Je me suis donc prêtée à l'exercice de l'auto-analyse et voici ce qui en est ressorti : je suis une femme allochtone dans la vingtaine qui effectue une recherche dans le but d'écrire mon mémoire et ainsi obtenir

mon diplôme universitaire. Je suis une féministe avouée et il est certain que ce mouvement teinte mon projet. D'ailleurs, l'enquête féministe est une approche méthodologique hautement réflexive. Cette approche permet aux chercheuses féministes de partager l'expérience de la conduite de la recherche et leur propre expérience subjective avec leurs participantes et participants à la recherche tout au long du processus (Kovach 2009, 33). Ceci a influencé mon rapport au terrain, mon traitement des données, ainsi que mon approche à la rédaction puisque dans ma recherche et au fil des rencontres, j'ai partagé mes expériences, mes réflexions et certaines facettes de mon identité. Dans cette recherche qui est un processus de création de sens, je me suis donc mise en relation avec les autres pour apprendre et générer des connaissances.

## **L'expérience de la beauté**

Si le profil des femmes rencontrées était assez varié, leur expérience de la beauté, bien que différente selon chaque personne, est à plusieurs égards similaire. Lorsqu'il s'agit de faire la synthèse du lien qu'ont ces femmes de Mashteuiatsh à la beauté, plusieurs de leurs idées se sont recoupées. La thèse de ce chapitre est la suivante : les femmes sont moins préoccupées par la beauté physique que par la beauté intérieure. Bien que, comme nous le verrons, la beauté physique prenne une place importante dans la vie de ces femmes, notamment dans la construction de l'identité, elle ne prime pas sur les qualités intérieures des personnes. En effet, il n'est pas nécessairement considéré comme capital d'être belle physiquement pour être acceptée et être vue comme une beauté. Dans cette section, la distinction entre beauté physique et beauté intérieure sera présentée et les expériences des femmes en lien à ces deux thèmes seront discutées.

### **La beauté intérieure**

Les femmes interrogées, dans le cadre de ce projet, ont été unanimes : la beauté physique est secondaire à la beauté intérieure et celle-ci peut rayonner et rendre une personne belle physiquement. Il semblerait que ce sont, avant tout, les qualités internes et propres à la personne, ainsi que les valeurs qui régissent sa vie qui la rendent magnifique. Être authentique, bienveillante, accueillante, ouverte, aider et respecter les autres, partager, faire preuve de compassion et d'écoute, ainsi que le fait d'être bien dans sa peau sont des qualités qui ont été

nommées à multiples reprises durant les entrevues. Claudie (32 ans) indique qu'il y a deux formes de beauté et que la beauté intérieure surpasse la beauté physique puisqu'elle peut se refléter dans l'apparence physique des individus.

Dans le fond, y a deux formes de beauté : la beauté intérieure, la beauté extérieure. Y en a qui ont les deux. Y en a qui ont la beauté intérieure, mais qui deviennent belles extérieurement parce qu'elles resplendent de l'intérieur, mais avec les standards de beauté on n'est pas naturellement attiré vers elles. Des fois, t'es juste belle extérieurement pis à l'intérieur t'as plein de bobos. T'as pas de conversations profondes, t'as pas de valeurs profondes.

De son côté, Gabrielle (20 ans) explique comment elle a perçu les personnes du comité de femmes Puakuteu :

C'est vraiment dans le cœur qu'ils sont beaux (les gens de Mashteuiatsh). La première fois que je suis venue ici (au comité de femmes Puakuteu) (...) j'ai été accueillie. J'étais gênée, mais toutes les femmes m'ont accueillie et je me suis dégênée, je me suis sentie à l'aise. J'ai pas de mots, j'ai vraiment l'impression qu'ils sont plus fins que les blancs. Y'ont peut-être moins de jugements.

On discerne que les belles personnes le sont, d'abord, en raison de leur gentillesse, de leur ouverture et de la façon dont elles interagissent avec les autres. Cette notion de relations avec les autres a souvent été soulignée pendant les entrevues. Il a semblé que la perception de la beauté est liée à la collectivité. Pour plusieurs, le fait d'avoir une vie familiale remplie et saine mettait de l'avant la beauté des individus. Entre autres, Karine (42 ans) fait valoir, en me montrant sa photo préférée, dans laquelle on voit toute la tendresse qu'elle a pour son enfant, qu'être mère lui donne un regard différent pour s'aimer et se trouver belle dans sa maternité. Pareillement, Diane (73 ans) me raconte ses accouchements : « J'ai eu des moments où je me trouvais vraiment belle. C'est drôle de dire ça, mais c'était après mes accouchements, quand j'ai eu mes filles. Je me sentais très femme ». Pour elle, une famille « tissée serrée » et l'amour que l'on donne et que l'on reçoit, c'est véritablement beau. De même, des événements spéciaux vécus avec ses proches, un mariage par exemple, font ressortir la beauté de chacune. La beauté se trouve, par conséquent, dans les connexions humaines que les femmes créent avec les personnes qui les entourent. La façon d'entrer en contact avec les gens, ainsi que la personnalité est très importante pour Manon (56 ans) qui affirme :

On voit la beauté, d'abord, physiquement, puis vient la beauté intérieure et ensuite c'est au niveau de la profondeur, la façon dont cette personne-là interagit avec les autres. Parce que moi je suis quelqu'un de très sensible, alors quelqu'un va être très beau physiquement, mais si la personne est très sèche, amère, rigide (...) on va dire que le côté physique ça perd des points automatiquement. (...)

Une belle personne, c'est sûr que le physique, je le cacherai pas, c'est important, c'est le premier regard qu'on porte, c'est la première chose sur laquelle on se base pour dire qu'une personne est belle, mais ensuite c'est la personne elle-même, sa personnalité, ses traits de caractère, ses traits de personnalité qui priment.

S'exprimer, se présenter, agir sont toutes des actions qui ont un impact dans la perception des gens à propos de la valeur, autrement dit, de la beauté intérieure de quelqu'un. Le rire, par exemple, est considéré comme essentiel dans la perception de la beauté d'une personne à Mashteuiatsh. Le sens de l'humour<sup>17</sup>, le rire, le sourire, faire des blagues sont perçus comme faisant rayonner quelqu'un de l'intérieur et de l'extérieur. Laurent Jérôme (2020, 142) note, d'ailleurs, au cours de ces différents terrains ethnographiques en milieu autochtone au Québec et au Brésil, que le rire et l'humour ont un rôle central dans tous les domaines de la vie quotidienne que ce soit dans les relations sociales et familiales, dans la gestion de conflits, dans les stratégies d'enseignement ou même dans les récits et la tradition orale.

D'un autre côté, les participantes ont souligné qu'il est ardu de se sentir belle physiquement, de même qu'intérieurement, lorsque la vie de celles-ci va moins bien. Lorsqu'une personne n'a pas le moral, manque de confiance en elle, a des troubles de santé mentale, néglige de s'occuper de son bien-être ou qu'elle négocie avec des problèmes de consommation, par exemple, il n'est pas aisé d'aimer l'image qui se reflète dans le miroir. Isabelle (46 ans) s'est souvent mise de côté pour prendre soin de sa famille et s'est fréquemment sentie submergée par le travail. Elle a donc cessé de prendre soin d'elle, par exemple se faire les ongles ou faire des activités qu'elle aime, comme elle avait l'habitude de le faire avant d'avoir des enfants. Aujourd'hui, elle a du mal à se trouver jolie. L'état mental dans lequel elle est plongée, chaque jour, l'empêche d'apprécier son apparence physique, ainsi qu'aimer pleinement sa beauté intérieure.

---

<sup>17</sup> Je tiens à dire que j'ai beaucoup ri avec les femmes de Mashteuiatsh qui ne perdent jamais une occasion d'avoir un fou rire ! À ce sujet, « Le missionnaire jésuite Paul Lejeune rapportait ainsi, il y a près de 400 ans : "le ne croy pas qu'il y aye de nation sous le soleil plus mocqueuse et plus gausseuse que la nation des Montagnais. Leur vie se passe à manger, à rire, et à railler les uns des autres, et de tous les peuples qu'ils connaissent" (Lejeune, 1972 : 30 cité dans Jérôme 2020, 142).

En résumé, la beauté intérieure a été définie, par ces femmes, comme un ensemble de caractéristiques et de qualités appartenant aux individus qui sont considérés positivement par soi ou par autrui. Ces attributs rendent les personnes agréables et elles sont perçues comme étant belles. L'état mental dans lequel est une personne importe puisque cela joue dans la perception de sa beauté physique et intérieure. Tout comme les participantes noires de l'étude de Parker et al. (1995) qui décrivaient la beauté en termes de personnalité, les femmes de Mashteuiatsh étaient moins susceptibles de définir la beauté en termes d'apparence physique. Le contexte culturel des participantes joue sans aucun doute un rôle dans les expériences en lien avec la beauté. On pourrait même affirmer que le contexte culturel peut agir, dans une certaine mesure, comme protection contre les messages extérieurs sur la beauté. Comme l'ont souligné Crocker et Major (1989), il pourrait exister des attitudes culturelles différentes entourant l'expérience de la beauté qui permettraient à certaines personnes non blanches d'accepter ou tolérer des traits n'entrant pas à l'intérieur du standard de beauté mondial, ainsi qu'incorporer des caractéristiques de beauté, telle que la beauté intérieure, qui diffèrent de ce standard. Ces attitudes culturelles sont transmises par des figures importantes dans la vie des individus. Chez les participantes de mon projet, la beauté intérieure a été enseignée par, entre autres, des modèles féminins qui en sont l'incarnation.

#### *Des modèles de beauté féminins*

Plusieurs participantes ont mentionné le nom de femmes de leur entourage qui ont eu des apports marquants dans leur vie. Les mères, grands-mères, sœurs, tantes, amies de certaines ont eu des impacts considérables dans l'inspiration à cheminer, à guérir et à grandir. Ces personnes sont considérées belles par les femmes interrogées puisqu'elles exercent une réelle influence dans le quotidien de ces dernières. Par exemple, Valérie (22 ans) me parle de la résilience de sa mère qui a réussi à se sortir d'une situation de violence conjugale et de sa grand-mère qui est une femme forte et débrouillarde. Elles sont, toutes deux, des modèles de beauté (intérieure et extérieure) qui l'inspirent grandement. Quant à Mélissa (40 ans), sa mère lui a enseigné son histoire autochtone, sa culture, ainsi que des savoirs autochtones traditionnels.

Ces femmes ont souligné que les relations avec les autres femmes, ainsi que le soutien de la communauté jouaient un rôle notamment dans les conceptions sur la beauté. Non seulement les

femmes de l'entourage des participantes jouaient souvent un rôle dans l'acceptation de leur apparence, mais elles agissaient en tant que modèles de beauté intérieure. Parker et al. (1995) ont démontré dans leur étude sur la vision corporelle des adolescentes noires des États-Unis que leur expérience de la beauté était façonnée de façon semblable aux femmes autochtones de Mashteuiatsh grâce, notamment, aux figures féminines marquantes de l'entourage. Le fait d'avoir un bon entourage et d'avoir des modèles positifs autour de soi a une influence bénéfique dans l'expérience de la beauté, ainsi que sur l'estime de soi.

Pour Sylvie (52 ans), Caroline (60 ans) et Manon (56 ans), les femmes faisant une différence à l'échelle de la communauté ou plus largement dans l'espace public les inspirent énormément. Le texte « Heart of the nations: Women's contribution to community healing » de la professeure Marlene Brant Castellano (2009), membre de la nation mohawk, met en lumière l'action des femmes des Premières nations dans le quotidien et au niveau institutionnel. Les femmes considèrent que leur travail, que Brant Castellano nomme « community healing » désignant l'investissement des femmes autochtones à l'échelle communautaire, favorise la guérison, ainsi que la restauration de l'équilibre brisé des familles, de la communauté et de la nation. Elles font preuve d'une grande agentivité en étant des agentes de changement qui tentent de rétablir l'équilibre dans les familles, la communauté et la nation. Elles considèrent que c'est la responsabilité des femmes de résister, d'éduquer et de guérir leurs communautés et leurs nations. Elles sont les cœurs de leur communauté autour desquels gravitent la famille, les membres de la communauté, la nation et la culture. Elles travaillent, souvent de manière invisible, à aider les autres à guérir et travaillent pour la guérison communautaire. Leurs préoccupations sont souvent centrées sur la famille et la qualité de vie communautaire, ce qui les renvoie à leur compréhension des valeurs et des savoirs transmis par leurs grands-mères. Elles s'engagent activement à protéger la qualité de la vie familiale et à insuffler du mieux-être dans le quotidien. Les femmes autochtones de Mashteuiatsh ont souligné, à maintes reprises, que de nombreuses femmes sont des modèles de réussite, sur un niveau professionnel ou personnel, en redonnant à la communauté par leur accomplissement permettant de créer, entre autres, un sentiment de fierté des origines. Cette fierté de son autochtonie est considérée comme un des éléments clés

de la beauté chez les femmes de Mashteuiatsh. Elle est exhibée de diverses façons comme dans la pratique de certaines activités.

### *Se sentir compétente*

Les activités, dans lesquelles les femmes se sentent compétentes, favorisent un sentiment de bien-être et, du même coup, elles se trouvent belles en les pratiquant. La mère de Mélissa (40 ans) lui a enseigné l'artisanat et la cueillette de plantes médicinales pour guérir sa famille. Cette dernière se sent valorisée puisqu'elle peut venir en aide à ses proches grâce à ses connaissances acquises par sa mère et elle sent une fierté de perpétuer des savoirs ancestraux.

D'ailleurs, quelques participantes m'ont fait part du projet, réalisé par le comité Puakuteu en collaboration avec le Musée amérindien de Mashteuiatsh, de confection de jupes de guérison en l'honneur des femmes autochtones disparues et assassinées. Ce projet a permis de mettre en valeur les compétences, ainsi que le cheminement des femmes. « Les jupes c'est la féminité<sup>18</sup> et il faut qu'on soit fière d'être femme et d'être des porteuses de vie. On est spéciale, on est magique » (Mélissa, 40 ans). Cette initiative de Puakuteu porteuse d'une symbolique sacrée de la féminité a donné aux femmes un sentiment de fierté, de force et leur a permis de renouer avec leurs traditions et leur culture. En effet, la tradition<sup>19</sup> veut que les femmes portent des jupes pour les cérémonies<sup>20</sup>.

La jupe à rubans est un habit porté fièrement par de nombreuses femmes autochtones de l'Amérique du Nord particulièrement qui représente notamment la féminité, la fertilité, un

---

<sup>18</sup> Le sujet de la féminité sera abordé plus loin.

<sup>19</sup> Comme le remarque Bruneau (2017, 110), la tradition est couramment conçue par les aînées, mais son application et sa signification peuvent être soumises à des débats dans les communautés. Par exemple, le « costume traditionnel » de la jupe, tradition toute jeune, peut susciter des débats. Certains auteurs et autrices, comme Kim Anderson (2009, citée par Bruneau 2017, 111), souligne que le port de la jupe est une façon pour les femmes de se connecter à la Terre mère et symbolise la maternité. D'autres, comme Emma Larocque (2007, 63, citée par Bruneau 2017, 110), expliquent qu'utiliser la figure de la maternité et de la jupe est problématique puisqu'elle utilise des déterminismes biologiques qui renforcent une binarité des rôles sociaux de genre qui se retrouvent au fondement de l'hétérosexisme et du patriarcat. Cette vision exclut donc les personnes qui ne s'y associent pas.

<sup>20</sup> Il semblerait que les vêtements ont beaucoup changé dans les communautés. Les femmes portaient des robes, ainsi que des jupes jusque dans les années 1960-1970. Les vêtements identifiaient clairement le genre de chacun, alors que, de nos jours, les femmes vont surtout porter des pantalons, alors que les robes et les jupes ne sont portées que lors des occasions festives, comme les mariages ou les pow-wows. Les vêtements unisexes sont les plus communs (Bousquet, Hamel-Charest, et Mapachee 2020, 124).



rapport aux ancêtres et l'égalité. Lisa Binkley (2021, 34) mentionne que « for the Mi'kmaq, the skirt embodies women's roles and contributions to matriarchal society, culture, traditions, and the power of Mi'kmaw women across space and time ». De même, Wuttunee, Altenberg, et Flicker (2019) font ressortir que, dans certaines communautés autochtones, les jupes à rubans sont portées par les femmes lors de cérémonies pour honorer la féminité. Les jupes incarnent une connexion à sa culture, ainsi qu'à une culture pan-autochtone plus large. Les jupes ont été adoptées par les femmes autochtones dès la Nouvelle-France. Les jupes à rubans fabriquées à partir de textiles manufacturés sont fabriquées par des femmes autochtones depuis le XIXe siècle, remplaçant peu à peu les vêtements de cérémonie précédemment cousus à partir de peaux d'animaux. Surtout portées par les Iroquoiennes au départ, les jupes à rubans se sont ensuite répandues dans plusieurs cultures autochtones. La confection de ce regalia est lié au lien maternel puisque les connaissances sont transmises de grand-mère à mère et puis à fille. Les jupes, surtout les jupes à rubans, portent, pour plusieurs, une symbolique sacrée de la maternité. Ces vêtements peuvent être portés pendant des cérémonies mettant en avant les femmes et la féminité (Binkley 2021, 27, 30, 34). La confection des jupes, faisant partie du processus de guérison des peuples autochtones, a mis de l'avant la force et la vulnérabilité des femmes participant à cette recherche puisqu'il s'agissait d'un projet émotif et d'un véritable défi. On m'a rapporté les rires, les pleurs, le support, l'entraide qu'il y a eu entre les participantes. Celles qui savaient coudre enseignaient à celles qui ne savaient pas et un esprit de collaboration et de camaraderie s'est installé.

On pourrait affirmer que le fait de se sentir belle est, pour les femmes *Pekuakamiulnuatsh*, relié à pratiquer des activités que l'on aime où les compétences sont valorisées, passer du temps avec les êtres aimés et à faire le bien autour de soi. Au fond, beauté et bien-être vont main dans la main. Les émotions positives, que ce soit la joie, le bien-être, la fierté d'être qui on est, poussent à avoir une vision de soi favorable. L'estime de soi joue, également, un rôle important dans la perception de la beauté d'une personne.

### *L'estime de soi*

Bien que l'estime de soi ne soit pas toujours en lien avec la beauté, l'évaluation (positive ou négative) de sa personne a un impact sur la vision de sa beauté. Le fait d'être valorisée (par soi-même ou par les autres), que ce soit par des paroles, des affirmations ou des actions change la

façon dont les femmes se voient. Anisheliss (20 ans et moins) m'a raconté comment elle a eu de nombreux problèmes d'estime d'elle-même en raison de commentaires sur son apparence physique :

Quand tu te fais dire « Non t'es pas belle » droit dans les yeux, ça fait mal. Après, t'as l'impression que tu comptes pas pour personne, que t'es pas assez belle, pas assez fine, ci et ça. Pi quand tu manques de ça (d'estime de soi), t'es pas capable de voir tes compétences, t'es pas capable de voir que t'es belle.

Les commentaires sur l'apparence physique d'une personne entraînent des conséquences sur la façon dont une personne va percevoir sa valeur. Des doutes sur sa valeur profonde et ses compétences influencent, également, l'image corporelle de soi. Pour Caroline (60 ans) et Karine (42 ans), lorsque les qualités internes sont valorisées, il est possible d'avoir de l'estime de soi et se trouver belle.

En outre, prendre soin de soi psychologiquement et spirituellement permet de s'aimer davantage. Sylvie (52 ans) me confie que son parcours entourant son estime d'elle-même a été parsemé d'embûches en raison de son vécu en lien avec une période où elle buvait beaucoup et où elle vivait dans un milieu où il y avait de la consommation. Ces années difficiles ont nui à son estime d'elle-même et elle s'est beaucoup renfermée. Après beaucoup de travail sur elle-même, en faisant notamment des affirmations positives en se regardant dans le miroir au quotidien, elle est, maintenant, bien dans sa peau et se considère belle. L'amour qu'elle donne et qu'elle reçoit dans les relations avec son conjoint et ses enfants lui ont, aussi, permis de retrouver son estime et de se voir comme elle est. Elle m'affirme que les gens autour d'elle la perçoivent comme étant plus belle physiquement en raison de son estime de soi. De manière semblable, Claudie (32 ans) a longtemps rencontré des difficultés à s'aimer puisqu'elle se comparait physiquement à des idéaux de beauté impossible à atteindre. Malgré la pression qu'elle sentait à correspondre aux standards de beauté, elle a réussi à s'aimer telle qu'elle est.

Il faut que la femme soit belle et qu'elle n'ait pas de défaut pour être considérée et ça, c'est *rough*. Et on a ce *step* à atteindre pour être « belle ». C'est difficile sur l'estime personnelle. Moi je l'ai travaillé fort mon estime personnelle, je suis rendue où je sais que je suis belle, je sais que je lui (en pointant une photo d'une femme correspondant aux standards de beauté) ressemblerai jamais, mais je suis belle à mon échelle.

Bien que les femmes m'aient davantage parlé de beauté intérieure, la beauté physique semble, néanmoins, jouer un rôle important dans le quotidien. Que ce soit dans l'acceptation de soi ou l'acceptation des autres, l'apparence physique touche plusieurs sphères de la vie des femmes *Pekuakamiulnuatsh*.

La beauté extérieure

Évidemment, les standards de beauté de la société occidentale n'épargnent pas même les femmes autochtones de Mashteuiatsh. Dans la société majoritaire, les standards de beauté qui s'adressent particulièrement aux femmes sont des notions socialement construites selon lesquelles l'attrait physique est l'un des atouts le plus importants des femmes et elles devraient s'efforcer à atteindre et à maintenir une belle apparence (Dion, Berscheid, et Walster 1972). Ces standards de beauté féminins vont, cependant, varier d'une culture à l'autre. On peut donc se demander jusqu'où les idéaux de beauté occidentaux vont peser sur les femmes *Pekuakamiulnuatsh*, si elles n'ont pas leurs propres standards et si elles sont influencées par d'autres pressions extérieures.

Comme nous l'avons vu plus tôt, certaines études, notamment celle de Thompson et al. (2002), ont suggéré que les jeunes femmes autochtones pourraient ressentir moins de pression de la part de la société pour avoir l'air minces, donc éprouver moins d'insatisfaction corporelle. Selon cette étude, les cultures autochtones acceptent davantage des poids corporels plus importants et sont moins portées sur la comparaison et la compétition entre les individus concernant la beauté physique. Au contraire, beaucoup d'autres études ont montré une grande proportion d'insatisfaction corporelle chez les femmes autochtones reliée à l'influence des standards de beauté occidentaux (Gittelsohn et al. 1996; Story et al. 1994; Coppola et al. 2017 ; McCabe et al. 2005 ; Lynch et al. 2007 ; McHugh et Kowalski 2011; Neumark-Sztainer et al. 1997; Neumark-sztainer et al. 1997; Newman, Sontag, et Salvato 2006 ; Rinderknecht et Smith 2002 ; Willows et al. 2013). Les participantes de cette recherche ont un rapport à la beauté extérieure qui pourrait être qualifié de nuancé. Bien qu'elles acceptent des représentations du corps variées et qu'elles ont parfois leurs propres idéaux de beauté, certaines vivent tout de même de l'insatisfaction corporelle.

### *La beauté physique au quotidien*

On m'a affirmé, à plusieurs reprises durant mes entretiens, que l'apparence physique est associée à une préoccupation plus superficielle pour plusieurs participantes. Néanmoins, toutes m'ont indiqué leurs préférences quant à ce qu'elles trouvaient beau dans le physique d'une personne et m'ont affirmé avoir une routine beauté (complexe ou très minimaliste selon les participantes). Beaucoup m'ont parlé de leur préférence « d'être au naturel », c'est-à-dire de ne pas trop se maquiller et se coiffer simplement. Cela dit, l'importance d'être soignée (aller chez la coiffeuse par exemple), de sentir bon, de prendre soin de soi et de son corps en général sont revenus à plusieurs reprises. Certaines ancrèrent l'apparence physique et prendre soin de son corps dans un discours de bonnes habitudes de vie telles que pratiquer du sport et bien s'alimenter. Elles liaient ces bonnes habitudes de vie à un sentiment de fierté et d'accomplissement. Le fait d'être en santé menait à une belle apparence physique, ainsi qu'à une certaine beauté intérieure en raison de sentiments positifs.

Pour « se faire belle » dans leur vie de tous les jours ou lors d'événements spéciaux, plusieurs avaient recours au maquillage. Bien qu'il semble que la préférence est de rester « au naturel », quelques-unes aiment se faire un maquillage léger dans la vie de tous les jours. C'est le cas d'Anisheliss (20 ans et moins) qui me fait savoir qu'elle aime se maquiller pour avoir une apparence qui selon ses dires est plus « autochtone » :

J'aime beaucoup me maquiller, pas un gros maquillage, mais juste mettre un peu de eye-liner, je me trouve vraiment belle. Définir mon œil parce que j'ai un œil plus occidental et l'autre œil plus autochtone bridé, fait que j'aime faire une petite pointe pour faire un œil plus bridé et je me trouve belle quand je porte ça.

Dans un même ordre d'idées, d'autres aiment aussi mettre de l'accent sur leurs yeux en les maquillant avec du mascara et un trait de crayon pour les yeux. Certaines vont, aussi, aller chez l'esthéticienne pour se faire mettre des extensions de cils. Caroline (60 ans) se sent plus à l'aise en sortant de la maison lorsqu'elle est maquillée, particulièrement si elle va dans son milieu de travail dans la communauté.

D'un autre côté, certaines femmes m'ont indiqué ne jamais se maquiller dans leur quotidien. Elles font une exception lors d'événements spéciaux, par exemple lors d'un mariage. Dans ces cas-là,

quelques-unes m'ont dit prendre un rendez-vous chez l'esthéticienne, la coiffeuse ou demander de l'aide à une amie pour se faire belle. Pour des occasions hors de l'ordinaire, elles vont fournir un effort pour se peindre les ongles, se coiffer et se maquiller d'une façon dont elles n'ont pas l'habitude. Au quotidien, ces femmes m'ont affirmé qu'elles aiment garder une routine de soin et de beauté assez simple. Claudie (32 ans) m'indique qu'elle n'aime pas beaucoup le maquillage dans son quotidien, mais elle aime tout de même se maquiller lors d'occasions spéciales : « J'ai jamais pris l'habitude de me maquiller tous les jours, je me suis habituée au naturel. (...) Le monde va me prendre comme j'suis. Je me dis que ma beauté, je veux la faire ressortir autrement que par du maquillage, mais quand ça arrive c'est toujours un petit *upgrade* ». Manon (56 ans), quant à elle, affirme qu'il n'est pas très courant chez les *Inuatsh* d'appliquer beaucoup de maquillage et qu'une personne qui se maquillerait beaucoup se ferait remarquer par les gens de la communauté :

Chez les Innus c'est pas beaucoup (de maquillage), les femmes se maquillent pas. Chez nous, mettons chez les Innus « traditionalistes », on va dire, c'est pas tellement courant. Ça va arriver, mais c'est plutôt rare. C'est plutôt naturel. (...) Pi je me sens à l'aise de ne pas me maquiller parce que c'est accepté. Comme là, si j'étais très maquillée, le monde se dirait, mais voyons. (...) ça se remarque parce que chez nous, dans nos communautés, le maquillage c'est pas le standard.

La norme de beauté par rapport au maquillage semble être la sobriété. Une allure plus naturelle semble préférée dans la communauté, exception faite lors des mariages et des cérémonies. Une personne qui se maquillerait beaucoup, au quotidien, se ferait pointer du doigt par ses pairs, voire rejeter. Manon ajoute, cependant, que, dans le passé, il existait diverses techniques de beauté chez les *Inuatsh*, mais celles-ci se sont pratiquement toutes perdues avec le temps. Les pertes des pratiques culturelles entourant la beauté s'expliquent notamment par les politiques d'assimilation nationalistes agressives, au XIXe siècle, au Canada (Binkley 2021).

Mais tu vois ancestralement, notre peuple pratiquait différentes techniques de beauté qui étaient la scarification, pi aussi les peintures du visage et du corps. Ce que moi j'en sais, un des rites de beauté c'était de se huiler et se graisser le corps pour maintenir l'hydratation du corps<sup>21</sup>. (...) mais maintenant les gens se graissent pu, sauf peut-être les cheveux.

---

<sup>21</sup> Bousquet (2002) et Delâge (2008) mentionnent que les Algonquins se mettaient de la graisse d'ours dans les cheveux et sur le corps, pour lui manifester du respect et pour en absorber le pouvoir.

Malgré la perte de certaines pratiques traditionnelles, le corps et les cheveux ont une place d'importance dans la vie de ces femmes. Il est à noter que sur le seuil des pensionnats<sup>22</sup>, les enfants devaient se départir, non seulement, de leurs croyances, de leur langue, de leurs habitudes et de leurs traditions afin d'être assimilés à la société eurocanadienne, mais ils recevaient aussi des vêtements occidentaux et se faisaient couper ou raser les cheveux, expérience hautement traumatique. Dès lors, on peut davantage saisir l'importance symbolique des cheveux chez plusieurs peuples autochtones. Le fait de se faire pousser les cheveux peut entrer à l'intérieur d'une démarche identitaire dans laquelle les cheveux longs incarnent une marque de l'identité. Pour la plupart des femmes interviewées, les cheveux longs, foncés et plats étaient préférés. La chevelure possède une haute importance personnelle, identitaire, est liée à la beauté et matérialise une symbolique féminine.

La féminité, notion assez floue et fluide pour plusieurs, a souvent été reliée à la beauté durant les entrevues. Certaines m'ont dit que lorsqu'elles se trouvent belles, c'est lorsqu'elles se trouvent féminines. Pour comprendre ce qu'elles voulaient dire par le mot « féminin », j'ai demandé des caractéristiques dites féminines, ainsi que des exemples de moments dans lesquels elles se trouvaient féminines. D'abord, on m'a nommé des caractéristiques plutôt internes comme la maternité, prendre soin des autres, être sensible et douce, avoir une force de caractère, *etc.* Puis, sur l'aspect physique, on m'a souligné que le fait d'avoir les cheveux longs, de se maquiller, de porter des bijoux, de s'habiller d'une façon qui avantage les courbes étaient des qualités féminines. Enfin, la façon d'agir, le comportement, la démarche, les activités pratiquées comme faire de l'artisanat, la cueillette de plantes comestibles et médicinales, guérir sa famille, pratiquer des activités sportives étaient aussi considérés comme féminin. Ainsi, la beauté et le féminin ont généralement été reliés par les participantes. Cela va sans dire, les participantes m'ont nommé ces caractéristiques en les qualifiant de « féminines » en me précisant qu'il peut y avoir du beau

---

<sup>22</sup> À ce sujet, écouter : Wawanoloath, Alexis (2021, 25 septembre). L'importance de la chevelure. Dans *Kuei Kue!*. Radio-Canada. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/kuei-kwe/segments/entrevue/372668/alexis-wawanoloath-premieres-nations-chevelure>

à l'extérieur du féminin et que ces traits dits féminins peuvent se retrouver chez des personnes qui ne se décrivent pas comme des femmes.

Les vêtements jouent aussi un rôle important dans la perception de la beauté. En effet, pour Valérie (22 ans) le style vestimentaire est un prolongement de la personnalité. Les habits que l'on porte montrent l'état mental dans lequel on se trouve et exposent les « couleurs » d'une personne. Sylvie (52 ans) aime bien mettre des chaussures qui étaient dans les mêmes teintes que le reste de son habillement. Les participantes m'ont affirmé qu'il était plus courant, dans la communauté de Mashteuiatsh, de porter des vêtements dits décontractés et confortables comme un jeans et un chandail assez neutre. Certaines vont ajouter des accessoires, par exemple des boucles d'oreilles, pour montrer leur personnalité dans leur habillement.

Puisque Mashteuiatsh est une petite localité, les options pour acheter leurs vêtements sur place sont limitées et les boutiques se retrouvent plutôt dans les villes comme Roberval, Chicoutimi, Québec ou bien les personnes achètent par internet. La proximité des magasins peut être un enjeu, pour certaines, pour s'habiller. Cependant, ces sorties en ville sont plus d'occasions de porter des vêtements plus chics que l'on ne porterait pas dans la communauté.

Lors d'occasions spéciales, beaucoup de femmes m'ont dit mettre des habits appropriés à l'événement, c'est-à-dire souvent une jupe ou une robe même si, dans le quotidien, elles portent rarement ce genre de vêtement. D'ailleurs, la tradition veut que les femmes portent des jupes pour les cérémonies. Comme mentionné plus tôt, des jupes peuvent être confectionnées (achetées ou empruntées) pour des événements comme des cérémonies de guérison. Les jupes, les mocassins, ainsi que les foulards de kukum<sup>23</sup> sont portés fièrement durant ces événements.

---

<sup>23</sup> Le foulard de Kukum (kukum scarf ou foulard de grand-mère) est un foulard coloré aux motifs floraux surtout porté par les aînées des premières nations. Il témoigne de l'immigration des populations ukrainiennes au Canada avant et après la 2e Guerre Mondiale. Ces tissus ont été légués à plusieurs Premières Nations du pays. Aujourd'hui, ce foulard est porté par plusieurs femmes inuatsh. Les contacts avec les Écossais et les Irlandais ont aussi influencé les motifs des tissus, entre autres le plaid à carreau écossais et les motifs fleuris irlandais. (Mollen Dupuis, Melissa (2022, 7 mars). Le kukum scarf : des Ukrainiennes aux Innues. Dans *Bonjour la Côte*. Radio-Canada. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/bonjour-la-cote/segments/chronique/393206/kukum-foulard-ukraine-immigration-premieres-nations>). Comme nous l'apprend (Ponce (2013), le foulard imprimé fait partie des vêtements traditionnels portés par les femmes innues. Back (2006) note que les vêtements bigarrés, c'est-à-dire de plusieurs couleurs, dont faisaient partie les écharpes, étaient grandement appréciés par les Innus qui les obtenaient par l'entremise des marchands européens.

De plus, les regalia, vêtements portés lors des danses du pow-wow, sont uniques et sont propres à chaque danseuse ou danseur qui les crée selon ses expériences personnelles. Il a été souligné par certaines femmes que ces habits sont sacrés et portent une symbolique de fierté et de force. L'habillement traditionnel peut être semblable d'une personne à l'autre, mais les corps qui le portent peuvent être variés.

### *La vision du corps*

La vision que l'on porte sur son propre corps a un impact sur la perception de sa beauté. Par exemple, avoir de l'acné, avoir plus ou moins de poils ou avoir de l'embonpoint peuvent modifier la satisfaction (ou insatisfaction) corporelle que l'on a de soi. Il m'a été rapporté que les femmes autochtones ont souvent de l'embonpoint et pour certaines c'est un sujet très sensible puisqu'elles ont subi le regard des autres et parfois même de l'intimidation de leurs pairs. Claudie (32 ans) m'explique :

Dans les communautés, biologiquement, on a plus de surpoids parce qu'avant on était nomade, on vivait en territoire et on était plus actif. Quand on est arrivé dans les réserves, on était plus sédentaire, ça a créé un mode de vie qui a favorisé l'obésité, le diabète et tout ça. Les standards de beauté occidentaux c'est surtout la femme mince, grande, bien maquillée, pas de défaut physique quasiment.

Le désir de correspondre aux standards de beauté de minceur peut entraîner des conséquences fâcheuses dans la vie de certaines. Il faut souligner que le poids corporel peut être, en moyenne, considérablement plus élevé chez les Autochtones. De ce fait, les efforts pour l'atteinte d'un idéal de minceur peuvent s'avérer très ardues (Newman, Sontag, et Salvato 2006). Pour Anisheliss (20 ans et moins) qui a subi de l'intimidation à l'école, il est plus aisé de ne pas montrer son corps, car elle dit qu'il ne plaira pas aux yeux des autres. Lorsqu'elle se baigne à la plage, surtout lorsqu'elle était plus jeune, elle préférerait se couvrir le plus possible, car elle ne se sentait pas à l'aise d'être en maillot de bain devant les autres baigneurs et elle avait l'impression d'être toute nue. Cela n'est pas sans rappeler l'étude de Hebl, King, et Lin (2004) sur l'auto-objectification vécues par les femmes racisées. Anisheliss préférerait enfiler des shorts et un t-shirt pour se baigner, comme de nombreux de jeunes de la communauté, plutôt que de se montrer en bikini. Cette situation la mettait face au corps de ses amies et elle ne pouvait s'empêcher de comparer son corps à celles-ci. Au sujet de l'habillement pour se baigner, Manon (56 ans) affirme :



Ici le standard chez les femmes innues, quand tu te baignes, c'est en short et en t-shirt, on se couvre au complet. Chez les femmes innues, tu verras pas ben ben des femmes en bikinis. (...) on se le cachera pas, les femmes sont corpulentes. Elles sont en surpoids et même à un jeune âge. Quand je vais sur la Côte Nord, et même ici, on voit des petites filles qui ont 4 ou 5 ans qui ont de l'obésité. Je crois qu'elles savent depuis longtemps que leur corps n'est pas dans les standards puis elles sont extrêmement gênées et inconfortables avec leur corps, elle préfère se baigner en t-shirt et en short (...) À la limite elles vont se baigner avec un maillot une pièce.

En raison de cette insatisfaction corporelle, Anisheliss a été aux prises avec de nombreux troubles alimentaires pour maigrir et correspondre aux dictats de minceur de la société majoritaire. Des recherches ont suggéré que les personnes qui font de l'embonpoint sont plus susceptibles d'avoir des préoccupations concernant leur poids que celles qui n'en font pas (Story et al. 1994; Rosen et al. 1988). Marchessault (2004) a montré certaines filles et femmes autochtones se soucient beaucoup de leur poids et auraient utilisé des méthodes potentiellement nocives pour la santé pour gérer leur poids. Dans cet ordre d'idées, Caroline (60 ans), ainsi que Gabrielle (20 ans) ont essayé plusieurs régimes amaigrissants dans leur vie qui les ont rendues assez malheureuses. Comme l'ont décrit Rosen et al. (1988, 809), ces comportements malsains sont reliés à l'insatisfaction corporelle. L'étude de Lynch et al. (2007) a souligné l'insatisfaction corporelle, ainsi que les troubles alimentaires qui en découlent sont souvent plus présents chez les personnes qui s'identifient davantage aux standards de beauté de la culture blanche, alors que les individus qui maintiennent davantage des valeurs culturelles plus traditionnelles sont généralement plus satisfaits et risquent moins de souffrir de tels problèmes. De même, Mellor et al. (2004) ont suggéré que les femmes non blanches peuvent être acculturées à la société occidentale et deviennent plus sensibles à l'influence socioculturelle des médias, ainsi qu'aux messages faisant la promotion d'une « femme mince idéale ». Une exposition importante à ces messages augmente les préoccupations concernant l'image corporelle et les risques de vivre des troubles alimentaires.

Le fait de se comparer physiquement avec les autres, que ce soit avec des personnes de l'entourage ou des personnalités publiques, peut entraîner des conséquences sur la satisfaction corporelle. Se comparer avec des personnes correspondant aux standards de beauté qui sont difficiles à atteindre peut créer des insécurités. En revanche, le fait de se comparer avec des personnes qui nous ressemblent physiquement peut faire émerger un sentiment d'appartenance

et d'estime de soi. Le sentiment d'isolement se dissout (Festinger 1954). Des femmes m'ont aussi informée du fait qu'elles ne se comparaient pas avec les autres grâce à un travail d'acceptation de soi : « (...) maintenant, je suis fière de ma personne, de mes progrès, je suis fière d'être qui je suis. Je me compare pu aux autres comme je faisais avant. Avant je disais "elle est chanceuse elle est maigre". Là je me trouve chanceuse. Je me valorise intérieurement » (Gabrielle, 20 ans). Liliane (33 ans) ajoute, de même, « J'contente avec la femme que j'suis. Si on est faite de même, c'est parce qu'on est faite de même ».

Que l'on soit mince ou ronde, grande ou petite, il est difficile de complètement s'accepter. Même lorsqu'une personne est perçue comme étant belle par ses pairs, l'envie de ceux-ci peut nuire. Sylvie (52 ans) me raconte comment des jeunes filles l'ont intimidée lorsqu'elle était adolescente en raison de sa beauté et de sa popularité auprès des garçons. Ces exemples d'insatisfaction corporelle ou de comportements liés à la vision corporelle posent la question de l'impact des standards de beauté occidentaux dans la vie des femmes autochtones. La recherche de Gittelsohn et al. (1996, 2006-2008), dans une étude examinant la perception de l'image corporelle chez des participants d'une communauté Ojibway-crie du Nord de l'Ontario, a montré que plus de la moitié des individus désiraient être plus minces. Également, une étude de Willows et al. (2013, 4) a trouvé que près de la moitié des jeunes Autochtones des communautés cries du Québec avaient une faible image d'eux-mêmes et le tiers de ceux-ci n'aimaient pas leur apparence physique. Les résultats de cette recherche ont suggéré que ces enfants cries ont intériorisé les standards de beauté selon lesquels la minceur est préférable et qu'il existait un corrélat entre obésité et troubles psychosociaux, en particulier chez les filles. À la lumière de ces données, les participantes de mon étude embrassent-elles ces standards ou ont-elles leurs propres standards ? Ces pratiques de pertes de poids qui semblent ne pas être isolées, par exemple, nous font penser que les femmes de Mashteuiatsh sont influencées par les standards de beauté occidentaux.

#### Les idéaux de beauté de Mashteuiatsh

Il existe des codes qui indiquent aux individus ce qu'ils trouvent beau ou non sans qu'ils en soient conscients nécessairement. Ces codes peuvent changer d'une culture à l'autre et influencent les préférences. La beauté s'exprime, en effet, à travers la perception sociale du groupe d'intérêt auxquels les individus appartiennent. À Mashteuiatsh, j'ai pu relever, à de nombreuses reprises,

des pratiques et préférences liées à la beauté. S'agit-il des standards de beauté propres à Mashteuiatsh ? Pour y répondre, je pense qu'il faudrait une recherche longitudinale qui aurait les moyens d'étudier un échantillon plus important. Étant donné mes moyens limités dans le cadre de ce travail, je ne crois pas pouvoir affirmer hors de tout doute qu'il est question de standards de beauté. Ainsi, j'utiliserai les termes préférences, valorisation ou idéaux de beauté pour éviter une équivoque.

Comme il en a été question antérieurement, les femmes *Pekuakamiulnuatsh* valorisent grandement la beauté intérieure, c'est-à-dire les qualités internes, ainsi que ce qu'une personne dégage. Karine (42 ans) souligne comment cette beauté intérieure est mise sur un piédestal : « Moi je dirais que le standard de beauté, à Mashteuiatsh, est moins élevé parce qu'on est beaucoup plus centré sur des valeurs intérieures, c'est ce que je perçois ici. C'est des femmes de cœur (...) ». Selon certaines participantes, les Autochtones étaient, à leur avis, plus spirituels et plus connectés à l'esprit, ce qui est un trait apprécié dans la communauté. Les compétences, surtout celles qui sont passées par un aîné ou un modèle féminin, sont aussi très prisées. Les activités pratiquées dans la nature sont mises en valeur. La beauté se retrouve davantage chez les personnes qui passent beaucoup de temps en extérieur et qui ont des connaissances reliées à la nature.

Ces savoirs sont souvent transmis par les aînés et sont fortement valorisés, dans la communauté et dans plusieurs cultures autochtones, puisqu'ils incarnent la culture et ils perpétuent des savoirs traditionnels. De nombreuses femmes m'ont partagé leur aspiration de devenir des aînées, car elles sont considérées belles à l'intérieur comme à l'extérieur. Dans la société majoritaire, on fait tout pour rester jeune en se maquillant, se teignant les cheveux, en ayant recours à des chirurgies. Il s'agit d'une véritable guerre contre les rides, contre la vieillesse. Mélissa (40 ans) me dit à quel point elle trouve les *kukums* magnifiques : « (...) elles sont belles les *kukum*, toutes plissées, j'ai le goût de les coller ». De même, Sylvie (52 ans) fait l'éloge des rides : « Moi je trouve ça beau les rides. Les rides, moi ça me dit qu'elle est belle, elle a travaillé. Un jour je vais être comme ça et faut que j'accepte ça ». Caroline (60 ans) me donne sa définition de la beauté : « Quelqu'un qui a des grosses rides, ma grand-mère était comme ça. Elle était d'une beauté ! (...) A été en forêt, elle a du vécu ». Vieillir est vu comme faisant partie du cycle de la vie et une grand-mère qui porte les

traces de toute une existence est considérée magnifique. Être une belle femme n'est pas nécessairement synonyme d'être une jeune femme. Ainsi, les aînées sont valorisées en raison de la sagesse qu'elles ont à partager, elles sont une richesse et on les trouve belles, mais en même temps, il semble que les femmes interviewées sont tout de même influencées par les standards de beauté occidentaux qui disent que la beauté se retrouve dans la jeunesse puisque certaines femmes, comme Karine (42 ans), m'ont affirmé se maquiller pour camoufler les signes de l'âge.

Concernant la beauté extérieure, le fait d'être plus « au naturel » est généralement préféré et plusieurs femmes ont, également, exprimé leur appréciation pour les ornements et habits traditionnels. Les femmes au teint foncé, aux cheveux noirs (laissés détachés ou tressés), aux yeux foncés en amande, au nez aquilin et aux pommettes hautes sont perçues comme des beautés.

(...) le fait que tu as les cheveux foncés, les yeux foncés, la peau foncée, que tu affirmes ton identité culturelle innue et physiquement tu ressembles plus à une Autochtone, ça peut attirer plus les hommes autochtones. (...) C'est ça que mon père dit tout le temps, c'est son discours de femmes. Les courbes bien assumées. (Claudie, 32 ans)

Des blondes aux yeux bleus je reconnais que c'est beau, mais ça m'interpelle pas, ça vient pas me chercher parce que moi quand j'étais au primaire, y en avait deux sur 25. Quand j'étais jeune, j'étais complexée d'être trop blanche. J'aurais aimé ça avoir une peau et des cheveux plus foncés. Je pense que probablement ç'a été influencé par ce contexte là où la majorité des gens dans ma classe était plus foncée. Assurément ç'a influencé ce que moi je trouve beau. (Valérie, 22 ans)

Certains traits physiques plaisent davantage aux *Pekuakamiulnuatsh*, peu importe leur genre. L'expression « avoir l'air plus Autochtone » a été utilisée à répétition durant les entretiens. Il a semblé que le fait de « ressembler à un Autochtone » était grandement valorisé. J'y reviendrai plus en détail dans les sections ultérieures.

En ce qui concerne le poids, il a semblé y avoir une plus grande acceptation de la diversité corporelle que dans la société majoritaire, voire parfois une valorisation d'un poids plus important.

La recherche de la maigreur, j'ai pas l'impression que chez nous c'est tant valorisé. Au contraire, moi quand je vois du monde trop maigre, j'ai l'impression qui sont dopés à mort et que ça va mal. Fait que je pense qu'y a ça aussi, on est peut-être plus ouvert à la diversité corporelle. (Valérie, 22 ans)

Souvent dans la société d'aujourd'hui, on parle du poids, si t'es mince t'es belle pi si tu fais de l'embonpoint t'es laide, mais je trouve que je suis pas dans les standards de la société. Moi, au contraire, je trouve qu'il y a plein de belles femmes rondes qui assument leur rondeur et je trouve ça assez beau. (Claudie, 32 ans)

Selon la culture, il y a des standards de beauté au niveau du poids, ceci dit chez les Amérindiens, je suis trop maigre. (...) dans les communautés innues, les madames à chaque fois que j'arrivais chez elles, elles m'offraient à manger parce que pour elles je mangeais pas assez. Alors là, j'arrive dans le monde amérindien et je suis comme trop petite et chez les Québécois je suis correcte, mais à la limite un peu ronde (...) Mais quand j'vais à la Romaine, eux autres ils me voient comme un ti fil. Y disaient « a va tu mourir, elle est anorexique, elle ne se nourrit pas ! ». (Manon, 56 ans)

Ce qu'affirme Manon rappelle le titre du livre de Roger Spielmann, « You're so fat! » (2017) dont il a été question plus tôt. Pour plusieurs Autochtones, l'embonpoint n'est pas toujours vu négativement et l'obésité peut être perçue comme étant peu problématique en lien avec la santé et l'image de soi. L'étude de Neumark-Sztainer et al. (1997) a soulevé que les filles en surpoids étaient moins susceptibles de considérer leur santé comme passable ou mauvaise que celles sans surpoids. Les recherches de Marchessault (2004) et Alani-Verjee et al. (2017) ont démontré que certaines femmes autochtones du Manitoba ont tendance à préférer un corps plus gros et que cette caractéristique est perçue comme souhaitable et attrayante dans leur communauté. Dans les études de Atkinson et al. (1990), Roy (1999), ainsi que de Gittelsohn et al. (1996), les morphologies plus grosses étaient préférées et les personnes rondes étaient considérées en bonne santé, alors que ces conceptions étaient moins présentes chez les plus jeunes. Ces états de fait suggèrent que l'acculturation peut jouer un rôle dans les perceptions de la morphologie idéale, car c'est par ce processus que les groupes sont susceptibles d'intérioriser les standards de beauté occidentaux de minceur. De même, dans le contexte de Mashteuiatsh, la culture semble avoir un certain pouvoir de protection contre ces influences négatives et une satisfaction corporelle ou du moins une acceptation corporelle peut émerger de la fierté culturelle et identitaire. Il semble y avoir une plus grande acceptation culturelle d'un poids plus élevé (Rosen et al. 1988). L'acculturation à la culture blanche vient, toutefois, influencer l'expérience de la beauté.

Malgré une plus grande acceptation des rondeurs, il semble y avoir un souhait de correspondre au standard de beauté occidental chez plusieurs femmes. Il apparaît donc que les préférences concernant la beauté physique sont différentes des standards occidentaux, mais l'influence de

ces derniers est très forte. Il y a un mélange entre la valorisation d'une apparence que l'on pourrait qualifier d'« avoir l'air autochtone », ainsi que d'une beauté commerciale que l'on voit dans les médias populaires. À ce sujet, l'image présentée dans les médias, notamment dans les séries télévisées ou les films, ne reflète pas souvent les réalités complexes des Autochtones. Cela rappelle l'étude de McHugh, Coppola et Sabiston (2014, 324) qui souligne l'influence des images médiatiques irréalistes, ainsi que des stéréotypes sur les expériences de fierté corporelle des femmes autochtones d'Alberta qui se sentent troublées par ce qu'elles voient diffusé par les médias.

Les femmes ont rapporté se sentir peu représentées à la télévision. Les personnages autochtones, lorsqu'il y en a, leur ressemblent peu ou pas du tout et ont généralement très peu de temps d'antenne. Il s'agit souvent de personnages caricaturaux et très stéréotypés qui ont des dialogues moins intéressants que les autres personnages allochtones. De plus, les personnes qui sont sélectionnées pour la distribution ont souvent « l'air plus autochtone ». « Premièrement, j'ai jamais vu un personnage autochtone. Encore moins un personnage autochtone aux yeux bleus et aux cheveux frisés. Je pense qu'on n'est pas rendu là » (Marilou 22 ans). Les femmes autochtones qui sont montrées à l'écran correspondent souvent aux stéréotypes de la Squaw ou de la Princesse et sont bien souvent présentées comme hypersexualisées. Comme nous l'avons vu, les stéréotypes basés sur l'ethnicité des personnes représentés dans les médias peuvent affecter la façon dont ces personnes sont perçues et traitées dans la société (Acoose 1992). Les actrices doivent fréquemment interpréter des rôles représentant des clichés qui, comme nous l'avons vu plus tôt, sont des stéréotypes discriminatoires, racistes et sexistes. On voit donc des femmes ressemblant à la Pocahontas de Disney : « la jeune femme autochtone, vraiment belle physiquement, avec la peau basanée et les cheveux noirs, longs et lisses. Vraiment sexualisée on pourrait dire même » (Marilou, 22 ans), ainsi que des femmes incarnant la Squaw : « une femme autochtone alcoolique, en surpoids, avec 8 enfants de pères différents » (Marilou, 22 ans). Les femmes *Pekuakamiulnuatsh* ont affirmé qu'elles ne se sentaient pas représentées par ces images déformées des Autochtones. Elles éprouaient, souvent, un sentiment de malaise face à ces personnages qui ne montrent pas la complexité des réalités autochtones. LaRocque (2011) affirme que les images stéréotypées s'immiscent dans les populations autochtones et entrent

dans la définition de leur identité et conduisent à un appauvrissement de leur estime personnelle. Néanmoins, il arrive que les idéaux de beauté présents à Mashteuiatsh, ainsi que le stéréotype de la belle Princesse, bien que différents, se rejoignent à un certain point puisqu'ils valorisent certains traits physiques spécifiques comme la peau mate, la longue chevelure noire de rêve et les beaux yeux en amande. Manon (56 ans) assure que les femmes qui ont ces traits sont préférées à Mashteuiatsh et plus largement chez les peuples autochtones qu'elle connaît. En effet, certains Autochtones ont incorporé ces stéréotypes issus des contacts avec les Euro-canadiens.

(...) nous aussi, on rentre dans une dynamique où il faut se défaire de ces stéréotypes-là parce qu'on est mélangés. T'as des autochtones qui sont blonds aux yeux bleus, t'en as qui sont noirs et frisés comme des noirs africains. Alors l'image de ce que c'est un Autochtone est à revoir là. Je me pose la question si au niveau des peuples autochtones sur les standards de beauté et au niveau de l'image, on a besoin de revoir ça (les standards de beauté et une certaine adhésion à des stéréotypes). On est dans le champ complètement. Pi aussi en lien avec la beauté et le racisme, ça m'est arrivé qu'on me disait que j'étais belle pour une Indienne, alors tu te dis comment je prends ça. (Manon, 56 ans)

D'ailleurs, cette ignorance et ce manque de respect que Manon a subi en raison de son apparence physique sont des situations de discrimination que beaucoup de femmes autochtones subissent. Plusieurs femmes m'ont raconté des anecdotes semblables à celle de Manon qui étaient plutôt difficiles à entendre. D'autre part, les femmes autochtones travaillant dans les médias sont poussées à taire leur identité autochtone ou, du moins, ne pas la mettre de l'avant afin de décrocher un emploi et entrer dans le moule. Leur apparence ethniquement ambiguë qui est exotique, mais pas trop, peut plaire dans leur milieu de travail. À d'autres moments, elles sont encouragées à affirmer leur identité puisqu'elles correspondent à l'archétype de la femme autochtone à la peau basanée, en petite jupe, qui peut être recherché. Évidemment, l'image de Pocahontas n'est jamais très loin et elle incarne un modèle à suivre de la jolie Autochtone. Ce symbole d'un corps de rêve, impossible à atteindre, représente des cultures entières. Certaines agences de mannequins peuvent rechercher des femmes à l'allure « exotique ». Elles vont subir beaucoup de pression pour ressembler à une certaine image de femme autochtone qui est loin de correspondre à la réalité de plusieurs. D'autres, au contraire, vont pâlir la peau de leurs modèles. La question de montrer ou non son identité se pose pour plusieurs femmes travaillant

dans ces milieux. On peut donc affirmer que le défi consiste donc à « avoir l'air trop Autochtone » ou pas assez.

## **En résumé**

Ce chapitre a mis la lumière sur la valorisation de la beauté intérieure dans le quotidien de ces femmes. Elles sont peu susceptibles d'avoir des notions uniformes du concept de beauté. Bien qu'elles intègrent certains standards de beauté de la société majoritaire et que ces standards puissent avoir des conséquences fâcheuses dans la vie de certaines, elles sont plus susceptibles de décrire la beauté dans des termes de traits de personnalité qu'elles valorisent plutôt que par des caractéristiques physiques. J'avance comme hypothèse qu'elles utilisent certaines stratégies d'autoprotection en rejetant une partie des standards de beauté occidentaux. Tout comme les participantes noires de l'étude de Chin Evans et McConnell (2003), les femmes autochtones ont tendance à utiliser des stratégies d'autoprotection en ce qui a trait à la représentation de la beauté. Cela a pour conséquence de maintenir une vision d'elles-mêmes qui est globalement positive ou plutôt neutre. Bien qu'elles adhèrent, en majorité, à plusieurs standards de beauté occidentaux, elles les rejettent en partie. Elles sont portées à utiliser des conceptions de beauté qui leur correspondent davantage et à intégrer des idéaux de beauté de leur propre groupe d'appartenance (Robinson-Moore 2008). Beaucoup ont souligné des messages positifs d'acceptation corporelle, indépendamment de leur apparence physique. Elles semblent donc épouser jusqu'à un certain point les normes de beauté dominantes, en particulier les idéaux de minceur, et sont négativement affectées par les images de femmes correspondant aux standards de beauté (Chin Evans et McConnell 2003 ; Poran 2002), mais elles semblent y adhérer de façon plutôt flexible (De Casanova 2004). Dans leur vie quotidienne, elles n'intègrent pas ces standards de manière rigide puisque la beauté intérieure compte davantage que l'apparence physique. Ces résultats rappellent, les réponses des participantes hispaniques de la recherche de Erynn Masi De Casanova qui jugeaient davantage les personnes sur leurs qualités internes. Ainsi, les personnes moins jolies physiquement pouvaient être considérées belles, car elles ont une beauté intérieure. Les standards de beauté de leur propre groupe étaient plus accessibles et applicables à leur physique dans leur contexte social et culturel. Cette expérience de la beauté est aussi applicable chez les femmes de Mashteuiatsh.



Le rejet des standards de beauté occidentaux peut être interprété en réaction aux attitudes racistes et à la discrimination envers elles. Par ailleurs, nous devons tenir compte de la démarche de ces femmes, qui au cours de leur vie, ont réfléchi aux incidences sur leur personne des standards de beauté de la majorité blanche sur leur estime de soi et sur le rapport au corps pour en venir à la conclusion, pour plusieurs d'entre elles, que ces standards de beauté ne correspondent pas aux standards de beauté de leur propre culture. Il existe donc une vision plus inclusive de la beauté chez ces femmes permettant d'apprécier l'individualité et les caractéristiques uniques des individus. Dans la prochaine section, il sera question de la place centrale de la beauté dans la construction de leur identité autochtone. Nous verrons que le fait d'avoir « l'air autochtone » offre une certaine légitimité à s'affirmer en tant qu'Autochtone et que de ne pas avoir des traits « typiquement autochtones » fait en sorte que certaines femmes ne se sentent pas assez Autochtones. Le parcours de ces femmes sera exploré en lien avec leur apparence physique, ainsi que de leur construction identitaire.

## Chapitre 5 — Identité et apparence physique

Afin de poursuivre la discussion sur la beauté dans la vie des femmes autochtones de Mashteuiatsh, il est pertinent de se questionner sur le rôle de ce concept dans leur construction identitaire puisque, comme on l'a vu précédemment, l'identité est une notion profondément sociale « changeante, plurielle, et en constante reconstruction » (Deirdre Meintel 2008, 1).

### Les identités autochtones

Il peut être particulièrement complexe pour les Autochtones, en particulier les jeunes, d'intégrer les informations sociales et culturelles sur leur appartenance ethnique et leur apparence physique afin de construire leurs identités. Ils sont exposés à des messages très incohérents sur la signification et la valeur de leur identité. Comme nous l'avons vu plus tôt, la culture populaire idéalise et dévalorise à la fois les Autochtones, mais montre peu de véritables connaissances à leur sujet. Dans les médias grand public, l'image des Autochtones a tendance à être très limitée ou extrêmement déformée. Le développement de l'identité, ainsi que de l'image corporelle peuvent donc être influencés par des messages culturels divers (Newman, Sontag, et Salvato 2006). Le lien entre l'image corporelle et l'identité sera développé plus loin.

Avant de poursuivre la discussion, il est nécessaire de soulever le fait que les perspectives autochtones de l'identité divergent selon les divers contextes autochtones qui diffèrent d'un contexte à l'autre. Cela dit, Legault (2021, 81) précise que pour de nombreux peuples autochtones, la construction de l'identité ne met pas l'accent sur le soi en tant qu'individu, mais implique plutôt le « nous ». En conséquence, les structures communautaires façonnent l'identité personnelle d'une manière qui diffère de la culture occidentale dans le sens où l'expérience individuelle peut être davantage ancrée à l'intérieur d'une communauté.

### La Loi sur les Indiens et le degré de sang

Il peut être ardu de cerner les groupes identitaires autochtones, en particulier dans un contexte de reconnaissance étatique. Puisque les identités sont si changeantes et plurielles, le fait de trop souligner les identités collectives pour la reconnaissance devient problématique. L'État canadien reconnaît des autochtones jugés, selon leurs critères, comme étant « authentiques » pour leur

consentir certains droits. Le texte de Strong et Van Winkle (1996) met de l'avant cette situation dans laquelle le « blood quantum », c'est-à-dire le degré de sang indien, est la seule façon d'être reconnu par l'État. Il y a une conception d'une autochtonie authentique « idéale », qui impose une dichotomie authentique/non authentique (McKay 2021). Cette notion « d'authentique » est fortement contestée lorsqu'elle est appliquée aux peuples autochtones puisqu'elle a pour effet de rendre invisible la présence de certains groupes au sein des sociétés autochtones comme les femmes et les individus dont le degré de sang est « trop blanc » (Tuhiwai Smith 2012, 76).

La Loi sur les Indiens<sup>24</sup> définit notamment qui peut être considéré comme Indien<sup>25</sup> au sens de la loi canadienne. C'est donc le gouvernement fédéral qui détermine les critères de filiation ou de degré de sang permettant à une personne d'obtenir son statut d'Indien. Ce régime de tutelle détermine aussi bien le statut d'Indien que l'appartenance à la bande, la structure politique et administrative que la gestion des réserves, les exemptions de taxes et l'administration financière tout en faisant des Indiens les pupilles de l'État. À partir du XIX<sup>e</sup> siècle, le gouvernement décrète que toute personne de « sang pur » peut obtenir le statut d'Indien (Lawrence 2000, 43). Le contrôle social reposait sur l'identification légale de qui était considéré « Blanc » et qui était « Indien ». L'identité autochtone a donc été catégorisée et mesurée selon des critères racistes et sexistes.

L'authenticité est un concept dominant dans les discours de notre époque. Le texte de Lindholm (2013) avance qu'il en est question notamment dans la musique, la cuisine, la culture, le tourisme, la religion, *etc.* L'auteur affirme que l'authenticité est très présente dans le politique. Dans ce contexte, l'identité personnelle fusionne ou entre en concurrence avec l'identité collective qui

---

<sup>24</sup> « La Loi sur les Indiens est la principale loi qui permet au gouvernement fédéral d'administrer le statut d'Indien, les gouvernements locaux des Premières Nations et la gestion des terres de réserve. (...) Elle est introduite en 1876 sous la forme d'une synthèse de plusieurs ordonnances coloniales antérieures visant à éradiquer la culture des Premières Nations et à promouvoir l'assimilation de leurs membres dans la société eurocanadienne ». (Loi sur les Indiens. (2006) » l'Encyclopédie Canadienne *en ligne*.

Consulté le 22-06-2022 [https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/loi-sur-les-indiens?gclid=CjwKCAjwv-GUBhAzEiwASUMm4m\\_08Z21QQiPPoVI3Ejyf2BJafm pLeI75JJFa8QZg4mKi8N5rLf8BoC9mQQAvD\\_BwE](https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/loi-sur-les-indiens?gclid=CjwKCAjwv-GUBhAzEiwASUMm4m_08Z21QQiPPoVI3Ejyf2BJafm pLeI75JJFa8QZg4mKi8N5rLf8BoC9mQQAvD_BwE)

<sup>25</sup> Le terme « Indien », bien qu'obsolète et offensant est utilisé dans ce texte uniquement pour désigner le statut juridique des membres des Premières nations en vertu de la Loi sur les Indiens qui reconnaît trois groupes de peuples autochtones : les Indiens, les Métis et les Inuits. Aux termes de la Loi sur les Indiens, trois catégories d'Indiens vivent au Canada : les Indiens inscrits, les Indiens non inscrits et les Indiens visés par un traité. (Élections Canada, consulté le 25-05-2022, <https://elections.ca/content.aspx?section=res&dir=eim%2Fissue9&document=p10&lang=f>)

serait la source de l'authenticité. L'appartenance à une identité collective peut donc se baser sur un pourcentage de pureté du sang. Lindholm (2013, 2) met en évidence qu'il existe une tendance « to see joiners and hybrids as polluting the purity of the group through intermarriage and promiscuous mingling ». Ceci fait un parallèle avec le texte de Strong et Van Winkle (1996) qui décrivent, dans le contexte particulier de la nation washoe du Nevada et de Californie, une situation où pour se faire reconnaître comme étant Washoe, il faut impérativement avoir un certain pourcentage de sang autochtone. Conçue de cette manière, l'identité washoe apparaît comme très fixe et est essentialisée.

Dans l'esprit de cette politique d'assimilation, on assiste à une distinction entre Indiens « purs » et les autres. Le terme « traditionnel » est aussi parfois employé à l'intérieur des communautés et renvoie à cette idée d'Indiens « purs » et « authentiques ». Cette expression est souvent utilisée pour les distinguer des « Blancs » ou des « Métis », autrement dit les non-traditionnels des communautés. Les « Métis » sont vus comme ayant un mode de vie occidental et Boucher (2008), en parlant de Mashteuiatsh, ajoute que, selon le contexte, le mot traditionnel sera employé pour faire une différenciation avec les *Pekuakamiulnuatsh* de la communauté qui n'ont pas un mode de vie traditionnel et les non-autochtones à l'intérieur ou à l'extérieur de la communauté. Il faut tout de même souligner les termes « traditionnel » et « non-traditionnel » peuvent être problématiques, car ils évoquent une fausse ligne de partage entre passé immaculé qui a été souillé par les influences contemporaines. Alors qu'en réalité ces deux notions ne sont pas des entités statiques et fixes, mais des entités dynamiques (Pack 2012).

#### Intégration de la Loi sur les Indiens dans l'identité

Cette loi a contrôlé l'identité autochtone en créant une catégorie juridique qui a été en quelque sorte intégrée dans l'identité autochtone et a contribué à l'aliénation des individus en fragmentant les identités autochtones, en les divisant en catégories telles que « statut d'Indiens », « Métis », « C-31 », « S-3 », « Indiens des réserves » et « Indiens urbains ». Les pratiques dictées par la Loi sur les Indiens — en particulier la manière dont les femmes autochtones ont perdu leur statut pendant plus d'un siècle si elles épousaient des hommes allochtones — continuent d'être reproduites dans les communautés et, dans certains cas, sont perçues comme faisant partie de la tradition (Lawrence 2000). D'ailleurs, même au sein des

communautés autochtones, certains individus vont s'enquérir ou commenter la légitimité de la revendication d'indianité d'une autre personne. Ainsi, dans les communautés, le degré de sang et la carte de statut d'Indien peuvent faire partie de la représentation de l'identité autochtone (McKay 2021). Les modalités de la Loi sur les Indiens sont donc intégrées et utilisées comme critères de regroupement et comme motifs d'ostracisme (Bousquet 2005). Bousquet (2005) souligne d'ailleurs que les signes de reconnaissance de l'identité algonquine ont changé avec la sédentarisation dans les réserves. Puisque les jeunes ne vivent plus en forêt, ils ont assimilé les catégorisations issues de la Loi sur les Indiens et se servent de ces critères pour se définir les uns par rapport aux autres et pour se distinguer des Allochtones. Elle mentionne aussi l'importance pour plusieurs individus d'avoir été élevés dans une réserve.

Il faut tout de même mentionner que les identités autochtones ne se résument pas uniquement à l'intégration des catégorisations de la Loi sur les Indiens et sont beaucoup plus complexes. Par ailleurs, jusque dans les années 1960, la mise en place des mesures de domination et d'assimilation des Autochtones par le gouvernement fédéral a paradoxalement accru la perception d'une identité propre. Ce que l'on a nommé les années du Réveil indien, paroxysme du sentiment identitaire, a permis, dans les années qui suivirent, une certaine affirmation culturelle et identitaire. On voit, dès lors, deux modes d'identification, un local et un non autochtone issu du colonialisme et de la modernité (Boucher 2008, 1,2). Il serait donc simpliste de réduire l'identité autochtone à une sorte « d'acculturation ». Pour sa part, Roy (1999, 12) considère l'identité autochtone moderne par le concept de métissage. Plutôt que de concevoir l'identité comme étant issue d'un déséquilibre ou d'une perturbation, l'auteur la perçoit comme un aménagement local des cadres imposés par la société coloniale. Il s'agit d'un bricolage d'éléments empruntés dans des cadres culturels permettant l'émergence de nouvelles synthèses.

« Les C-31 »

La Loi sur les Indiens retirait leur statut d'Indien aux femmes autochtones qui épousaient des hommes allochtones. Par conséquent, leurs enfants n'allaient jamais obtenir leur statut. Il faut savoir que cette Loi patriarcale et assimilationniste, appartenant à un système paternaliste, était basée sur les relations hommes-femmes de la société blanche chrétienne du 19<sup>e</sup> siècle. À cette époque, la femme appartenait à son mari après avoir appartenu à son père. De son côté, un

homme autochtone qui mariait une femme non autochtone lui transmettait son statut, ainsi qu'à ses enfants. Parfois, la perte de ce statut aboutissait à une rupture des liens entre ces personnes exclues et leur communauté, ainsi que leurs origines. Les femmes autochtones ont avancé que cette disposition était doublement néfaste, puisque, dans la tradition, ce sont elles qui transmettaient la langue et la culture aux enfants. Cette loi permettait donc d'atteindre l'objectif qui était l'assimilation complète des Autochtones à la société canadienne. Les mesures coloniales auraient contribué à la mise en place d'une société hiérarchique fondée sur le genre et la race qui retirait aux femmes autochtones un pouvoir et une autorité qu'elles avaient traditionnellement. L'ajout de la Charte canadienne des droits et libertés à la Constitution canadienne en 1982 a incité l'adoption, en 1985<sup>26</sup>, du projet de loi C-31. Cette loi devait modifier certaines dispositions discriminatoires de la Loi sur les Indiens en permettant aux femmes autochtones qui avaient perdu leur statut en raison d'un mariage avec un non-Autochtone, ainsi qu'à leurs enfants de le retrouver. Néanmoins, le retour des femmes C-31 et de leurs enfants dans les communautés ne s'est pas effectué sans heurts (Boucher 2008, 5 ; Bousquet 2005 ; Dupuis 1991 ; Lawrence 2000). À la suite de ces modifications, près de 91 000 personnes ont été ajoutées au registre des Indiens (Lawrence 2000, 37). Certaines avaient ce statut pour la première fois, alors que d'autres, ainsi que leurs enfants, retrouvaient un statut qu'ils avaient perdu. De même, le projet de loi S-3, visant à corriger les inégalités basées sur le sexe présentes dans la Loi sur les Indiens, a contesté la manière dont le statut d'Indien est transféré de façon inéquitable aux individus. La modification a permis à un plus grand nombre de personnes de transmettre leur statut à leurs descendants et de rétablir le statut de ceux l'ayant perdu avant 1985. Notamment, ce projet de loi permet

---

<sup>26</sup> Il s'agit d'une victoire symbolique pour les femmes autochtones : le Comité des droits de l'homme des Nations Unies a dit que le Canada avait transgressé le Pacte international relatif aux droits civils et politiques. Il est important de mentionner que la lutte ne s'est pas réellement terminée en 1985. En effet, les modifications n'ont pas corrigé entièrement le sexisme et la discrimination raciale historiquement inscrits dans la Loi. La discrimination de certaines personnes avait été reportée à la génération suivante, c'est-à-dire que les petits-enfants des femmes qui s'étaient mariées avec un non-Autochtone n'avaient pas le statut d'Indien. Ce n'est finalement qu'en 2010 que le projet de loi C-3 permet aux femmes autochtones d'obtenir que leurs petits-enfants aient le droit au statut d'Indien. Puis, en 2016, le projet de loi S-3 vise à retirer complètement la discrimination sexuelle de la Loi. Il permet à un plus grand nombre de personnes de transmettre leur statut à leurs descendants et la restauration du statut à ceux et celles qui l'ont perdu avant 1985. Par exemple, l'inscription est désormais possible pour les personnes nées de père inconnu, mineures et non mariées (Labrecque 2011, 22-23).

d'inscrire des personnes dont le père est inconnu (« Loi sur les Indiens | l'Encyclopédie Canadienne » s. d.).

Dans plusieurs communautés, on continuait de penser que les femmes qui avaient épousé des non-Autochtones devaient en payer le prix et leur retour dans les communautés faisait craindre à certains que les maris de ces dernières ne prennent trop de place dans la vie politique de la bande. Par ailleurs, la situation du logement est critique dans plusieurs communautés et des familles qui attendaient, depuis des années, d'avoir un logement à elles considéraient les femmes, dont le statut était modifié par l'amendement C-31, comme des usurpatrices (Lawrence 2000). La loi a, de surcroît, exacerbé les difficultés entre les traditionnels et les non-traditionnels. Boucher (2008, 5) avance que les Autochtones ont continué de porter ces discriminations, surtout à Mashteuiatsh, où un fossé séparait déjà les deux groupes. Les femmes *Pekuakamiulnuatsh* qui s'étaient mariées à des Blancs ont subi le clivage des non-traditionnels/traditionnels. Certaines rencontraient même des difficultés à obtenir des services dans la communauté. Ces personnes ont dû prouver auprès des membres de leur communauté que malgré leur union à un Allochtone, elles étaient restées fidèles à leur identité autochtone. La présence de femmes non autochtones de Mashteuiatsh par les liens du mariage vient complexifier davantage le portrait social de cette communauté, car certaines sont réputées être plus traditionnelles que bien des femmes *pekuakamiulnuatsh*. Bousquet (2005, 15) souligne que le métissage, réalité complexe, génère des conflits dans les communautés algonquines, même s'il s'agit d'une réalité sociale ancienne. La Loi sur les Indiens a, en effet, créé des divisions patriarcales au sein des communautés autochtones (Lawrence 2000).

### Le métissage

Historiquement, les « Métis » ont été classés par le gouvernement du Canada comme étant inadmissibles au statut d'Indien. Ils sont considérés sur la base de leur « sang indien dilué » et de leur ascendance biologique mixte. Une dichotomie réductionniste entre « sang pur » et « sang-mêlé » a émergé et a introduit l'idée selon laquelle le « sang est égal à la culture ». Cette idée postule qu'une augmentation ou une diminution du degré de sang se traduit nécessairement par une augmentation ou une diminution de la culture, de sorte que les personnes ayant un degré de sang autochtone plus élevé sont perçues comme étant « les Indiens par excellence », tandis que

leurs homologues au sang « mixte » sont considérés comme des Indiens à des degrés décroissants. En effet, on suppose que les individus aux degrés plus élevés sont des conservateurs culturels et porteurs de la tradition, alors que ceux ayant un « sang mêlé » sont censés être orientés vers le progrès et le changement. Cette hégémonie du sang a été tellement intériorisée par certaines communautés autochtones que les unions entre Autochtones et Allochtones peuvent être associées à une perte culturelle (Pack 2012). Les individus intériorisent donc ces conceptions racialisées et en viennent à considérer leur mixité comme un facteur central de leur identification en tant que Métis. Certains ne se sentent jamais assez Autochtones ou perçoivent qu’être Métis signifie qu’ils ne sont pas assez « purs ». Ils peuvent avoir une impression d’être « entre deux mondes ». Par ailleurs, même après l’inclusion des Métis en tant que peuple autochtone dans la Constitution canadienne de 1982, de nombreuses personnes ont caché leur identité culturelle en raison des réactions racistes et des traumatismes familiaux résultant des politiques coloniales oppressives (Legault 2021, 80).

## **Les critères phénotypiques sont-ils toujours preuve de l’authenticité identitaire autochtone ?**

En lien avec ces notions de « pureté du sang », « d’authenticité », ainsi que de « traditionnel », il est pertinent de se demander si les critères phénotypiques, plus précisément le fait d’avoir une apparence physique typique associée à une ethnicité, sont véritablement liés à ces catégories. Il est évident que l’apparence physique (par exemple, la couleur de la peau, les vêtements, la coiffure, *etc.*) est importante dans les interactions humaines, car elle nous fournit de l’information sur notre interlocuteur. C’est à travers les apparences que nous évaluons à la fois les gens rencontrés, ainsi que nous-mêmes et c’est à travers elles que nous nous présentons au monde. Autrement dit, l’apparence physique présente, en partie, notre identité à ceux que nous rencontrons et nous permet de déduire leur identité (Brunsma et Rockquemore 2001).

Mais qu’en est-il des individus dont l’apparence physique ne correspond pas complètement aux attentes entourant les critères phénotypiques associés à une ethnicité ? McKay (2021) indique que le fait de posséder une « authenticité » phénotypique n’indique pas une appartenance ethnique. De même, posséder un statut d’Indien n’est pas équivalent à la possession de



connaissances culturelles, d'appartenance à une communauté ou d'identité ethnique. Néanmoins, il est souvent attendu des Autochtones qu'ils aient « l'air Autochtone », c'est-à-dire de posséder certains traits phénotypiques qui seraient liés à la conception d'une identité autochtone authentique. Face à de telles perceptions, de nombreuses personnes trouvent qu'il est particulièrement difficile de naviguer dans les discours de l'autochtonie authentique. Des individus ayant des traits où le métissage est particulièrement visible peuvent se sentir différents, moins beaux et peuvent être rejetés. Bousquet (2005) discute de jeunes algonquins ayant leur statut, mais qui n'ont pas l'apparence « typée » et sont souvent rejetés par leurs pairs qui, quant à eux, ont « l'air Autochtone ». Ce rejet et cette discrimination en raison de son origine affectent souvent les personnes biculturelles (Iijima Hall 2004). Cette discrimination peut être expliquée en raison de l'existence d'une sorte de frontière mentale qui sépare les mondes autochtones et allochtones. La notion d'authenticité prend une large place dans la vie de plusieurs en raison de la mise en marge de certains individus (résultant de la Loi sur les Indiens, du racisme, des stéréotypes) et de la peur de la disparition des cultures autochtones au profit d'un mode de vie allochtone (Bousquet 2005).

Les personnes biculturelles peuvent différer par leurs apparences physiques et peuvent ne pas toujours être identifiées par « l'étiquette » à laquelle elles sont le plus étroitement associées. Dans une société où juger les individus sur des caractéristiques physiques est monnaie courante, elles peuvent faire l'expérience d'un jugement stéréotypé associé à une ethnicité à laquelle elles ne s'identifient pas. L'apparence physique peut grandement influencer les expériences de vie des individus biculturels. Par exemple, des individus biculturels noirs et blancs à la peau plus claire sont à la fois positivement et négativement affectés par leur privilège. Le degré de pigmentation de la peau plus claire ou foncée joue un rôle dans l'acceptation ou l'exclusion des groupes sociaux (Perkins 2014). Le fait de se sentir « typique » en tant que membre d'un groupe est un élément important pour déterminer si l'on s'identifie et se catégorise au sein de ce groupe (Santos et Updegraff 2014).

L'apparence des individus biculturels peut souvent être considérée comme ambiguë. Ces personnes peuvent ne ressembler à aucun autre groupe ethnique particulier ou elles peuvent ressembler à plusieurs groupes. Ce regard ambigu porté sur ces individus les affecte de

différentes manières. Certaines personnes n'aiment pas avoir l'air différentes tandis que d'autres apprécient l'attention que ce look « exotique » procure. Cette apparence exotique peut être une arme à double tranchant, car elle peut être utile pour certains et blessante pour d'autres. Par exemple, comme mentionné plus tôt, ce look peut plaire dans certains milieux de mannequinat. Il est intéressant de noter que le terme exotique est utilisé davantage pour qualifier les femmes que les hommes (Iijima Hall 2004). D'un autre côté, cette apparence ambiguë peut amener du rejet, de la discrimination ou de la confusion. Cela peut entraîner des difficultés pour les interlocuteurs pour la catégorisation de l'individu, ainsi que des problèmes entourant la construction de son identité.

À ce sujet, Brunsma et Rockquemore (2001), dans leur étude se penchant sur des individus biculturels noirs et blancs des États-Unis et le choix de leur identité ethnique, ont déclaré que le fait de posséder des traits physiques provenant d'unions mixtes a un impact important dans la perception de soi et dans la construction de son identité. En effet, l'apparence physique est un facteur important dans les attitudes émotionnelles et cognitives envers soi-même. Dans cette étude, plus la peau de l'individu biculturel est foncée, plus il est susceptible d'adopter et de développer une identité exclusivement noire. Le contexte social d'un individu semble être un élément crucial dans la relation entre le phénotype et l'apparence socialement perçue ainsi que dans la façon dont ces deux facteurs influencent l'identité. Ils ont trouvé qu'il existait une relation significative entre la couleur de la peau et l'identité raciale chez les personnes biculturelles qui avaient grandi et interagi dans des contextes à prédominance noire. Ils ont noté, néanmoins, que la plupart des individus de leur échantillon avaient subi un traitement négatif de la part des Noirs et des Blancs. Le rejet et le mauvais traitement infligés par des pairs noirs pouvaient pousser une personne biculturelle à la peau plus foncée à ne pas adopter une « identité noire ». D'un autre côté, un individu biculturel à la peau plus claire qui subit un traitement négatif de la part des Blancs pouvait choisir d'adopter une « identité noire ». Par ailleurs, les travaux de Santos et Updegraff (2014, 189) portant sur des jeunes d'origine mexicaine suggèrent que lorsque des individus perçoivent une plus grande discrimination ou dévalorisation en raison de traits physiques correspondant à un groupe ethnique particulier, ils sont plus susceptibles de s'identifier fortement à ce groupe. La perception du rejet a un effet négatif sur le bien-être

psychologique, mais cette association est atténuée par une forte identification ethnique et culturelle. Ainsi le fait « d'avoir l'air plus typique » en tant que membre de son groupe ethnique est associé à un sentiment plus positif à l'égard de son groupe.

L'apparence physique est une caractéristique profondément personnelle et sociale, c'est-à-dire que lorsqu'on perçoit l'apparence d'un individu, on interprète ses traits dans une sphère interactionnelle donnée. Il peut donc y avoir un problème lorsqu'il y a un décalage entre l'apparence et l'identité. En d'autres termes, il serait extrêmement difficile pour une personne de choisir une identité exclusivement autochtone, ou exclusivement blanche, si son apparence physique ne correspond pas à son identité choisie. Lorsqu'on se concentre sur l'identité ethnique, l'utilisation de critères phénotypiques comme signifiants de l'appartenance à un groupe n'est pas toujours claire. Cette relation entre les apparences et le choix de l'identité individuelle devient donc encore plus complexe lorsque nous examinons l'identité ethnique.

## **Identités et image corporelle des femmes *ilnuatsh* de Mashteuiatsh**

Discuter de la question de l'identité dans le contexte de Mashteuiatsh n'est pas tâche aisée puisque notamment la question de l'appartenance à la nation innue se pose dans cette communauté encore plus qu'ailleurs. Sa position géographique très éloignée des autres communautés innues crée une distance physique importante avec les autres communautés. Cette distance est aussi d'ordre symbolique dans ses manifestations culturelles puisque la communauté s'inspire davantage des références pan-autochtones (comme les jupes à rubans), ainsi que des Allochtones. Outre cette distance, la faible appartenance à la nation innue s'explique par le fait que Mashteuiatsh se situe aux frontières des territoires des nations crie, atikamekw et abénaquise (Boucher 2008). Lors de la création de la communauté, d'autres nations autochtones sont venues cultiver sur ces terres. Les colons ont envoyé des Abénakis de tradition mi-sédentaire pour montrer aux *Ilnuatsh* les rudiments de l'agriculture afin de faciliter leur sédentarisation. La fertilité des terres a été un facteur important pour l'installation d'Atikamekw et de Cris à Mashteuiatsh (Teoran 2006, 37). Ainsi, plusieurs individus demeurant à l'intérieur de cette communauté proviennent de nations différentes. Mashteuiatsh constitue donc un paysage plutôt

hétérogène puisque sa population est composée de familles aux origines diverses. La proximité de la communauté avec des villes québécoises a entraîné de nombreux mariages mixtes.

Les participantes de mon étude avaient, d'ailleurs, des origines différentes, ainsi que des statuts légaux différents. Certaines avaient le statut d'Indien et auraient été admissibles à l'inscription même avant 1985. D'autres étaient des enfants de femmes réinscrites en vertu de l'amendement C-31 et d'autres encore, la majorité de mon échantillon, étaient le fruit d'unions mixtes entre Autochtones et Allochtones. Il faut noter qu'en raison de la réalité géographique et historique de Mashteuiatsh, il existe une certaine ouverture vers le métissage dans cette communauté. De ce fait, plusieurs femmes n'avaient pas, dans leurs termes, « l'air Autochtone ».

Le nombre d'unions mixtes est si élevé que plusieurs personnes « d'apparence autochtone » ont eu des enfants qui s'identifient comme Autochtones, mais qui ont l'air Blancs. En revanche, le désir d'avoir les « traits plus autochtones » était bien présent dans les discours des participantes. De nombreuses femmes ont noté que ce désir était une épée à double tranchant et était fortement dépendant de l'endroit où elles se trouvaient. Anisheliss (20 ans et moins), par exemple, a décrit comment parfois, dans la communauté, elle aurait souhaité avoir l'air plus Autochtone afin d'éviter les taquineries et le rejet qu'elle a vécu durant des années à l'école. Elle s'est d'ailleurs fait dire qu'elle n'était pas une « Indienne pure » et qu'elle n'avait pas l'air d'une « vraie Autochtone » en raison de ses origines mixtes. Cependant, alors qu'elle fréquentait une école dans une ville principalement allochtone, elle aurait préféré avoir l'air plus Blanche afin de mieux s'intégrer parmi ses camarades. Elle m'a avoué ne pas sentir qu'elle avait les outils nécessaires pour négocier les messages contradictoires au fait d'être « trop blanche » et « trop autochtone ». Ses identifications sont donc multiples et changeantes selon les contextes. À présent, elle est fière de ses origines autochtones et allochtones, mais elle a encore du mal à s'affirmer en tant qu'Autochtone lorsqu'elle est avec des Autochtones, car elle ne se sent pas tout à fait « authentique ».

J'avais tellement l'impression d'être rejetée par le standard de « je suis Autochtone », j'avais l'impression de ne pas être assez Autochtone. Je ne ressemblais pas à une Autochtone, je venais pas d'une famille entièrement Autochtone, j'avais pas le droit de me qualifier à comme Autochtone (...) Genre t'es pas assez pour les Blancs et pas assez pour les Autochtones pi c'est comme ça que je le sentais. Quand je trouvais que je

fittais dans une case blanche, je ressemblais pas assez à une Blanche pour eux autres parce que je suis pas assez blanche. Alors, je me tournais vers les Autochtones, mais j'étais pas assez Autochtone : ma famille chassait pas, ma famille était pas Autochtone « pure », j'avais pas le droit de mettre certains vêtements traditionnels, je parlais pas la langue. On me rejetait de cette culture-là. Encore là, j'ai un malaise à dire que je suis Autochtone à des Autochtones parce que j'ai l'impression que je fitte pas encore parce que je ressemble pas à une Autochtone et j'ai pas de grands-parents autochtones, mon grand-père est mort quand il était jeune pi même encore là il était Métis. Quand je suis avec une Autochtone, je vais vouloir justifier que je suis Autochtone en disant que je viens de Mashteuiatsh parce que j'ai toujours peur de me faire dire que je suis pas Autochtone. (Anisheliss 20 ans et moins)

De même, Caroline (60 ans) et Marilou (22 ans) m'expliquaient comment elles se sont fait dire qu'elles n'avaient pas l'air Autochtones parce qu'elles n'avaient pas les « traits » typiques puisqu'elles avaient des traits plus « québécois ». Elles ont toutes deux, bien qu'à des époques différentes, été rejetées en raison de leur physique. Marilou me fait part de son expérience de rejet : « J'ai été au primaire sur la communauté et je n'ai pas l'air autochtone physiquement, alors les gens me disaient que j'étais pas Autochtone ». Tout comme Anisheliss, elles ont vécu des épisodes de racisme dans la société majoritaire en raison de leur identité autochtone. Ces femmes qui m'ont témoigné vivre du rejet et de l'exclusion compte tenu de leur identité et de leur apparence m'ont dit se sentir parfois entre deux mondes.

D'un côté, ici on était considéré comme des non-Autochtones, mais quand on arrivait au secondaire à Roberval, on était des Indiens. « L'autobus des Indiens arrive » qu'ils disaient. C'est un mélange. Tu te fais regarder de haut. C'est difficile en tant que femme, ben j'imagine que les hommes aussi, mais nous autres en tant que femmes, on vit ça peut-être plus. Tu veux être comme les autres quand tu vas à l'école à Roberval. En même temps, tu renies pas ta culture, mais tu dis pas trop fort que tu es Autochtone sinon les autres allaient dire « t'es une Indienne, t'es une sauvage ». (Caroline, 60 ans)

Il est ardu de naviguer entre deux mondes où il est difficile de se faire accepter en raison de son identité. La discrimination vécue par ces femmes les affecte, bien que différemment, dans divers contextes. Les femmes biculturelles de Mashteuiatsh sont parfois victimes d'une autre forme de discrimination au sein même de leur communauté, car pour les *Inuatsh* traditionnels de leur communauté, elles ne sont pas des leurs, même si cela ne les empêche pas de créer des liens avec eux. Elles ne vivent pas dans les mêmes conditions qu'eux, ne partagent pas le même sort, ne sont pas marquées par le même passé (Teoran 2006). Même en visite à l'extérieur de Mashteuiatsh, Valérie (22 ans) est mal à l'aise de visiter d'autres communautés autochtones plus

éloignées, car elle craint de ne pas se faire accepter en raison de son apparence physique qui n'est pas typique et appréhende de faire questionner son authenticité.

À ce sujet, les notions d'authenticité et de traditionnel sont aussi présentes à Mashteuiatsh. Boucher (2008, 8) mentionne que les *Pekuakamiulnuatsh* attribuent aux traditionnels des caractéristiques et des valeurs typiquement autochtones, c'est-à-dire « autonomie, valorisation des aînés, générosité, liberté, timidité, fréquentation et connaissances développées du territoire, pratique courante de la langue innue, mode de vie nomade et transmission orale ». Les traditionnels sont donc grandement valorisés en raison de leurs connaissances de la culture et font d'elles de « belles personnes ». Malgré cette valorisation, ce clivage entre traditionnels et non-traditionnels peut peser lourd dans le sentiment d'appartenance et rendre l'identification plus ardue.

(...) t'as deux classes ici : les traditionalistes, ceux qui disent qui sont des vrais autochtones avec des parents qui parlent la langue. Tandis que nous qui parlons pas la langue parce que ça été bloqué parce que nos parents sont allés aux pensionnats fait qu'y ont pas la langue. Ya comme une coupure entre les deux groupes (...) On le sent parce que c'est eux qui nous font sentir qu'on est moins Autochtone parce qu'on parle pas la langue, mais on est allé à l'école ensemble. On a vécu les mêmes choses à l'école. La différence c'est qu'eux ont eu la chance que leurs parents parlaient la langue et moi j'ai pas eu la chance. Ça fait comme un écart. (Caroline, 60 ans)

Cela dit, les traits physiques considérés « authentiques » sont fortement appréciés autant par les traditionnels que les non-traditionnels. En effet, plusieurs participantes m'ont souligné à quel point elles trouvaient que ces individus étaient beaux physiquement et qu'elles auraient voulu leur ressembler. Il est intéressant de noter au passage, sans avoir des traits typiquement autochtones et en étant Allochtone, qu'ayant moi-même les cheveux foncés, les yeux bruns, la peau basanée et un nez aquilin, on m'a interrogé, à plusieurs reprises, sur mes origines et on m'a demandé si j'étais Autochtone. Il m'est arrivé à certains moments de me faire dire que j'avais l'air plus Autochtone que certaines femmes *pekuakamiulnuatsh* bien que je sois allochtone. Je me demande donc si les femmes ont été plus à l'aise de m'exposer leurs préférences ou de me faire certaines confidences en raison de mon apparence physique et de mes origines mixtes.

Le fait de posséder une apparence physique « non typique » peut être vécu difficilement dans le sentiment d'appartenance à un groupe, la recherche de repères pour la construction de l'identité,

ainsi que dans la satisfaction corporelle. Pour Manon (56 ans), il n'a pas été facile d'accepter son corps et de construire son identité puisque son apparence physique peut être qualifiée « d'ethniquement ambiguë » :

Pour moi les critères de beauté ça jamais été évident parce que j'ai baigné dans deux, sinon trois cultures. Les critères de beauté, y a fallu qu'ils soient révisés, parce que d'un groupe à l'autre, d'une culture à l'autre, ils sont pas les mêmes. Fait que moi c'est comme si dans mon identité culturelle autochtone je me sens pas très confiante au niveau de ma beauté parce que je corresponds pas aux critères (...) d'avoir les cheveux noirs et mes cheveux sont quand même foncés, mais ils sont pas mal frisés. J'ai pas les cheveux raides comme le typique quand on se fait une image de ce qu'est une Autochtone. Tu t'attends à voir des cheveux raides, alors moi ça m'a (le fait de ne pas avoir l'air Autochtone) toujours questionné par rapport à mon identité culturelle. Parce que c'est la première chose que je me fais dire. Puis, j'ai le teint foncé, mais pas tant que ça. Je suis plus foncé que le Québécois moyen, mais plus pâle que chez les Premières Nations. (...) Je colle pas à l'image typique d'une Autochtone, je colle pas l'image typique d'une Québécoise non plus.

Certaines des participantes ayant une apparence physique « ambiguë » soulignaient qu'elles étaient prises tantôt pour des Autochtones, tantôt pour des Blancs ou même pour d'autres groupes. Ces personnes, pour la plupart, ont soulevé la question de savoir comment cette ambiguïté rendait difficile pour elles de se sentir tout-à-fait à l'aise lorsqu'elles étaient dans des environnements autochtones, car elles ne savaient jamais comment elles seraient considérées. Il semble, dès lors, que de posséder une apparence typique permet de s'identifier à un groupe ethnique ou culturel. Bien que presque toutes les femmes interrogées aient affirmé que l'apparence physique n'est pas si importante, plusieurs ont fait des commentaires qui ont révélé à quel point il était important pour elles de pouvoir être reconnues comme Autochtones dans leur quotidien. Le fait d'être reconnu dans son identité permet une connectivité sociale avec les individus d'un même groupe et construit une identité collective dans laquelle existe un sentiment d'appartenance, ainsi qu'une certaine cohésion de groupe.

Il m'a semblé que le fait « d'avoir l'air autochtone » était probablement plus important pour les femmes qui ont vécu plusieurs situations de discrimination en milieux autochtones et allochtones en raison de leur apparence physique et dont les identités culturelles étaient plus menacées par l'imposition constante des valeurs sociales de la culture dominante dans diverses institutions et qui étaient quotidiennement bombardées par les perspectives et les valeurs des Allochtones.

Dans un tel contexte, plus on a l'air Autochtone, plus il est facile de savoir de manière assez claire où finit la société majoritaire et où la société autochtone commence (Lawrence 2000). D'après leurs remarques, se sentir faire partie d'une identité collective autochtone et être reconnue comme telle permettrait une certaine protection envers les menaces extérieures et un sentiment d'appartenance.

Cela dit, on m'a bien fait remarquer que par rapport aux autres communautés innues, Mashteuiatsh demeure un endroit où les unions mixtes, ainsi que les apparences dites moins typiquement autochtones sont plus acceptées, parfois même embrassées. Valérie (22 ans) m'a affirmé son désir de ne pas restreindre sa recherche de partenaires amoureux à Mashteuiatsh, même si ce n'est pas nécessairement commun à l'intérieur des autres communautés autochtones.

Je sais qu'il y a des communautés où y a ben de la méfiance de se marier entre gens différents. J'avais rencontré un gars de la Côte Nord pi la première question c'était « es-tu Métis ou Autochtone ? », comme si c'était ben important pour eux autres ! Pi ça, ça clash avec ici parce que nous on est tellement proche des autres villes. C'est pas vrai qu'on va juste se restreindre à Mashto ! À un moment donné, on a passé tout notre primaire ensemble, on se connaît trop ! Je suppose qu'au niveau du standard physique ça joue aussi... y cherchent peut-être plus du monde avec les « traits ».

Il semble donc exister une plus grande ouverture à s'unir à des gens de l'extérieur de la communauté. Cette ouverture permet une certaine acceptation d'apparences physiques différentes. Bien que les participantes aient reconnu l'importance de l'appartenance, elles ont également noté la beauté d'être différent ; l'identité personnelle a été définie comme l'importance d'être différente et d'avoir un sentiment d'unicité. Certaines m'ont affirmé avoir beaucoup cheminé pour accepter leur identité multiple et pour avoir une image corporelle généralement positive. Mélissa (40 ans) a longtemps été gênée de ne pas ressembler à une Autochtone, mais elle est parvenue à s'accepter et elle a osé aller danser au pow wow, ce qu'elle s'est toujours empêchée de faire car elle ne se sentait pas assez Autochtone. La fierté de son autochtonie a pris le dessus de ses craintes et elle a été en mesure de s'affirmer dans sa culture et son identité.

Le rôle de la beauté dans la construction de l'identité des femmes autochtones de Mashteuiatsh est teinté de l'histoire coloniale et de la Loi sur les Indiens qui engendre de l'exclusion en



déterminant qui est Indien et qui ne l'est pas, qui est « pur » et qui ne l'est pas. Cette loi a empiété sur la façon dont ces femmes se perçoivent en tant qu'Autochtones et dont elles perçoivent leur image corporelle. Leur identité ethnique englobant leur autochtonie et leurs communautés culturelles est donc influencée par des définitions institutionnalisées (Indiens inscrits, non inscrits, Métis). Bien que la plupart m'ont dit être quelque peu mal à l'aise avec les notions de traditionnel et non-traditionnel, elles incorporent, souvent malgré elles, ces catégories à leur quotidien.

De plus, le stéréotype de l'apparence « typique » d'un Autochtone telle que vue par des membres de la communauté et associée à une authenticité identitaire autochtone est problématique pour plusieurs puisqu'il entrave l'inclusion de certains individus. L'environnement culturel dans lequel ces femmes vivent leur fournit des informations sur un idéal de beauté typiquement autochtone. La société majoritaire envoie des messages dans lesquels elles ne correspondent pas à ses standards de beauté. Elles sont aussi exposées à des représentations déformées, stéréotypées et souvent peu flatteuses des femmes autochtones dans les médias. Les messages concernant les Autochtones véhiculés par la société influencent la vision qu'elles ont d'elles-mêmes. Le fait de s'identifier fortement à son groupe culturel permet une certaine protection contre ces messages. De plus, le fait d'avoir une reconnaissance identitaire par les pairs, notamment en raison de traits phénotypiques typiques, permet une plus grande connectivité sociale avec les individus de son groupe. Néanmoins, la majorité des femmes rencontrées dans le cadre de cette recherche ne se sentaient pas assez Autochtone pour affirmer haut et fort qu'elles appartenaient à ce groupe. Elles désiraient cependant appartenir à ce groupe et elles étaient tout de même extrêmement fière d'être Autochtone. J'avancerais que les stratégies d'autoprotection étaient utilisées par presque toutes les participantes dans la construction de leur image corporelle, mais ces stratégies étaient moins fortes lorsque les femmes ne se sentaient pas acceptées et sentaient qu'elles ne correspondaient pas aux exigences de l'identité autochtone. Les images véhiculées par la société majoritaire contribuent à la construction de leur image corporelle qui influence leur cumul identitaire qui englobe notamment le fait d'être femme, *Pekuakamiulnuatsh*, Autochtone et Québécoise. Malgré l'adversité, elles valorisent le fait d'être des femmes des Premières Nations.

## Chapitre 6 — Conclusion

### Synthèse

Cette étude avait pour but d'illustrer l'expérience de la beauté chez les femmes autochtones, particulièrement dans le contexte culturel de la communauté de Mashteuiatsh. Il convient de faire une synthèse des idées centrales véhiculées dans cette recherche afin de conclure et de démystifier certaines dimensions du rapport des femmes autochtones à la beauté.

Le chapitre 2 nous a permis de comprendre la relation qu'ont certaines femmes racisées avec leur corps. Bien que la réalité de ces femmes soit très diverse et que tirer une conclusion générale nous soit impossible en raison de cette diversité, nous avons pu observer qu'elles sont toutes témoins ou victimes des canons de beauté mondiaux. Elles vivent toutes des expériences d'objectivation et d'hypersexualisation qui entraînent des conséquences dans leur image corporelle. Cela dit, leur rapport au corps et à la beauté varie d'un groupe à l'autre. Certains groupes sont plus prompts, selon les études, à embrasser les standards de beauté de leur propre groupe d'appartenance et à rejeter les normes de beauté occidentales.

Plusieurs recherches nord-américaines (Chin Evans et McConnell 2003 ; Crocker et Major 1989 ; De Casanova 2004 ; Jefferson et Stake 2009 ; Parker et al. 1995 ; Poran 2002) ont voulu démontrer que les femmes noires sont susceptibles d'utiliser des stratégies d'autoprotection en entretenant des conceptions plus souples de la beauté, en se comparant principalement aux femmes de son propre groupe et en rejetant les idéaux blancs. D'autres recherches (Appleford 2016; Awad et al. 2015; Roberts et al. 2006 ; Robinson-Moore 2008), ont prouvé que les perceptions des femmes noires au sujet des standards de beauté sont en train de changer et qu'elles n'y sont pas imperméables. L'idéal mince, notamment, devient plus largement diffusé et internalisé par les femmes noires. De même, des études ont indiqué que des femmes racisées sont grandement affectées par ces dictats de la beauté, alors que d'autres en sont passablement marquées. Nous avons vu que les standards de beauté panasiatiques ne rejettent pas les standards occidentaux, mais les interprètent et intègrent dans une nouvelle esthétique qui valorise les individus qui présentent des traits européens mélangés à une apparence « typiquement asiatique » (Jung

2018). Également, De Casanova (2004) a démontré que bien que certaines recherches indiquent que les femmes hispaniques semblent accepter les normes de beauté dominantes, en particulier les idéaux de minceur, et sont négativement affectées par les images de femmes correspondant aux standards de beauté, ces femmes adhèrent aux standards de beauté occidentaux de façon flexible.

Nous avons ensuite exploré, dans le chapitre 3, la littérature portant sur les expériences corporelles chez les Autochtones. Il a été souligné que la majorité de la recherche impliquant des Autochtones a été axée sur les expériences négatives liées au corps et a donc produit des résultats qui indiquent un nombre élevé d'insatisfaction corporelle, particulièrement chez les jeunes femmes autochtones, ce qui a donné l'impression que la majorité des Autochtones sont très insatisfaits de leur corps. La plupart des études ont utilisé le poids comme seul outil de mesure de l'image corporelle (Gittelsohn et al. 1996; Neumark-sztainer et al. 1997 ; Neumark-Sztainer et al. 1997 ; Story et al. 1994; Lynch et al. 2007 ; Newman, Sontag, et Salvato 2006 ; McCabe et al. 2005 ; Willows et al. 2013; Rinderknecht et Smith 2002). Quelques recherches, néanmoins, ont tenu à étendre la portée de leurs études aux expériences corporelles positives ou neutres chez différents groupes de jeunes Autochtones (Fleming et al. 2006 ; McHugh et Kowalski 2011 ; McHugh, Coppola, et Sabiston 2014 ; Rand et Resnick 2000).

Nous nous sommes penchés sur des textes portant sur l'acceptation d'une diversité corporelle s'inscrivant dans la littérature sur la beauté autochtone. L'image corporelle est grandement influencée par les canons de beauté mondiaux, les stéréotypes sur les Autochtones et les cultures autochtones. Il est apparu que certaines femmes autochtones ont tendance à préférer un corps plus gros et que cette caractéristique est souhaitable et attrayante (Alani-Verjee et al. 2017; Celleli et O'Dea ; Marchessault 2004). Également, il a été démontré que les individus étant moins acculturés à la société majoritaire blanche avaient une vision plus souple de la beauté puisque l'acculturation peut rendre plus susceptible d'intérioriser les standards de beauté occidentaux de minceur notamment. Bien que le regard sur le corps puisse être très différent d'une nation à l'autre, la culture semble avoir un pouvoir de protection contre les influences négatives de la société majoritaire et une satisfaction corporelle ou au moins une acceptation corporelle peut émerger de la fierté culturelle et identitaire. Le rapport au corps semble être influencé, et même

façonné, par le contexte social et culturel dans lequel un individu évolue. L'exposition aux médias de masse peut aussi influencer, non seulement la vision que le public allochtone aura des Autochtones en donnant une impression de réel à des stéréotypes construits par et pour un public blanc, mais peut aussi s'immiscer dans les populations autochtones et entrer dans l'image corporelle des individus (LaRocque 2011). Certaines femmes subissent de la pression de la culture populaire et sont enfermées à l'intérieur de stéréotypes déformant la réalité. Il peut en résulter de l'insatisfaction corporelle et des comportements malsains pour correspondre aux pressions extérieures entourant la beauté des femmes. Enfin, les concours de Miss autochtone, bien qu'ils embrassent certains aspects des clichés populaires de la Princesse autochtone, mettent de l'avant le fait que les femmes autochtones soient belles pour ce qu'elles sont et ce qu'elles font et que l'on n'a pas besoin de les réduire simplement à leur apparence.

Au chapitre 4, nous nous sommes enfin intéressés aux voix des femmes *pekuakamiulnuatsh* à propos de leur expérience de la beauté et, par le fait même, de la féminité. Bien que le profil de ces femmes fut varié, leur expérience de la beauté était plutôt similaire. Nous avons constaté que les femmes sont moins préoccupées par la beauté physique que par la beauté intérieure. Il n'est pas nécessairement considéré important d'être belle physiquement pour être acceptée et être vue comme une beauté. La notion de relation avec les autres à travers des qualités comme la gentillesse, le respect et l'ouverture, a souligné l'importance de la collectivité dans la beauté. Notamment, les modèles féminins dans la vie des participantes se sont montrés des influences bénéfiques dans leur expérience de la beauté, ainsi que dans l'estime de soi.

Malgré une satisfaction, ou du moins une acceptation, corporelle généralisée, des pratiques de pertes de poids chez certaines, qui semblaient ne pas être isolées, ont indiqué que les femmes de Mashteuiatsh sont influencées par les canons de beauté mondiaux. L'insatisfaction corporelle a été considérée comme une conséquence d'une identification aux standards de beauté occidentaux. Toutefois, nous avons noté une vision plus souple du poids corporel préféré que j'ai entré dans la catégorie « d'idéaux de beauté de Mashteuiatsh ». Dans cette catégorie, on peut également ajouter la beauté intérieure, la valorisation des aînées, une apparence physique plus naturelle, une affirmation de son identité culturelle, ainsi qu'un look « plus autochtone ». À ce propos, un mélange entre l'appréciation d'une apparence que l'on pourrait qualifier d'« avoir l'air

autochtone », ainsi que d'une beauté commerciale que l'on voit dans les médias populaires semble exister. On peut ajouter qu'il arrive que les idéaux de beauté présents à Mashteuiatsh, ainsi que le stéréotype de la belle Princesse, bien que différents, se rejoignent à un certain point puisqu'ils valorisent certains traits physiques spécifiques comme la peau mate, la longue chevelure noire de rêve et les beaux yeux en amande.

Pour terminer, le chapitre 5 nous a renseignés sur le fait que d'avoir « l'air autochtone » offre une certaine légitimité à s'affirmer en tant qu'Autochtone et que de ne pas avoir des traits « typiquement autochtones » fait en sorte que certaines femmes ne se sentent pas assez Autochtones. L'apparence physique, autrement dit la beauté, prend une place importante dans la vie de ces femmes *pekuakamiulnuatsh*, notamment dans la construction de leur identité. En lien avec les notions de « pureté du sang », « d'authenticité », ainsi que de « traditionnel », il a été soulevé que le fait de se sentir « typique » en tant que membre d'un groupe est un élément important pour déterminer si l'on s'identifie et se catégorise au sein de ce groupe. Il est attendu des Autochtones qu'ils aient « l'air Autochtone », c'est-à-dire de posséder certains traits phénotypiques qui seraient liés à la conception d'une identité autochtone authentique. Dans le contexte de Mashteuiatsh qui constitue un paysage plutôt hétérogène puisque sa population est composée de familles aux origines diverses, les femmes ne possédant pas les « traits typiquement autochtones » ont du mal à se sentir tout à fait à l'aise lorsqu'elles étaient dans des environnements autochtones, car elles ne savent jamais comment elles sont considérées par leurs pairs. Le fait de se sentir « trop Blanche » ou « trop Autochtone », selon les contextes, en raison de l'apparence physique rend l'identification à une identité autochtone difficile, d'autant plus que les traits physiques considérés « authentiques » sont fortement appréciés autant par les traditionnels que les non-traditionnels.

## **Résultats : Finalement la beauté ?**

Cette étude a mis en lumière les caractéristiques de la beauté, chez les femmes autochtones de Mashteuiatsh, dans leur quotidien. Elles sont peu susceptibles d'avoir des notions uniformes et rigides du concept de beauté. Leur définition de la beauté passe, d'abord, par une valorisation de la beauté intérieure. Au quotidien, elles ont une préférence pour une allure plus « naturelle » tout

en étant soignées et pour un style vestimentaire décontracté et confortable. Pour se sentir belles, elles soulignent l'importance de maintenir de bonnes habitudes de vie et se sentir compétentes dans les activités qu'elles pratiquent. Bien qu'elles intègrent certains standards de beauté et stéréotypes provenant de la société majoritaire et que ces forces peuvent exercer une influence importante dans leur vision de la beauté, ainsi que dans leur comportement, elles sont plus susceptibles de décrire la beauté dans des termes de traits de personnalité et de valeurs qu'elles préfèrent à des caractéristiques physiques. L'acculturation à la société québécoise a, tout de même, un impact dans l'expression de la beauté au quotidien puisque certaines femmes, sensibles aux messages socioculturels diffusant des images de la « femme idéale mince », sont négativement affectées dans leur image corporelle.

Cela dit, le contexte culturel de la communauté de Mashteuiatsh joue sans aucun doute un rôle capital dans les expériences des femmes *pekuakamiulnuatsh* en lien avec la beauté. Le contexte culturel agit, ici, dans une certaine mesure, comme protection contre les messages extérieurs sur la beauté. Autrement dit, la culture protège contre les influences négatives de la société majoritaire. Des traits différents des standards de beauté majoritaires sont plus acceptés et tolérés dans la communauté. Elles utilisent des conceptions de beauté qui leur correspondent davantage et intègrent des idéaux de beauté de leur propre groupe. Des caractéristiques, comme la beauté intérieure, constituent des attributs de l'idéal de beauté local qui facilitent une satisfaction corporelle ou du moins une acceptation corporelle. De là, peut émerger de la fierté culturelle et identitaire. Je dirais donc qu'elles adhèrent aux standards de beauté occidentaux de manière plutôt flexible et se reposent davantage sur des conceptions de beauté provenant de Mashteuiatsh qui sont plus accessibles et applicables à leur physique dans leur contexte social et culturel. On peut dire, dès lors, qu'elles « incorporent » activement et continuellement leur monde culturel. Leurs corps sont donc des projections sociales du contexte de Mashteuiatsh.

Ce mémoire avait aussi pour objectif de comprendre si la beauté venait jouer un rôle dans la construction de l'identité de ces femmes. La beauté et la perception du corps sont liées à la collectivité. J'avance qu'en effet l'apparence physique apparaît comme un marqueur et un créateur de l'identité. Le corps, produit de la culture, agit dans la fabrication de l'identité des individus. La culture et les idéaux de beauté de Mashteuiatsh, ainsi que l'histoire coloniale et la

Loi sur les Indiens offrent une multitude de ressources symboliques dans la construction de l'identité. Ces états de fait ont un impact sur la façon dont les participantes se perçoivent en tant qu'Autochtones et dont elles perçoivent leur image corporelle. Dans ce contexte où les critères phénotypiques sont souvent pris comme preuves de l'authenticité autochtone, des participantes m'ont affirmé l'importance de ne pas laisser le physique les définir. C'est la force et la bonté intérieure des femmes autochtones, non l'archétype de « la femme autochtone », qui les définit. Elles ont le désir d'accorder une plus grande place à l'autoreprésentation dans la création et la diffusion d'une définition de la beauté qui leur est propre. Entre les images de la Princesse autochtone, la Squaw, les canons de beauté mondiaux et les messages culturels, les femmes m'ont fait part de l'importance de l'acceptation de soi et de son autochtonie.

## **Recommandation**

Il est à mon sens urgent de multiplier les recherches sur les perspectives féminines autochtones portant sur les expériences corporelles. Comme il a déjà été souligné, il existe un grand trou documentaire sur le sujet. Étant donné le nombre limité de recherches qui ont exploré les expériences corporelles des femmes autochtones, il est impératif que nous, en tant que chercheuses et chercheurs, ne limitons pas notre recherche aux expériences négatives. Il y a lieu d'effectuer un changement de paradigme dans la recherche impliquant les peuples autochtones pour ne pas nous concentrer uniquement à produire de la documentation qui présume que tous les Autochtones éprouvent des émotions et des expériences négatives liées au corps. Il faudrait s'intéresser aux expériences, ainsi qu'aux savoirs des femmes et aspirer à une meilleure compréhension de leurs perspectives sur ces sujets.

## Références bibliographiques

- Acoose, Janice. 1992. « Iskwekwak -- Kah' Ki Yaw Ni Wahkomakanak : Neither Indian Princesses nor Squaw Drudges ». University of Saskatchewan. <https://harvest.usask.ca/handle/10388/etd-11072006-113931>.
- Alani-Verjee, Taslim, Peter Braunberger, Tina Bobinski, et Christopher Mushquash. 2017. « First Nations Elders in Northwestern Ontario's Perspectives of Health, Body Image and Eating Disorders ». *Journal of Indigenous Wellbeing: Te Mauri-Pimatisiwin* 2 (1): 76-96.
- Anctil Avoine, Priscyll. 2018. « ANDERSON, Kim (2016) A recognition of being: Reconstructing Native womanhood. Toronto, Women's Press, 330 p. (ISBN 978-0-88961-579-3) ». *Cahiers de géographie du Québec* 62 (175): 215-17.
- Appleford, Katherine. 2016. « 'This big bum thing has taken over the world': Considering black women's changing views on body image and the role of celebrity ». *Critical Studies in Fashion & Beauty* 7 (2): 193-214.
- Atkinson, Helen Bobbish, Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie-James, Gordon Magonet, Québec (Province) Ministère de la santé et des services sociaux, et Hôpital général de Montréal Module du Nord québécois. 1990. *L'expérience de la Baie James: guide pour les professionnels de la santé qui travaillent parmi les Cris du Nord québécois*. [Québec (Province)]: Dép. de santé communautaire, Module du Nord québécois.
- Awad, Germaine H., Carolette Norwood, Desire S. Taylor, Mercedes Martinez, Shannon McClain, Bianca Jones, Andrea Holman, et Collette Chapman-Hilliard. 2015. « Beauty and body image concerns among African American college women ». *Journal of Black Psychology* 41 (6): 540-64.
- Back, Francis. 2006. « Aux origine du « bonnet montagnais » ». *Cap-aux-Diamants : la revue d'histoire du Québec*, n° 85: 32-35.
- Baird, Melissa L. 2021. « 'Making Black More Beautiful': Black Women and the Cosmetics Industry in the Post-Civil Rights Era ». *Gender & History* 33 (2): 557-74. <https://doi.org/10.1111/1468-0424.12522>.
- Banet-Weiser, Sarah. 1998. « Figures of beauty, figures of nation: global contests of femininity ». *American Quarterly* 50 (1): 166-74.
- Batal, Malek. 2022. « Diet quality and food security amongst Indigenous children in Canada: facing the legacy of decades of dispossession and governmental neglect ». *Public Health Nutrition* 25 (1): 133-35.
- Batal, Malek, Hing Man Chan, Karen Fediuk, Peter R. Berti, Genevieve Mercille, Tonio Sadik, et Louise Johnson-Down. 2021. « First Nations households living on-reserve experience food insecurity: prevalence and predictors among ninety-two First Nations communities across Canada ». *Canadian Journal of Public Health* 112 (1): 52-63.



- Batal, Malek, Hing Man Chan, Karen Fediuk, Peter Berti, Tonio Sadik, et Louise Johnson-Down. 2021. « Associations of health status and diabetes among First Nations Peoples living on-reserve in Canada ». *Canadian Journal of Public Health* 112 (1): 154-67.
- Batal, Malek, et Stéphane Decelles. 2019. « A Scoping Review of Obesity among Indigenous Peoples in Canada ». *Journal of Obesity* 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/9741090>.
- Beaud, Stéphane, et Florence Weber. 2010. *Guide de l'enquête de terrain*. La Découverte. Paris.
- Bédinadé, Daphné. 2020. « La fabrique de la beauté ethnique ». *Recherches sociologiques et anthropologiques*, n° 51-2: 87-107. <https://doi.org/10.4000/rsa.4318>.
- Benet-Martínez, Verónica, Janxin Leu, Fiona Lee, et Michael W. Morris. 2002. « Negotiating biculturalism: Cultural frame switching in biculturals with oppositional versus compatible cultural identities ». *Journal of Cross-cultural psychology* 33 (5): 492-516.
- Berthelot, Jean-Michel. 1983. « CORPS ET SOCIÉTÉ : (Problèmes méthodologiques posés par une approche sociologique du corps) ». *Cahiers internationaux de sociologie*, 119-31.
- Binkley, Lisa. 2021. « Reviewing a 1960s Mi'kmaq Ribbon Skirt : Reclamation, Resilience, and Resistance ». In *Transnational Perspectives on Feminism and Art, 1960–1985*, Routledge, 27-40. <https://doi.org/10.4324/9781003095453-2>.
- Bonspille-Boileau, Sonia, Angie-Pepper O'Bomsawin, et Livia Manywounds, réal. 2016. « Princesses ». [nativeprincesses.ca/en](http://nativeprincesses.ca/en).
- Bordo, Susan. 2004. *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body*. University of California Press.
- Boucher, Nathalie. 2008. « Qui est Pekuakamiulnu ? » *L'hétérogénéité du tissu social de Mashteuiatsh. Aspects Sociologiques* 15 (1): 47-71.
- Bousquet, Marie-Pierre. 2002. « Les Algonquins ont-ils toujours besoin des animaux indiens ? Réflexions sur le bestiaire contemporain ». *Théologiques* 10 (1): 63-87. <https://doi.org/10.7202/008156ar>.
- . 2005. « Les jeunes Algonquins sont-ils biculturels ? : Modèles de transmission et innovations dans quelques réserves ». *Recherches Amérindiennes au Québec* 35 (3): 7-17.
- . 2017. « Le projet des pensionnats autochtones du Québec ». *Traces* 55 (3): 21-30.
- Bousquet, Marie-Pierre, Laurence Hamel-Charest, et Anna Mapachee. 2020. « Y avait-il des deux-esprits chez les Anicinabek ? Perceptions sur la sexualité et les genres ». *Recherches amérindiennes au Québec* 50 (1): 115-27. <https://doi.org/10.7202/1078705ar>.
- Bousquet, Marie-Pierre, et Anny Morissette. 2014. « Reines, princesses, miss et majorettes. Une construction de la féminité chez les Amérindiens et Amérindiennes du Québec (XXe-XXIe siècles) ».

Bousquet, Marie-Pierre, Anny Morissette, et Laurence Hamel-Charest. 2017a. « Les miss et les reines de carnaval autochtones au Québec: défier les modèles et les normes ». *Recherches féministes* 30 (1): 119-39.

———. 2017 b. « Les miss et les reines de carnaval autochtones au Québec: défier les modèles et les normes ». *Recherches féministes* 30 (1): 119-39.

Brant Castellano, Marlene. 2009. « Heart of the nations: Women's contribution to community healing ». *Restoring the balance: First Nations women, community, and culture*, 203-35.

Brazier, Yvette. 2020. « Body Image: What Is It, and How Can I Improve It? » 11 octobre 2020.

Bronstad, P Matthew, Judith H Langlois, et Richard Russell. 2008. « Computational Models of Facial Attractiveness Judgments ». *Perception* 37 (1): 126-42. <https://doi.org/10.1068/p5805>.

Bruneau, Julie. 2017. « Walking With Our Sisters : une commémoration artistique pour le féminicide autochtone, en marche vers la décolonisation ». *Recherches féministes* 30 (1): 101-17. <https://doi.org/10.7202/1040977ar>.

Brunsma, David L., et Kerry Ann Rockquemore. 2001. « The New Color Complex: Appearances and Biracial Identity ». *Identity: An International Journal of Theory and Research* 1 (3): 225-46. [https://doi.org/10.1207/S1532706XID0103\\_03](https://doi.org/10.1207/S1532706XID0103_03).

Bryant, Susan L. 2013. « The beauty ideal: the effects of European standards of beauty on Black women ». *Columbia Social Work Review* 11 (1): 80-91.

Butler, Judith. 1986. « Sex and Gender in Simone de Beauvoir's Second Sex ». *Yale French Studies* 72: 35-49.

———. 1988. « Performative Acts and Gender Constitution: An Essay in Phenomenology and Feminist Theory ». *Theatre Journal* 40 (4): 519-31. <https://doi.org/10.2307/3207893>.

Calogero, Rachel M., Michael Boroughs, et J. Kevin Thompson. 2007. « The Impact of Western Beauty Ideals on the Lives of Women: A Sociocultural Perspective ». In *The Body Beautiful*, édité par Viren Swami et Adrian Furnham, 259-98. London: Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/9780230596887\\_13](https://doi.org/10.1057/9780230596887_13).

Chaney, Cassandra D. et Perkins, Rhea M. 2018. « "His and "Her" Perspectives: The Dichotomy of Colorism in a Black Marriage ». *Journal of Colorism Studies* 3 (1): 1-24.

Chin Evans, Peggy, et Allen R. McConnell. 2003. « Do racial minorities respond in the same way to mainstream beauty standards? Social comparison processes in Asian, Black, and White women ». *Self and Identity* 2 (2): 153-67.

Cinelli, Renata Leah, et Jennifer A. O'Dea. 2009. « Body image and obesity among Australian adolescents from indigenous and Anglo-European backgrounds: implications for health promotion and obesity prevention among Aboriginal youth ». *Health Education Research* 24 (6): 1059-68. <https://doi.org/10.1093/her/cyp040>.

Clercq, RAFAEL DE. 2013. « Beauty ». In *The Routledge Companion to Aesthetics*, 3<sup>e</sup> éd. Routledge.

Cohen, Rachel, Jasmine Fardouly, Toby Newton-John, et Amy Slater. 2019. « #BoPo on Instagram: An Experimental Investigation of the Effects of Viewing Body Positive Content on Young Women's Mood and Body Image ». *New Media & Society* 21 (7): 1546-64. <https://doi.org/10.1177/1461444819826530>.

Conte, Charles. 2021. « Les drames cachés du colorisme ». *Humanisme* 331 (2): 103-9.

Coppola, Angela M., Ariel J. Dimler, Toni S. Letendre, et Tara-Leigh F. McHugh. 2017. « 'We are given a body to walk this earth': the body pride experiences of young Aboriginal men and women ». *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health* 9 (1): 4-17.

Craig, Maxine Leeds. 2006. « Race, Beauty, and the Tangled Knot of a Guilty Pleasure ». *Feminist Theory* 7 (2): 159-77. <https://doi.org/10.1177/1464700106064414>.

Crocker, Jennifer, et Brenda Major. 1989. « Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. » *Psychological review* 96 (4): 608.

Cruz, Germano Vera. 2013. « Cross-Cultural Study of Facial Beauty ». *Journal of Psychology in Africa* 23 (1): 87-89. <https://doi.org/10.1080/14330237.2013.10820597>.

Cunningham, Michael R., A.R. Michael, A.P. Barbee, P.B. Druen, et CH Wu. 1995. « "Their ideas of beauty are, on the whole, the same as ours": Consistency and variability in the cross-cultural perception of female physical attractiveness » 62 (2).

Davis, Jenny L., Tony P. Love, et Phoenicia Fares. 2019. « Collective Social Identity: Synthesizing Identity Theory and Social Identity Theory Using Digital Data ». *Social Psychology Quarterly* 82 (3): 254-73. <https://doi.org/10.1177/0190272519851025>.

De Casanova, Erynn Masi. 2004. « "No Ugly Women" Concepts of Race and Beauty among Adolescent Women in Ecuador ». *Gender & Society* 18 (3): 287-308.

Delâge, Denys. 2008. « Kebhek, Uepishtikueiau ou Québec : histoire des origines : 2e partie : le choc culturel : « le diable rusé fait le singe partout » ». *Les Cahiers des dix*, n° 62: 5-20. <https://doi.org/10.7202/038119ar>.

Delisle L'Heureux, Catherine. 2018. *Voix politiques des femmes innues face à l'exploitation minière*. Presses de l'Université du Québec. Québec: Presses de l'Université du Québec.

Devereux, Georges. 1972. « L'identité ethnique: ses bases logiques et ses dysfonctions ». *Ethnopsychanalyse complémentariste*, 131-68.

Dion, Karen, Ellen Berscheid, et Elaine Walster. 1972. « What is beautiful is good ». *Journal of Personality and Social Psychology* 24 (3): 285-90. <https://doi.org/10.1037/h0033731>.

Dupuis, Renée. 1991. *La question indienne au Canada*. Vol. 4. Boréal Montreal.

Festinger, Leon. 1954. « A Theory of Social Comparison Processes ». *Human Relations* 7 (2): 117-40. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>.

Fleming, Tara-Leigh, Kent C. Kowalski, M. Louise Humbert, Kristina R. Fagan, Martin J. Cannon, et Tammy M. Girolami. 2006. « Body-Related Emotional Experiences of Young Aboriginal Women ». *Qualitative Health Research* 16 (4): 517-37. <https://doi.org/10.1177/1049732306286846>.

Forbes, Gordon B., Linda L. Collinsworth, Rebecca L. Jobe, Kristen D. Braun, et Leslie M. Wise. 2007. « Sexism, Hostility toward Women, and Endorsement of Beauty Ideals and Practices: Are Beauty Ideals Associated with Oppressive Beliefs? » *Sex Roles* 56 (5): 265-73. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9161-5>.

Fredrickson, Barbara L., Tomi-Ann Roberts, Stephanie M. Noll, Diane M. Quinn, et Jean M. Twenge. 1998. « “That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance”: Correction to Fredrickson et al. (1998) ». *Journal of Personality and Social Psychology* 75 (5): 1098-1098. <https://doi.org/10.1037/h0090332>.

Gallissot, René. 1987. « Sous l’identité, le procès d’identification ». *L’Homme et la Société* 83 (1): 12-27.

Galloway, Margaret E. 1986. « Indian princess or Indian squaw: The stereotype lives on ». Thesis, Texas Woman’s University. <https://twu-ir.tdl.org/handle/11274/9082>.

Gittelsohn, Joel, Stewart B. Harris, Andrew L. Thorne-Lyman, Anthony J. G. Hanley, Annette Barnie, et Bernard Zinman. 1996. « Body Image Concepts Differ by Age and Sex in an Ojibway-Cree Community in Canada ». *The Journal of Nutrition* 126 (12): 2990-3000. <https://doi.org/10.1093/jn/126.12.2990>.

Glenister Roberts, Kathleen. 2002. « Speech, gender, and the performance of culture: Native American “Princesses” ». *Text and Performance Quarterly* 22 (4): 261-79.

Goffman, Erving. 1977. « La ritualisation de la féminité ». *Actes de la recherche en sciences sociales* 14 (1): 34-50.

———. 2004. « Le déploiement du genre ». *Terrain. Anthropologie & sciences humaines*, n° 42: 109-28.

Hall, Christine C. Iijima. 1995. « Asian eyes: Body image and eating disorders of Asian and Asian American women ». *Eating Disorders* 3 (1): 8-19.

Harding, Robert. 2006. « Historical representations of aboriginal people in the Canadian news media ». *Discourse & Society* 17 (2): 205-35.

Hebl, Michelle R., Eden B. King, et Jean Lin. 2004. « The Swimsuit Becomes Us All: Ethnicity, Gender, and Vulnerability to Self-Objectification ». *Personality and Social Psychology Bulletin* 30 (10): 1322-31. <https://doi.org/10.1177/0146167204264052>.

Iijima Hall, Christine C. 2004. « Mixed-race women: One more mountain to climb ». *Women & Therapy* 27 (1-2): 237-46.

Imani, Blair. 2021. *Read This to Get Smarter: about Race, Class, Gender, Disability & More*. Ten Speed Press. New York.

Irwin, Lee. 2018. « Finding the Song, Dreaming the Cure: Native Spirituality in the Context of Healing ».

Jacobsen, Thomas. 2010. « Beauty and the Brain: Culture, History and Individual Differences in Aesthetic Appreciation ». *Journal of Anatomy* 216 (2): 184-91. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7580.2009.01164.x>.

Jefferson, Deana L., et Jayne E. Stake. 2009. « Appearance self-attitudes of African American and European American women: Media comparisons and internalization of beauty ideals ». *Psychology of Women Quarterly* 33 (4): 396-409.

Jérôme, Laurent. 2020. « Le trickster dans la bande dessinée: l'art de figurer la ruse dans les cosmologies de l'Amazonie brésilienne et des Premières Nations du Québec ». *Revue internationale d'anthropologie culturelle & sociale* 10: 141-61.

Jung, Jaehee. 2018. « Young Women's Perceptions of Traditional and Contemporary Female Beauty Ideals in China ». *Family and Consumer Sciences Research Journal* 47 (1): 56-72. <https://doi.org/10.1111/fcsr.12273>.

Kovach, Margaret. 2009. *Indigenous methodologies: Characteristics, conversations, and contexts*. University of Toronto Press.

Labrecque, Marie France. 2011. « La transnationalisation des mouvements féministes dans les Amériques. Quelle est la place des femmes autochtones ? » *Inditerra: revue internationale sur l'Autochtonie* 3: 18-28.

Lahire, Bernard. 2001. « Héritages sexués: incorporation des habitudes et des croyances ». *La dialectique des rapports hommes-femmes* 2: 9-25.

Laperrière, Guy. 2017. « Goulet, Henri, Histoire des pensionnats indiens catholiques au Québec : le rôle déterminant des pères oblates (Montréal, Presses de l'Université de Montréal, 2016), 215 p. » *Revue d'histoire de l'Amérique française* 70 (4): 96-100. <https://doi.org/10.7202/1040584ar>.

LaRocque, Emma. 2011. *When the other is me: Native resistance discourse, 1850-1990*. Univ. of Manitoba Press.

Larocque, Robert. 1980. « Les maladies chez les Iroquoiens préhistoriques ». *Recherches amérindiennes au Québec* 10 (3): 165-80.

Lawrence, Bonita Elisabeth. 2000. *Real Indians and others: mixed-race urban native people, the Indian Act, and the rebuilding of indigenous nations*. University of Toronto.

Le Breton, David. 1991. « Corps et anthropologie: de l'efficacité symbolique ». *Diogenes*, n° 153: 92.

— — —. 2010. « Mauss et la naissance de la sociologie du corps ». *Revue du MAUSS* 36 (2): 371-84. <https://doi.org/10.3917/rdm.036.0371>.

Legault, Gabrielle. 2021. « Hegemonic Discourses of Métis Identity in British Columbia, Canada ». *International Journal of Critical Indigenous Studies* 14 (2): 79-95. <https://doi.org/10.5204/ijcis.1876>.

Lindholm, Charles. 2013. « The Rise of Expressive Authenticity ». *Anthropological Quarterly* 86 (2): 361-95.

« Loi sur les Indiens | l'Encyclopédie Canadienne ». s. d. Consulté le 2 juin 2022. [https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/loi-sur-les-indiens?gclid=CjwKCAjwv-GUBhAzEiwASUMm4m\\_08Z21QQiPPoVI3Ejyf2BJafmpLeI75JFa8QZg4mKi8N5rLf8BoC9mQQAvD\\_BwE](https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/loi-sur-les-indiens?gclid=CjwKCAjwv-GUBhAzEiwASUMm4m_08Z21QQiPPoVI3Ejyf2BJafmpLeI75JFa8QZg4mKi8N5rLf8BoC9mQQAvD_BwE).

Lynch, Wesley C., Daniel P. Heil, Elise Wagner, et Michael D. Havens. 2007. « Ethnic Differences in BMI, Weight Concerns, and Eating Behaviors: Comparison of Native American, White, and Hispanic Adolescents ». *Body Image* 4 (2): 179-90. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.01.001>.

MacDougall, Pauleena M. 1994. « Grandmother, Daughter, Princess, Squaw: Native American Female Stereotypes in Historical Perspective ». *Maine History* 34 (1): 22-39.

Marchessault, Gail. 2004. « Body shape perceptions of Aboriginal and non-Aboriginal girls and women in Southern Manitoba, Canada », 369-79.

McCabe, Marita, Lina Ricciardelli, David Mellor, et Kylie Ball. 2005. « Media influences on body image and disordered eating among indigenous adolescent Australians ». *Adolescence* 40 (157): 115-27.

McHugh, Tara-Leigh F., Angela M. Coppola, et Catherine M. Sabiston. 2014. « “I’m Thankful for Being Native and My Body Is Part of That”: The Body Pride Experiences of Young Aboriginal Women in Canada ». *Body Image* 11 (3): 318-27. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.05.004>.

McHugh, Tara-Leigh F, et Kent C Kowalski. 2011. « ‘A New View of Body Image’: A School-Based Participatory Action Research Project with Young Aboriginal Women ». *Action Research* 9 (3): 220-41. <https://doi.org/10.1177/1476750310388052>.

McKay, Dwanna L. 2021. « Real Indians: Policing or Protecting Authentic Indigenous Identity? » *Sociology of Race and Ethnicity* 7 (1): 12-25. <https://doi.org/10.1177/2332649218821450>.

Meintel, Deirdre. 2008. « Identités plurielles et reconnaissance connective: Réflexions à partir des recherches sur les questions ethniques ». *La reconnaissance dans les sociétés contemporaines*, 311-19.

Mellor, David, Marita McCabe, Lina Ricciardelli, et Kylie Ball. 2004. « Body Image Importance and Body Dissatisfaction among Indigenous Australian Adolescents ». *Body Image* 1 (3): 289-97. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.05.003>.

Nepton, Alain. 2006. « Les Pekuakamiulnuatsh (ou Montagnais du Lac-Saint-Jean) et le rôle de l’histoire ». *Histoire Québec* 12 (1): 5-9.

Neumark-Sztainer, Dianne, Mary Story, Simone A. French, Peter J. Hannan, Michael D. Resnick, et Robert Wm Blum. 1997. « Psychosocial concerns and health-compromising behaviors among overweight and nonoverweight adolescents ». *Obesity research* 5 (3): 237-49.

Neumark-sztainer, DIANNE, MARY Story, MICHAEL D Resnick, et ROBERT W Blum. 1997. « Psychosocial Concerns and Weight Control Behaviors Among Overweight and Nonoverweight Native American Adolescents ». *Journal of the American Dietetic Association* 97 (6): 598-604. [https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(97\)00154-5](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(97)00154-5).

Newman, Denise L., Lisa M. Sontag, et Rebecca Salvato. 2006. « Psychosocial aspects of body mass and body image among rural American Indian adolescents ». *Journal of youth and adolescence* 35 (2): 265-75.

Northup, Temple, et Carol M. Liebler. 2010. « The good, the bad, and the beautiful: Beauty ideals on the Disney and Nickelodeon channels ». *Journal of Children and Media* 4 (3): 265-82.

Noury, Céline. 2010. « La conservation du Nitassinan : besoins et intérêts des ilnus de Mashteuiatsh ».

Pack, Sam. 2012. « What Is a Real Indian?: The Interminable Debate of Cultural Authenticity ». *AlterNative: An International Journal of Indigenous Peoples* 8 (2): 176-88. <https://doi.org/10.1177/117718011200800206>.

Parker, Sheila, Mimi Nichter, Mark Nichter, Nancy Vuckovic, Colette Sims, et Cheryl Ritenbaugh. 1995. « Body Image and Weight Concerns among African American and White Adolescent Females: Differences that Make a Difference ». *Human Organization* 54 (2): 103-14. <https://doi.org/10.17730/humo.54.2.06h663745q650450>.

Perkins, Rhea M. 2014. « Life in Duality: Biracial Identity Development ». *Race, Gender & Class* 21 (1-2): 211-19.

Perreault, Julie. 2015. « La violence intersectionnelle dans la pensée féministe autochtone contemporaine ». *Recherches féministes* 28 (2): 33-52. <https://doi.org/10.7202/1034174ar>.

Ponce, Raphael. 2013. « Innu doll in traditional clothing ». *Whispering Wind* 42 (2): 16-22.

Poran, Maya A. 2002. « Denying diversity: Perceptions of beauty and social comparison processes among Latina, Black, and White women ». *Sex roles* 47 (1): 65-81.

Rand, Colleen S. W., et Jaquelyn Liss Resnick. 2000. « The “Good Enough” Body Size as Judged by People of Varying Age and Weight ». *Obesity Research* 8 (4): 309-16. <https://doi.org/10.1038/oby.2000.37>.

Rguibi, Mohamed, et Rekia Belahsen. 2006. « Body Size Preferences and Sociocultural Influences on Attitudes towards Obesity among Moroccan Sahraoui Women ». *Body Image* 3 (4): 395-400. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2006.07.007>.

Rhodes, Gillian. 2006. « The Evolutionary Psychology of Facial Beauty ». *Annual Review of Psychology* 57 (1): 199-226. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.57.102904.190208>.

Richetin, Juliette, Pascal Huguet, et Jean-Claude Croizet. 2007. « Le rôle des cosmétiques dans les premières impressions: le cas particulier du maquillage ». *L'Année psychologique* 107 (1): 65-86.

Ricœur, Paul. 1988. « L'identité narrative ». *Esprit (1940-)* 141 (140): 295-304.

Ricœur, Paul, et Gwendoline Jarczyk. 1991. « Soi-même comme un autre ». *Rue Descartes*, n° 1/2: 225-37.

Rinderknecht, Kimberly, et Chery Smith. 2002. « Body-image perceptions among urban native American Youth ». *Obesity Research* 10 (5): 315-27.

Roberts, Alan, Thomas F. Cash, Alan Feingold, et Blair T. Johnson. 2006. « Are black-white differences in females' body dissatisfaction decreasing? A meta-analytic review ». *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 74 (6): 1121-31. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1121>.

Robinaud, Marion. 2020. « Corps à l'épreuve : discours de religieuses missionnaires face à l'altérité nord-amérindienne dans l'ouest du Canada au xxe siècle ». *Recherches amérindiennes au Québec* 50 (2): 45-55. <https://doi.org/10.7202/1082098ar>.

Robinson, Margaret. 2019. « The big colonial bones of Indigenous North America's "obesity epidemic" ». In *Thickening Fat*, 15-28. Routledge.

Robinson-Moore, Cynthia L. 2008. « Beauty Standards Reflect Eurocentric Paradigms—So What? Skin Color, Identity, and Black Female Beauty. » *Journal of Race & Policy* 4 (1).

Rosen, Lionel W., Christine L. Shafer, Gail M. Dummer, Linda K. Cross, Gary W. Deuman, et Steven R. Malmberg. 1988. « Prevalence of Pathogenic Weight-Control Behaviors among Native American Women and Girls ». *International Journal of Eating Disorders* 7 (6): 807-11. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198811\)7:6<807::AID-EAT2260070611>3.0.CO;2-6](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198811)7:6<807::AID-EAT2260070611>3.0.CO;2-6).

Roy, Bernard. 1999. « Le diabète chez les autochtones: Regard sur la situation à Betsiamites, Natashquan et La Romaine ». *Recherches amérindiennes au Québec* 24 (3): 3-18.

Santos, Carlos, et Kimberly Updegraff. 2014. « Feeling typical, looking typical: Physical appearance and ethnic identity among Mexican-origin youth. » *Journal of Latina/o Psychology* 2 (4): 187-99. <https://doi.org/10.1037/lat0000023>.

Sekayi, Dia. 2003. « Aesthetic resistance to commercial influences: The impact of the Eurocentric beauty standard on Black college women ». *Journal of Negro Education*, 467-77.

Shroff, Hemal, Phillippa C. Diedrichs, et Nadia Craddock. 2018. « Skin Color, Cultural Capital, and Beauty Products: An Investigation of the Use of Skin Fairness Products in Mumbai, India ». *Frontiers in Public Health* 5.

Silvestrini, Molly. 2020. « "It's not something I can shake": The Effect of Racial Stereotypes, Beauty Standards, and Sexual Racism on Interracial Attraction ». *Sexuality & Culture* 24 (1): 305-25.

Spielmann, Roger. 2017. « *You're So Fat!* » University of Toronto Press.



Spurr, Shelley, Jill Bally, Carol Bullin, et Krista Trinder. 2017. « Type 2 diabetes in Canadian aboriginal adolescents: risk factors and prevalence ». *Journal of pediatric nursing* 36: 111-17.

Story, Mary, Fern R. Hauck, Brenda A. Broussard, Linda L. White, Michael D. Resnick, et Robert W. Blum. 1994. « Weight Perceptions and Weight Control Practices in American Indian and Alaska Native Adolescents: A National Survey ». *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* 148 (6): 567-71. <https://doi.org/10.1001/archpedi.1994.02170060021003>.

Strong, Pauline Turner, et Barrik Van Winkle. 1996. « "Indian Blood": Reflections on the Reckoning and Refiguring of Native North American Identity ». *Cultural Anthropology* 11 (4): 547-76.

Teoran, Joséphine. 2006. « Mashteuiatsh : Analyse d'un conflit interne chez les Pekuakamiulnuatsh ». *Civilisations. Revue internationale d'anthropologie et de sciences humaines*, n° 55: 35-51. <https://doi.org/10.4000/civilisations.195>.

Thompson, Janice L., Peg Allen, Leslie Cunningham-Sabo, Dedra A. Yazzie, Michelle Curtis, et Sally M. Davis. 2002. « Environmental, Policy, and Cultural Factors Related to Physical Activity in Sedentary American Indian Women ». *Women & Health* 36 (2): 57-72. [https://doi.org/10.1300/J013v36n02\\_05](https://doi.org/10.1300/J013v36n02_05).

Tuhiwai Smith, Linda. 2012. *Decolonizing methodologies: Research and indigenous peoples*. University of Otago Press. Dunedin..

« Urban Dictionary: Bannock Bum ». s. d. Urban Dictionary. Consulté le 13 mars 2022. <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=bannock%20bum>.

Vinsonneau, Geneviève. 2002. « Le développement des notions de culture et d'identité: un itinéraire ambigu ». *Carrefours de l'éducation*, n° 2: 2-20.

Wahi, Gita, Julie Wilson, Richard Oster, Patricia Rain, Susan M Jack, Joel Gittelsohn, Sujane Kandasamy, et al. 2020. « Strategies for Promoting Healthy Nutrition and Physical Activity Among Young Children: Priorities of Two Indigenous Communities in Canada ». *Current Developments in Nutrition* 4 (1): nzz137. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzz137>.

Willows, Noreen Dianne, Denise Ridley, Kim D. Raine, et Katerina Maximova. 2013. « High adiposity is associated cross-sectionally with low self-concept and body size dissatisfaction among indigenous Cree schoolchildren in Canada ». *BMC Pediatrics* 13 (1): 1-7. <https://doi.org/10.1186/1471-2431-13-118>.

Wuttunee, Kari Dawn, Jennifer Altenberg, et Sarah Flicker. 2019. « Red Ribbon Skirts and Cultural Resurgence: Kimihko sîmpân iskwêwisâkaya êkwa sihcikêwin waniskâpicikêwin ». *Girlhood Studies* 12 (3): 63-79.

Yip, Jeaney, Susan Ainsworth, et Miles Tycho Hugh. 2019. « Beyond Whiteness: Perspectives on the Rise of the Pan-Asian Beauty Ideal ». In *Race in the Marketplace: Crossing Critical Boundaries*, édité par Guillaume D. Johnson, Kevin D. Thomas, Anthony Kwame Harrison, et Sonya A. Grier, 73-85. Cham: Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-11711-5\\_5](https://doi.org/10.1007/978-3-030-11711-5_5).