



Insatisfaction corporelle et estime de soi chez les jeunes adultes québécois : Une association toujours présente!

Marie-Ève Blackburn, chercheuse | marie-eveblackburn@cegepjonquiere.ca

Julie Auclair, enseignante-chercheure, Cégep de Jonquière; Jacinthe Dion, professeure, UQAC; Isabelle Lessard, chargée de projet, Vestechpro; Jocelyn Bellemare, professeur, UQÀM, Lucie Lapalme, enseignante-chercheure, Cégep Marie-Victorin

Colloque de l'ARC dans le cadre du 84^e Congrès de l'Acfas, 10 mai 2016, Montréal



Mise en contexte

Plusieurs études menées chez des adolescents démontrent un lien entre l'insatisfaction corporelle et une mauvaise estime de soi. Qu'en est-il à l'âge adulte? Cette relation se maintient-elle?

OBJECTIF :

Évaluer les effets respectifs de la perception de son image corporelle et des données anthropométriques sur l'estime de soi tout en tenant compte de l'effet modérateur de la sensibilité à l'influence des messages médiatiques.

Collecte de données

Trois étapes de collecte

Questionnaire en ligne → Mesures manuelles → Scanner 3D

Étape	Instrument de collecte	Mesure (k)	Participants (n)
1	Questionnaire en ligne	139	422
2	Mesures manuelles	3	419
3	Scan corporel	90	395
TOTAL		232	428

Collecte été 2015 (30 juillet au 3 septembre)

Brossard, Saguenay, Québec, Montréal

Critères d'éligibilité

- 18 à 35 ans, Résidence principale au Québec
- Pas de grossesse ni d'allaitement en cours (femmes)

Méthodologie

Analyse de régression linéaire multiple

Modèles distincts selon le sexe

Le coefficient présenté, celui de la corrélation semi-partielle, permet d'établir la contribution relative de chaque variable à du niveau d'estime de soi. Plus sa valeur absolue est élevée, plus l'effet de la variable est importante pour expliquer le niveau d'estime de soi.

Le R² ajusté témoigne de la qualité de l'ajustement du modèle. Il fournit le pourcentage de la variance du niveau d'estime de soi expliquée par le modèle en tenant compte du nombre de variables considérées.

L'analyse des résidus standardisés ne révèle aucun problème au regard des postulats de normalité, de linéarité et d'homoscédasticité. Deux cas présentant des valeurs extrêmes ont été retirés des analyses pour chaque sexe. Les variables indépendantes ont été sélectionnées afin de limiter tout problème de multicollinéarité.

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

Facteurs associés à un plus fort niveau d'estime de soi globale



CHEZ LES FEMMES

Corrélation semi-partielle

Dimension 1 : Sociodémographique et économique

Être plus âgées

0,104*

Non significatif : Être en couple, vivre une situation financière précaire

Dimension 2 : Données anthropométriques

Non significatif : Présenter de l'embonpoint ou de l'obésité selon l'IMC, forme de corps (A, V, X, O, H)

Dimension 3 : Mesures de distorsion entre la réalité et la perception de son corps

Non significatif : Bien percevoir sa forme de corps, se percevoir plus mince ou plus corpulente qu'en réalité (2-3 silhouettes d'écart)

Dimension 4 : Diverses mesures liées à son image corporelle

Plus grande satisfaction corporelle globale

0,420 ***

Ne jamais attendre un changement dans sa silhouette avant d'acheter de nouveaux vêtements

0,167**

Plus faible intériorisation des images véhiculées dans les médias

-0,137**

Avoir tenté sérieusement de contrôler son poids

0,110*

Non significatif : Ampleur de l'insatisfaction à l'égard de la taille de sa silhouette, nombre de personnes ayant émis des commentaires sur son poids

R² ajusté = 0,457*** (n = 235)



CHEZ LES HOMMES

Corrélation semi-partielle

Dimension 1 : Sociodémographique et économique

Être en couple

0,240**

Non significatif : Âge, vivre une situation financière précaire

Dimension 2 : Données anthropométriques

Non significatif : Présenter de l'embonpoint ou de l'obésité selon l'IMC, forme de corps (A, V, X, O, H)

Dimension 3 : Mesures de distorsion entre la réalité et la perception de son corps

Se percevoir plus mince qu'en réalité (2-3 silhouettes d'écart)

0,272***

Avoir une mauvaise perception de sa forme de corps

-0,235**

Non significatif : Se percevoir plus corpulent qu'en réalité (2-3 silhouettes d'écart)

Dimension 4 : Diverses mesures liées à son image corporelle

Plus grande satisfaction corporelle globale

0,335***

Non significatif : Ampleur de l'insatisfaction à l'égard de la taille de sa silhouette, acheter une taille plus petite en se disant qu'ils vont perdre du poids [Jamais], avoir tenté sérieusement de perdre ou de gagner du poids, nombre de personnes ayant émis des commentaires sur son poids, ressentir de la pression de la part des médias

R² ajusté = 0,523*** (n = 97)

Conclusion

Tant chez les femmes que chez les hommes, le premier facteur en importance pour expliquer un niveau plus élevé d'estime de soi est une plus grande satisfaction corporelle globale. Antérieurement observée chez les adolescents, cette relation se maintiendrait donc à l'âge adulte.

Il est aussi intéressant de constater que les hommes présentant une distorsion de leur image corporelle soit en s'évaluant plus mince que la réalité, soit en se trompant dans l'évaluation de leur morphotype (A, V, X, O, H) ont une meilleure estime de soi. Cet effet n'est toutefois pas observé chez les femmes.

Notons aussi que les femmes ayant intériorisé davantage les images véhiculées dans les médias présentent une moins bonne estime de soi, l'influence des médias n'est pas significative chez les hommes.

Les femmes affirmant ne jamais attendre un changement dans leur silhouette avant d'acheter un nouveau vêtement, de même que celles ayant tenté de contrôler leur poids dans la dernière année, démontrent une meilleure estime de soi. Enfin, les hommes en couple et les femmes plus âgées ont une meilleure estime de soi globale.

Ces données inédites, provenant d'un maillage fructueux entre deux centres collégiaux de transfert technologique, permettent de mettre en lumière l'importance relative des données anthropométriques, de même que la distorsion de son image corporelle sur le niveau d'estime de soi. Ces constats nous permettront de développer des messages de sensibilisation mieux adaptés en collaboration avec l'organisme Équilibre.

Partenaires :



Avec la participation financière de Québec

