



# « La famille contemporaine fonctionne à la souplesse »

Sociologue de la famille et de l'individualisation, professeur, François de Singly, auteur notamment de « Comment aider l'enfant à devenir lui-même » (Armand Colin, 2009), analyse, ici, l'évolution des habitudes alimentaires des Français

Propos recueillis par Josyane Savigneau

**Dans un sondage BVA sur « les Français à table », commandé par le groupe Nestlé, 93 % des personnes interrogées considèrent que le repas pris en famille est un moment important, mais seulement 53 % le pratiquent encore. Comment expliquez-vous cela ?**

Ces 93 % désignent un idéal. Mais même s'ils partagent cette représentation positive, 100 % des Français ne vivent pas en famille. La contradiction est donc beaucoup moins forte que le rapprochement de ces chiffres ne le laisse supposer. De plus, la formulation sur le repas « pris en famille » est ambiguë du fait de la fragmentation des temps : ceux qui se disent attachés au repas de famille pensent que les dîners, et certains repas de fin de semaine, doivent être préservés, ils ne demandent pas que tous soient pris en famille. **Vous pensez qu'il faut plutôt s'attacher aux changements du « vivre ensemble » ?**

La déstabilisation de la famille traditionnelle n'a pas détruit l'association symbolique entre « être ensemble » et « manger », bien au contraire. Mais à certaines conditions. Ainsi les adolescents apprécient surtout le repas de week-end lorsque leurs parents sont moins fatigués et aussi moins tentés de jouer leur rôle de parents. Ces derniers doivent être « cool » pour que le repas soit aimable. **N'y a-t-il pas une évolution de la notion « passer à table » ? Parfois, on en reste au plateau télé. Certains mangent debout pour aller plus vite, et on constate que le repas lui-même est passé de 45 minutes à 20.**

Il faut examiner les statistiques avec circonspection : si je fais un carnet de mes temps de repas, je marque dix minutes pour ce midi, par exemple, cela fera baisser la moyenne. Souvent le déjeuner, dans les grandes villes, peut être pris sur le pouce. On est alors « sans famille ». Se nourrir et passer à table sont deux choses bien différentes. Observons le dîner : dans de nombreuses familles, ce repas peut ne pas durer très longtemps, mais le temps commun peut continuer autour de la télé. Ce n'est plus seulement le repas de famille qu'il faut examiner, c'est ce qui est perçu comme moments ensemble. Même si, dans l'imaginaire, la famille reste associée

« Si les parents continuent le plus souvent à dessiner le cadre éducatif, avec notamment les règles temporelles à respecter, ils imposent de moins en moins le contenu des temps communs »

au repas, d'autres temps peuvent créer et entretenir le lien familial.

Le grand changement réside dans la nette diminution de la fonction éducative du repas. Auparavant, il constituait un temps fort de la transmission : les enfants devaient apprendre les bonnes manières, devaient intérioriser dans leur corps les règles sociales de la tenue. Aujourd'hui se joue tout autre chose : le bien-être de la famille réunie.

**Pensez-vous que l'augmentation de l'obésité chez les enfants soit due à ce changement des manières de table ?**

Pour une part, cela me semble clair. Les adultes ont du mal à relier la nouvelle norme du bien-être à d'autres exigences, notamment celle du manger sain et diététique. En effet aujourd'hui, les enfants veulent des parents qui ne soient ni gendarmes ni profs. La demande d'un repas « convivial » en famille a comme coût une faible attention aux exigences de la diététique et de la bonne tenue. Comment faire pour ne pas sacrifier ces normes sur l'autel du bien vivre ensemble ? La réponse est sans doute dans l'invention de repas différenciés en famille.

**Mais comment se manifeste ce « bien vivre ensemble » ?**

Ce bien vivre ensemble demande des conditions spécifiques pour que chacun soit respecté et que le groupe existe. Nouvel horizon de la famille moderne, la convivialité requiert que chacun puisse dire « je », ce qui implique une remise en cause des places. Cela s'inscrit dans la composition des repas : ce qui est mangé doit plaire à chacun. Le repas familial prend de plus en plus modèle sur le repas amical au restaurant : être bien ensemble sans manger nécessairement le même plat. C'est devenu possible avec les offres alimen-

taires de plus en plus individualisées. Mais cela risque de déstabiliser encore plus la norme diététique : si les enfants adorent des pâtes et du jambon, pourquoi dès lors les en priver ? Une analyse d'albums destinés à de jeunes enfants montre bien que la valeur du sentiment d'être bien ensemble l'emporte sur les autres considérations.

**Ne cherche-t-on pas aujourd'hui, précieusement à cause du problème de poids des enfants, à changer cela ?**

Oui, mais on n'y parviendra qu'à une seule condition : trouver d'autres moments communs « cool » à côté. Si les parents veulent que le repas réintègre plus de règles, notamment diététiques, ils doivent créer des compensations : si le repas est moins drôle, il faut qu'avant ou après il y ait des choses agréables à faire ensemble. Aujourd'hui, les parents tolèrent que leurs enfants aient leur vie à eux, avec leur musique, leurs jeux... Le plus difficile est de trouver du temps ensemble du fait de cette individualisation des temps et des activités. La tentation est de vivre « côte à côte », d'où l'affirmation de l'importance du repas de famille comme rempart contre cette trop forte séparation.

La ligne de conduite pour créer ces bons moments ensemble peut sembler paradoxale : pour que la famille réunie soit bien, il faut que les parents soient le moins parents possible. En fait, si les parents jouent seulement à être parents et considèrent leurs enfants d'abord comme des « petits », des enfants, ces derniers n'apprécieront pas. Pour que le repas, ou tout autre moment, soit chaleureux, les uns et les autres doivent être surtout « membres » de la famille. Le temps familial positif est composé de moments où les places et la hiérarchie sont provisoirement sus-

pendues. Le terme « cool » désigne cette mise entre parenthèses de règles codées comme trop contraignantes : les enfants considèrent que la demande des parents portant sur les devoirs, le rappel de la règle des cinq fruits ou légumes par jour, l'incitation à la lecture de livres appartiennent à ce registre.

La famille contemporaine fonctionne de plus en plus à la souplesse – l'aménagement de l'appartement, avec les canapés remplaçant les fauteuils rigides et la cuisine devenue lieu familial – et à l'alternance – avec la coexistence de temps où chacun est à sa place et de moments de suspension. Si les parents continuent le plus souvent à dessiner le cadre éducatif, avec notamment les règles temporelles à respecter, ils imposent de moins en moins le contenu des temps communs.

**Dans ces temps de suspension, le repas a-t-il vraiment encore sa place ?**

Oui, mais il risque de ne plus être le temps central, sauf dans l'imaginaire. La vidéo et la télévision lui font concurrence, elles sont une grande source de ces temps ensemble, en couple et en famille. Par exemple « Star Academy » est construite pour être regardée en famille : sans renvoi à la culture légitime, seulement avec des cultures générationnelles.

Dans bien des familles, les parents ont du mal à évoquer « la culture » ; en revanche, ils peuvent parler de leur culture générationnelle, tout comme les enfants de la leur. A ce moment, l'égalité est posée provisoirement : ouvrant la possibilité de la création d'une culture commune, composée de morceaux de ces différentes cultures générationnelles. Le partage permet, en dépassant les frontières individuelles, de créer un territoire commun, symbolique. En famille, le commun ne résulte donc plus seulement de la logique de transmission.

Et si l'on revient du côté du repas, on peut penser qu'il existe aussi un moyen de produire du commun tout en apprenant les contraintes alimentaires : en réalisant ensemble des recettes choisies par chacun. Le fait de mettre ainsi la main à la pâte permet de concilier la transmission et le plaisir d'apprendre ensemble. ■

Photo Richard Dumas/Vu pour « Le Monde »

