

LE CORPS MASCULIN IDÉALISÉ : L'EFFET DES IMAGES MÉDIATIQUES SUR LES HOMMES ET LES GARÇONS

De nos jours, les enfants et les jeunes sont exposés à un nombre ahurissant de sources médiatiques sur une base quotidienne. Des statistiques américaines récentes indiquent que les jeunes passent plus de sept heures par jour à avoir accès à certaines formes de médias (Rideout, Foehr et Roberts, 2010). Une proportion considérable des images dans les médias mettent en jeu certains éléments de la sexualité et présentent des corps idéalisés tant pour les hommes que pour les femmes. La recherche sur la sexualisation des jeunes femmes dans les médias souligne les effets de messages de ce genre sur la santé mentale et physique des femmes et des filles. Les garçons et les jeunes hommes sont également influencés par les images et les messages sexualisés transmis par diverses sources médiatiques. Des études commencent à explorer les défis particuliers auxquels font face les jeunes hommes lorsqu'on leur présente des messages médiatiques quotidiens sur l'apparence et le corps masculins idéaux. Le présent numéro de La recherche en revue se penchera sur certaines de ces études récentes analysant l'image corporelle masculine dans les médias.

SEXUALISATION DES JEUNES HOMMES ET FEMMES

Lorsqu'on présente constamment des images corporelles idéalisées et des normes d'attraction souvent inatteignables, les gens peuvent en venir à se percevoir comme des objets à admirer et à utiliser par les autres, plutôt que comme des personnes ayant des intérêts, des aptitudes et des désirs uniques. Avec ce processus de sexualisation, le magnétisme et les comportements sexuels deviennent les traits définissant l'identité et l'estime d'une personne.

LA SEXUALISATION A LIEU :

- lorsque la valeur d'une personne est uniquement attribuable à son magnétisme ou à son comportement sexuel, à l'exclusion d'autres caractéristiques.
- lorsqu'une personne est élevée à un standard qui apparie magnétisme physique à apparence sexy.
- Lorsqu'une personne est objectivée sur le plan sexuel – c'est-à-dire, transformée en objet sexuel dont les autres se servent à des fins sexuelles, plutôt que comme une personne ayant la capacité de prendre des décisions et des actions de façon indépendante; et/ou lorsque la sexualité est imposée à une personne de façon inappropriée.

Extrait de l'American Psychological Association. « The Sexualization of Girls », 2007.

Consulté en ligne le 19 juillet 2013, <http://www.apa.org/pi/women/programs/girls/report.aspx>

La recherche démontre que la sexualisation des filles dans les médias peut donner lieu à une insatisfaction corporelle, à une faible estime de soi, à une auto-objectification et à des efforts potentiellement dangereux d'atteindre une image corporelle désirée, comme s'astreindre à des régimes alimentaires et à un entraînement physique excessif (Vandenbosch & Eggermont, 2013). Les adolescents masculins sont essentiellement préoccupés par le développement musculaire et leur masse musculaire maigre alors que les filles tendent à se préoccuper de la minceur et de la forme de leur corps. Certains chercheurs ont noté que même si les jeunes hommes subissent les effets de la sexualisation médiatique, la société ne condamne pas les efforts flagrants de la part des hommes à atteindre l'image corporelle désirée. Alors qu'on s'attend que les filles et les femmes s'adonnent au magasinage et qu'elles suivent des régimes et divers régimes d'épilation personnels, on s'attend à ce que les hommes parviennent à un corps musculaire et attrayant au moyen d'une approche pratique qui met habituellement en jeu la forme physique et une bonne alimentation. Alors que l'émotion est synonyme de féminité,



on n'encourage pas les hommes à exprimer de l'anxiété ou des préoccupations liées à l'insatisfaction corporelle. Cela exerce une pression émotive supplémentaire sur les jeunes hommes qui tentent d'en arriver au corps et à l'apparence que la société juge masculins et attrayants (Vandenbosch et Eggermont, 2013). Tout comme les jeunes femmes peuvent se tourner vers des moyens néfastes pour leur santé d'atteindre une image corporelle désirée, les jeunes hommes peuvent aussi avoir recours aux drogues, à l'exercice physique excessif et à une quantité limitée d'aliments dans leur quête du corps masculin idéal.

« ...COMME RÉSULTAT DE LA PRESSION PROVOQUÉE PAR LES MÉDIAS EN CE QUI CONCERNE L'APPARENCE, UN GARÇON PEUT DE PLUS EN PLUS SURVEILLER SON PROPRE CORPS ET DEVENIR INSATISFAIT DE SON APPARENCE, SANS AVOIR L'OCCASION DE PARTAGER CES SENTIMENTS AVEC SES PARENTS OU SES AMIS, PARCE QUE CES MÊMES MÉDIAS LUI ONT APPRIS QU'EXPRIMER SES ÉMOTIONS EST TABOU. »

(Vandenbosch et Eggermont, 2013, p.19)

RECHERCHES SUR LES MÉDIAS ET L'IMAGE CORPORELLE

Une étude récente menée auprès d'étudiants (16-19 ans) de deux écoles secondaires de l'Ontario a exploré l'effet que les médias avaient sur les attitudes relatives à l'image corporelle personnelle (Spurr, Berry et Walker, 2013). Un total de 28 étudiantes et de 18 étudiants ont participé à des groupes de discussion où ils ont répondu à des questions sur le bien-être personnel, les aspects d'un corps sain et les influences des médias sur l'image corporelle. Les participantes et les participants ont déclaré qu'ils sentaient une pression de se conformer à des images corporelles idéalisées telle que présentées dans les médias. Alors que les participants masculins n'ont pas exprimé en général des perceptions sur l'image corporelle extrêmement négatives comme les participantes l'ont fait, ils reconnaissaient que les médias présentaient des images idéalisées difficiles à atteindre pour la plupart des hommes. Les garçons ont fait le commentaire que les images corporelles idéalisées dans les médias avaient le même effet sur les garçons que sur les filles. Par exemple, ces images leur donne le sentiment d'être inadéquats et créent un désir d'atteindre l'image corporelle désirée, même si cela entraîne un comportement potentiellement dangereux, comme s'astreindre à des régimes alimentaires et d'exercices excessifs et le recours aux stéroïdes.

« ...LES MÉDIAS AFFECTENT LES GARÇONS TOUT AUTANT QUE LA GENT FÉMININE. ILS VOIENT À LA TÉLÉVISION DES IMAGES D'HOMMES MUSCLÉS ET BIEN DÉCOUPÉS À QUI ILS VEULENT RESSEMBLER... PUIS ILS PRENNENT TOUS LES MOYENS POUR Y PARVENIR, SOIT DE S'ENTRAÎNER ET DEVENIR MUSCLÉS ET BIEN DÉCOUPÉS, SOIT DE PRENDRE DES STÉROÏDES POUR FAIRE GONFLER LEURS MUSCLES. »

(Participant masculin cité dans Spurr, Berry et Walker, 2013, p. 27)

AUTO-OBJECTIFICATION

Le concept d'auto-objectification fait souvent l'objet de discussions dans les recherches liées à l'influence des médias sur l'image corporelle. L'auto-objectification fait référence à la tendance de percevoir son corps à partir de la perspective d'une autre personne. Une personne qui fait de l'auto-objectification peut constamment évaluer et vérifier son apparence et être préoccupée à outrance par la perception des autres. Une revue de la recherche démontre qu'un niveau élevé d'auto-objectification chez les femmes correspond à des niveaux élevés de dépression, de troubles alimentaires et de



dysfonction sexuelle (Choma, Visser, Pozzebon, Bogaert, Busseri et Sadava, 2010). Une étude récente effectuée auprès de 911 adolescents masculins (moyenne d'âge de 15,4 ans) s'est penchée sur l'auto-objectification chez les participants masculins exposés au contenu sexualisé dans les médias (Vandenbosch et Eggermont, 2013). Des étudiants de 13 écoles de Belgique ont rempli un sondage qui comprenait des questions relatives à l'auto-objectification, à la surveillance corporelle et à l'internalisation des idéaux en matière d'apparence. Le recours aux médias sexualisés par les participants a également été mesuré. L'étude a trouvé un lien entre la visualisation d'émissions télévisées sexualisées et de sites Web pornographiques et l'acceptation et l'internalisation d'idéaux corporels. Par ailleurs, les chercheurs ont conclu que plus du matériel pornographique était visualisé, plus les niveaux d'auto-objectification et de surveillance corporelle augmentaient.

« ...L'ACCENT ENVAHISSANT PORTÉ SUR LES PARTIES CORPORELLES SEXUALISÉES PEUT RENDRE LES JEUNES HOMMES PLUS PRÉOCCUPÉS PAR L'ATTRAIT/LE MANQUE D'ATTRAIT SEXUEL DE LEUR PROPRE CORPS, COMPORTANT UNE TENDANCE ACCRUE D'ÉVALUER LEUR CORPS PAR LE BIAIS D'UN OBSERVATEUR. »

(Vandenbosch et Eggermont, 2013, p. 17)

IMAGES IDÉALISÉES DE CORPS MASCULINS MUSCLÉS

Comme il a été noté plus tôt, la recherche laisse entendre qu'une internalisation de portraits irréalistes de corps féminins peut entraîner les femmes à connaître de la honte, de l'insatisfaction corporelle et une auto-objectification. Dans le cadre d'une étude, les chercheurs canadiens Michaels, Parent et Moradi (2013) ont voulu savoir si les images médiatiques de corps masculins musclés idéalisés avaient un effet semblable sur les hommes. Les auteurs ont également émis l'hypothèse que les hommes de minorité sexuelle pourraient être particulièrement sensibles aux images corporelles idéalisées. Dans cette étude menée auprès de 140 étudiants de premier cycle, âgés entre 18 et 51 ans, les participants ont été répartis aléatoirement soit dans le groupe expérimental, soit dans le groupe-témoin. L'échantillon renfermait des hommes s'identifiant comme exclusivement hétérosexuels (64 %), exclusivement homosexuels/gais (23 %), pour la plupart homosexuels/gais (9 %), pour la plupart hétérosexuels (4 %) et bisexuels (1 %).

Michaels, Parent et Moradi (2013) ont montré au groupe expérimental des images d'hommes musclés dans des magazines de conditionnement physique alors qu'ils ont montré des images de magazines scientifiques, comme des robots, des animaux et des paysages, au groupe-témoin. Après avoir vu les images et effectué certaines tâches interactives qui y sont associées, les participants ont répondu à des mesures liées à l'image corporelle, à la quête de la masculinité, à l'auto-objectification, à l'anxiété envers l'image corporelle et au statut minoritaire sexuel. Michaels, Parent et Moradi n'ont découvert aucune différence entre les deux groupes dans leur signalement de mesures d'images corporelles négatives, indiquant ainsi qu'une exposition à court terme à des images d'idéaux masculins ne semblait pas entraîner une hausse considérablement importante sur le plan statistique de l'incidence signalée de la honte, de l'anxiété et de l'auto-objectification. Cependant, lorsque les résultats relatifs aux hétérosexuels et aux homosexuels ont été comparés, certaines indications ont laissé croire que les deux groupes différaient en ce qui concerne leurs réactions à des images corporelles idéalisées. Les homosexuels ont affiché une incidence légèrement supérieure d'insatisfaction corporelle et d'anxiété envers leur corps, mais les hétérosexuels ainsi que les homosexuels étaient semblables lorsqu'il s'agissait de leur quête d'un corps musclé et du signalement de honte envers leur corps.

Michaels, Parent et Moradi notent que la recherche future devrait comprendre un échantillon d'un groupe plus divers en termes d'âge et d'antécédents raciaux. Par ailleurs, les auteurs reconnaissent que cette étude s'est attardée à l'exposition à court terme aux médias et n'a pas envisagé les effets cumulatifs de l'exposition à long terme aux messages d'images corporelles idéalisées. Les auteurs ont également soulevé une question intéressante quant à savoir si la théorie de



l'objectification est tout aussi valable pour l'exploration de l'effet d'images médiatiques sur les hommes comme c'est le cas pour l'exploration de l'effet d'images corporelles idéalisées sur les femmes. Ils notent que les images de corps masculins idéalisés font valoir la force et le pouvoir personnel par rapport aux messages de faiblesse et de passivité que les images de corps féminins minces transmettent. Alors que les hommes peuvent ressentir la pression d'atteindre une image corporelle irréaliste, ces images insinuent généralement le pouvoir et le contrôle par contraste aux images idéalisées de femmes qui émettent l'idée d'objectification et de vulnérabilité (Michaels, Parent & Moradi, 2013).

QUEL EST LE MESSAGE À EN TIRER?

Les hommes ainsi que les femmes sont assujettis à des images sexualisées et idéalisées dans les médias sur une base quotidienne. Cette affluence constante des médias présente des images corporelles irréalistes et souvent inatteignables. La quête en vue d'atteindre des images corporelles idéalisées peut entraîner des conséquences négatives tant pour les hommes que pour les femmes sur le plan de la santé, comme des troubles alimentaires, le recours aux drogues et des régimes d'exercices physiques excessifs. Des études effectuées auprès de filles et de femmes ont montré que l'exposition à des images médiatiques sexualisées de femmes peuvent avoir pour résultat une faible estime de soi et des taux élevés d'insatisfaction corporelle, d'auto-objectification, de dépression et de dysfonction sexuelle. Les garçons et les hommes sont aussi assujettis aux pressions médiatiques de se conformer à des images idéalisées de corps musclés et minces. La recherche portant sur les adolescents masculins laisse présager un lien existe entre la visualisation de matériel sexualisé et pornographique et les taux élevés d'auto-objectification et de surveillance corporelle. Toutefois, d'autres études concluent que l'exposition à des images corporelles idéalisées dans les médias n'entraîne pas de taux élevés d'objectification et d'insatisfaction corporelle parmi les hommes. Les attentes sociétales envers les hommes n'encouragent pas qu'ils affichent leurs émotions qui, en retour, peuvent les empêcher d'exprimer des préoccupations ou leur anxiété à propos de leur image corporelle. Les chercheurs notent que les images idéalisées présentées aux hommes émettent l'idée de pouvoir et de contrôle alors que celles présentées aux femmes font valoir la passivité et la faiblesse.

RÉFÉRENCES

- American Psychological Association. (2007). *Sexualization of Girls: Executive Summary*. Accessed online July 19, 2013, <http://www.apa.org/pi/women/programs/girls/report.aspx>
- Choma, B., Visser, B., Pozzebon, J., Bogaert, A., Busseri, M. & Sadava, S. (2010). Self-objectification, self-esteem, and gender: Testing a moderated mediation model. *Sex Roles*, 63, 645-656.
- Michaels, M., Parent, M. & Moradi, B. (2013). Does exposure to muscularity-idealizing images have self-objectification consequences for heterosexual and sexual minority men? *Psychology of Men & Masculinity*, 14, 175-183.
- Rideout, V., Foehr, U., & Roberts, D. (2010). *Generation M2: Media in the Lives of 8- to 18-Year-Olds*. Menlo Park, CA: The Henry J. Kaiser Family Foundation.
- Spurr, S., Berry, L., & Walker, K. (2013). Exploring adolescent views of body image: The influence of media. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 36, 17-36.
- Vandenbosch, L. & Eggermont, S. (2013). Sexualization of adolescent boys: Media exposure and boys' internalization of appearance ideals, self-objectification, and body surveillance. *Men and Masculinities*. Advance online publication. doi: 10.1177/1097184X13477866

