



## STÉRÉOTYPES DE BEAUTÉ : LES DÉCONSTRUIRE POUR S'EN LIBÉRER

Par Muriel Vanderborght, chargée de recherche au CVFE

**Pour se plaire à elles-mêmes, et pour plaire à ceux qu'elles séduisent, les femmes se transforment. Vêtements, coiffures, maquillage, crèmes de beauté, régimes aminçissants, épilation, recours à la chirurgie esthétique... Ces actes, des plus anodins aux plus complexes, peuvent se révéler parfois douloureux. Pourquoi les femmes sont-elles donc prêtes à faire ainsi violence à leur propre corps ? Peut-être parce que derrière l'obsession de l'apparence se cache une haine de soi insidieusement entretenue...**

Le discours sur les normes de beauté et le rapport des femmes à leur corps reste généralement marginal dans les milieux féministes. Le sujet semble mériter moins d'attention que d'autres, sans conteste plus urgents, tels que les discriminations, l'inégalité salariale, le droit à l'avortement, les violences subies... Certains observateurs estiment par ailleurs que l'époque de crise que nous traversons n'est sans doute pas très propice à ce genre de critique et qu'« *il était plus facile, en période de croissance économique et d'espoir révolutionnaire immédiat ou presque, de parler de droit au plaisir et au contrôle de sa propre image, comme faisant partie intégrante du droit à disposer de son corps* »<sup>1</sup>. Pourtant, comme le disaient le sociologue Pierre Bourdieu et le philosophe Michel

<sup>1</sup> Joanny S. et See V., « Sois belle et tais-toi quoi de neuf ? », article daté du 16 janvier 2008, consultable en ligne sur <http://www.preavis.org/breche-numerique/article417.html>

Foucault, le corps est aussi le lieu pratique, direct, du contrôle social<sup>2</sup>. Bien sûr, vouloir être belle est un désir légitime et si les femmes veulent plaire, c'est souvent pour elles-mêmes qu'elles le font. Mais il ne faut pas négliger la part importante du regard de l'autre : petit copain, compagnon, mari, famille, amis, collègues, employeurs, patients, clients... Il convient également de se demander qui définit aujourd'hui les canons de la beauté féminine et dans quels buts. Les industries du complexe mode-beauté, loin de faire œuvre philanthropique, stimulent le désir de transformation physique des femmes pour augmenter leurs profits. Et c'est de la sorte toute la société patriarcale qui en profite, parce que plus une femme s'occupe de son corps, moins elle a de temps -et d'argent- pour se préoccuper de questions sociétales.

Plusieurs auteures se sont donc attelées à montrer comment, de manière parfois très insidieuse, les femmes sont amenées, dès leur plus jeune âge, à se préoccuper de leur corps et de leur apparence. Un idéal et des normes inatteignables qui finissent par entraîner la plupart des femmes dans une spirale de haine d'elles-mêmes, de leur corps et de leur singularité.

### **Le culte de la beauté dès le plus jeune âge**

Comme dans toutes les histoires, c'est à l'enfance que les choses débutent. Dans son ouvrage intitulé *Beauté fatale, les nouveaux visages d'une aliénation féminine*, la journaliste et essayiste française Mona Chollet<sup>3</sup> montre à quel point les petites filles sont invitées très tôt à se soucier de leur apparence. S'il est fréquent de dénoncer la division sexuée des jouets et la manière dont ceux-ci orientent le sexe féminin vers les tâches ménagères et le soin aux personnes, on n'entend que très rarement les voix s'élever contre les préoccupations esthétiques dont on assaille les fillettes.

Pourtant, comme le souligne également l'écrivaine franco-canadienne Nancy Huston, « *il suffit de faire un tour dans le rayon jouets de n'importe quel grand magasin : côté garçons, rien n'a changé, c'est la guerre, l'aventure, la science. Côté filles, même si le rose bonbon persiste et signe, la séduction a très largement évincé la reproduction* »<sup>4</sup>. La mode assaille donc aussi les fillettes : poupées à relooker, crème antirides pour enfants, soutien-gorge rembourrés taille 7 ans... Une ambiance de valorisation de la beauté et de la sensualité qui entretient une hyper-sexualisation précoce des petites filles totalement déconnectée de la manière dont la sexualité se vit et se construit chez l'enfant. De quoi brouiller les repères dès le plus jeune âge. Toujours est-il que les plus petites retiennent déjà que, pour réussir dans la vie, il faut plaire.

Ce désir de perfection tourne à l'obsession chez certaines adolescentes. Le corps

<sup>2</sup> Bordo S., *Un poids insoutenable : féminisme, corps et culture occidentale*, consulté sur <http://www.heavymental.fr/wp-content/uploads/2015/04/Traduction-Bordo1.pdf>

<sup>3</sup> Chollet (Mona), *Beauté fatale. Les nouveaux visages d'une aliénation féminine*, Paris, Editions La Découverte, 2015.

<sup>4</sup> Huston (Nancy), *Reflets dans un œil d'homme*, Paris, Actes Sud, 2012, page 153.

ne peut se permettre aucun défaut. Tout doit être gommé au profit d'un modèle lisse et unique. Devant les couvertures des magazines, devant les stars du cinéma et de la télévision, les adolescentes se conforment. Pour plaire, elles se procurent les fringues adéquates, le sac dernier cri. Elles réfléchissent à l'épilation parfaite, au maquillage qui les mettra en valeur, à la coiffure qui les rendra plus belles... Avec un budget parfois exorbitant, certaines jeunes filles peuvent passer un temps incroyable à effacer ce qui les singularise : ce petit grain de beauté mal placé, cette tache de naissance trop voyante, cette pommette un peu plus haute que l'autre, cette lèvre qui retombe. Dans les cas extrêmes, ce sont les attributs même de la féminité qui doivent disparaître : les hanches trop larges, la poitrine trop voyante, les cuisses trop épaisses...

Récemment, une série de challenges ont enflammé la toile. De nombreuses adolescentes ont ainsi participé à l'A4 challenge, un défi dans lequel elles posaient pour un selfie avec une feuille de papier A4 tenue verticalement sur leur ventre, histoire de prouver qu'elles avaient la volonté de maintenir une ligne parfaite. Si ce n'est qu'une adolescente au tour de taille aussi étroit relève plutôt d'un cas d'anorexie que d'une santé digne d'une jeune femme physiquement mature...

Le désir de maigrir est une constante, quel que soit l'âge des femmes, mais il se fait sentir très tôt chez les petites filles. Une étude canadienne sur des enfants et adolescents américains âgés de 8 à 12 ans montre qu'«entre 28% et 55% des fillettes souhaiteraient être plus minces, contre 17 à 30% des petits garçons. Les différences entre filles et garçons concernant leur image corporelle émergeraient dès l'âge de 8 ans »<sup>5</sup>.

### **L'impuissance comme idéal de beauté des femmes**

L'âge avançant, les efforts sont plus nombreux à fournir pour correspondre au mieux au modèle féminin idéal actuel, produit de l'évolution des normes de beauté au cours de l'histoire. Il s'agit d'un modèle complexe, subtil mélange de jeunesse, de minceur, de glabre et de sensualité plus ou moins discrète.

Sur le blog qu'elle alimente régulièrement d'analyses anti-sexistes, Noémie Renard<sup>6</sup> démontre, en plusieurs articles successifs, en quoi la femme idéale a aujourd'hui toutes les caractéristiques d'une jeune fille fragile et impuissante. Menue et frêle, elle occupe peu d'espace et sa mobilité est le plus souvent entravée par des talons et des jupes. Elle a donc peu de force physique (ou si elle en a, elle se garde de le montrer) et se déplace avec difficulté, ce qui augmente l'impression de vulnérabilité qu'elle dégage. Son corps doit avoir les atouts de celui d'une très jeune femme : elle ne peut avoir de trace de cellulite, encore moins laisser apparaître de poils. Les rides et marques du visage sont priées de s'effacer, les organes génitaux sont invités à garder la pâleur et la forme d'un sexe pré-pubère. Enfin le sourire et l'ouverture des traits du visage

<sup>5</sup> Renard (Noémie), « L'impuissance comme idéal de beauté des femmes. Une faible occupation de l'espace », 11 janvier 2016, <https://antisexisme.net/2016/01/11/impuissance-02/>, consulté le 16 mai 2016.

<sup>6</sup>Noémie Renard est un pseudonyme.

sont les témoins d'une disponibilité et d'un altruisme « naturellement » féminins.

### **Souffrir pour être belle : des actes les plus anodins aux plus barbares**

Toujours est-il que ces injonctions à la beauté fonctionnent. Rares sont en effet les femmes qui, comme les hommes, se contentent des soins quotidiens d'hygiène au petit matin. Choix des vêtements et des chaussures, coiffure, maquillage, bijoux, chasse aux poils qui ont refait surface...Une série de gestes qui prennent du temps, peuvent se révéler coûteux mais qui ont aussi pour effet d'envahir l'esprit des femmes avec cette question : suis-je assez bien pour mériter l'attention et le respect d'autrui ?

Les canons de beauté varient d'une époque à l'autre, ce qui est considéré comme beau aujourd'hui ne l'était pas hier. L'obsession de la minceur est, par exemple, centrale dans la quête de perfection de nombreuses femmes occidentales contemporaines. La beauté n'a pourtant pas toujours été associée à la minceur et ce n'est qu'à partir des années 1930 qu'elle apparaît comme un critère déterminant de l'apparence féminine : « *en 1929 le poids idéal d'une femme est de 60 kilos pour 1m60, en 1932 il est de 54 kilos, en 1939 de 50,5 kilos, et toujours pour une taille identique, soit dix kilos de moins en une dizaine d'années* »<sup>7</sup>. C'est également à cette époque que se multiplient les magazines truffés de conseils pour maigrir et de publicités pour toutes sortes de régimes amincissants.

Le terme « cellulite » fait d'ailleurs son apparition dans les magazines féminins au tournant des années 1930. Complètement absente du langage courant avant cette période, la cellulite est depuis lors le symbole du laisser-aller, contrairement à la minceur qui est signe de volonté et de maîtrise de soi. Faire passer pour pathologique une évolution naturelle du corps de toute femme, voilà un joli tour de force réalisé quotidiennement par l'industrie de la beauté. Et si l'on considère le nombre de promotions qui fleurissent dès le printemps pour lutter contre ce fléau, on suppose que l'affaire reste rentable.

En ce qui concerne l'obsession de la minceur, les années 1990 et 2000 auraient encore connu une augmentation des représentations de femmes très minces dans les magazines de mode, à tel point que l'écart n'a encore cessé de se creuser entre l'image de la femme « idéale » et la réalité vécue quotidiennement par les femmes concernant leur propre corps. A moins de s'affamer littéralement, l'idéal reste inatteignable. Les conséquences sont néanmoins importantes sur l'estime de soi : « *la plupart des femmes se sentent trop grosses et il existe une grande différence entre hommes et femmes dans le contrôle du poids, la peur d'être en surpoids et l'anxiété liée à l'alimentation* »<sup>8</sup>. Après l'injonction à cacher ces bourrelets et cette peau d'orange que l'on ne

<sup>7</sup> Renard (Noémie), *loc cit*

<sup>8</sup> *Ibidem*.

saurait voir, la femme doit également faire disparaître toute trace de pilosité. Si les régimes sont déjà une souffrance imposée au corps, l'épilation en est une autre : s'arracher les poils des jambes, des aisselles et du pubis à grand renfort de bandelettes de cire pour retrouver une peau de bébé lisse et douce, voilà en effet une pratique pour le moins douloureuse. Certaines pratiques épilatoires sont certes anciennes, mais c'est à nouveau tout au long du XX<sup>e</sup> siècle que s'est développée une sorte d'obligation morale d'effacer la pilosité féminine : mode, cinéma, pornographie ont contribué largement à valider le modèle de la femme glabre. Il est étonnant de constater le sentiment de dégoût que provoque la vue des poils féminins chez de nombreuses personnes.

Le registre du poil n'appelle pas les mêmes jugements que celui de la minceur : être grosse, c'est manquer de volonté, garder ses poils, c'est carrément manquer de respect, voire être sale ou peu hygiénique. Une étude menée par des psychologues américains a montré que *« les femmes qui gardent leur pilosité sont évaluées comme étant moins attirantes, bien sûr, mais aussi comme étant moins intelligentes, sociables, joyeuses, positives, décontractées et morales qu'une femme sans poils. Elles sont en revanche perçues comme étant plus actives, plus fortes, plus agressives, plus dominantes, plus indépendantes, en meilleure forme physique et s'affirmant plus »*<sup>9</sup>. En outre, la femme avec des poils, dans l'imaginaire de bien des gens, c'est la féministe pure et dure...et ça, ça passe difficilement.

Enfin, pour parfaire leur corps, pour lui rendre un semblant de jeunesse, de plus en plus de femmes recourent à la chirurgie esthétique. Effacer des traits trop singuliers, se refaire les lèvres, les fesses, les seins, les organes génitaux... les opérations à visée esthétique ont connu une expansion considérable ces dernières décennies, et ce bien au-delà de la simple reconstruction suite à des accidents ou des maladies. Ces opérations ont un coût (pour l'individu et pour la société), elles ne sont pas sans danger, et elles sont douloureuses. Si le coût est généralement connu de la patiente, les risques et les effets secondaires sont le plus souvent tus par les chirurgiens. Les témoignages de femmes qui vivent à présent avec des visages figés, des poitrines douloureuses ou des sexes ayant perdu une partie de leur sensibilité sont nombreux.

Chaque centimètre carré du corps féminin est donc à repenser, à remodeler, à reconstruire. Le message global qui sous-tend toutes ces pratiques est que le corps féminin est naturellement laid. Et dans ce contexte, une femme qui laisse évoluer son corps au fil du temps et des événements qu'elle vit est à blâmer.

### **La femme comme responsable de sa beauté... ou de sa laideur**

L'époque dans laquelle nous sommes plongés est celle d'une responsabilisation accrue des individus, et ce dans tous les domaines de la vie : emploi et non-emploi, santé, mobilité, consommation... Les échecs ne sont jamais attribués aux

<sup>9</sup> Renard (Noémie), « L'impuissance comme idéal de beauté des femmes. L'infantilisation et la sexualisation », 6 février 2016, <https://antisexisme.net/2016/02/06/impuissance-04/>, consulté le 16 mai 2016.

manquements de la collectivité, mais bien plutôt à une absence de volonté personnelle des individus. A force de courage et d'abnégation, tout un chacun devrait être capable de réussir dans la vie.

Aussi étonnant que cela puisse paraître, cette logique s'applique également au domaine de la beauté féminine. S'il fut une époque où la beauté était un don de la nature, elle est aujourd'hui considérée comme le résultat d'un travail de soin apporté à leur corps par des femmes capables de faire les sacrifices nécessaires. La laideur féminine n'est dès lors plus un manque de chance dans la loterie de la vie, mais bien plutôt le signe d'une absence de volonté. Dans son ouvrage, *Histoire de la laideur féminine*, l'essayiste Claudine Sagaert démontre à quel point la période contemporaine est intransigeante face aux imperfections physiques des femmes : « *la laideur est devenue inacceptable, presque une offense, une faute de goût, un délit* »<sup>10</sup>.

L'avènement du cinéma et de la photographie ainsi que le développement mondial de la mode ont contribué à étendre, tout au long du XX<sup>e</sup> siècle, des modèles féminins particulièrement exigeants. La relative démocratisation de l'accès aux produits de beauté retire aujourd'hui toute excuse à la femme qui aurait l'audace de ne pas se conformer. L'effort de la beauté reflète donc également des qualités morales. Pour Claudine Sagaert, « *l'absence de soins, le vieillissement prématuré, les rides, les plus souvent subis dans les époques antérieures, ont fait place à un impératif : celui de se rendre maître et possesseur de son corps par le travail que l'on fait sur lui. La femme est alors devenue l'artiste de son apparence* »<sup>11</sup>.

Nancy Huston a également exploré cette thématique du rapport de la femme à son propre corps lorsque le regard de l'homme se pose sur elle. Elle constate, elle aussi, le lien de causalité très fort qui est établi entre la volonté et la beauté féminine. « *Le mot-clé est en effet celui de la volonté : il s'agit de dominer ses appétits, de contrôler son poids, de surveiller sa ligne, de soumettre sa chair à son esprit. Les chiffres envahissent notre tête : poids idéal (et le nôtre jour après jour), mensurations idéales (et les nôtres, mois après mois), prix des produits de beauté, taille de vêtements, nombre de calories dans chaque bouchée de nourriture qu'on avale...* »<sup>12</sup>.

## Conclusion

La puissance de ces injonctions influence aussi les conditions de vie des femmes au travail, avec un conformisme attendu de manière explicite ou implicite aux normes de beauté décrites ci-dessus. « *Apparemment c'est normal pour une femme de souffrir afin de répondre aux critères physiques* », fait observer une journaliste du quotidien londonien *The Independent*. Mais « *le cœur du*

<sup>10</sup> Sagaert (Claudine), *Histoire de la laideur féminine*, Paris, Editions Imago, 2015, page146.

<sup>11</sup> *Op. cit.*, page146.

<sup>12</sup> Huston (Nancy), *op. cit.*, pages 147-148.

*problème* », selon elle, c'est que « *la définition sociale d'une apparence belle et professionnelle pour une femme est liée à des images fétichistes de secrétaires sexy et de jeunes pin-up* ». (...) Des dress codes comprenant des talons hauts montrent malheureusement qu' « *en fait une grande partie de la société se demande encore pourquoi les femmes sont au boulot : est-ce pour travailler avec elles, ou est-ce pour les mater ?* » conclut le journal<sup>13</sup>.

Le souhait qu'ont les femmes de correspondre à un idéal tellement inatteignable induit une auto-surveillance permanente et un désir de transformation constant. Mais il donne surtout naissance à une dévalorisation importante, à une baisse de l'estime de soi, à une anxiété latente chez la plupart des femmes. C'est ce que l'on peut appeler « *l'anti narcissisme féminin, car il est motivé non plus par l'amour de soi mais par la haine de soi* »<sup>14</sup>.

Dans son ouvrage, Mona Chollet met, elle aussi, en évidence les conséquences très larges de cette injonction à la beauté. Pour elle, « *la peur de ne pas plaire, de ne pas correspondre aux attentes, la soumission aux jugements extérieurs, la certitude de ne jamais être assez bien pour mériter l'amour et l'attention des autres traduisent et amplifient tout à la fois une insécurité psychique et une auto-dévalorisation qui étendent leurs effets à tous les domaines de la vie des femmes. Cela les amène à tout accepter de leur entourage ; à faire passer leur propre bien-être, leurs intérêts, leur ressenti, après ceux des autres ; à toujours se sentir coupables de quelque chose ; à s'adapter à tout prix, au lieu de fixer leurs propres règles...* »<sup>15</sup>.

Nous pensons que connaître ce qui est bon pour soi et, a contrario, ce qui est néfaste, est l'objet d'un long processus d'apprentissage et d'auto-détermination. La construction de l'estime de soi est, chez les femmes, constamment court-circuitée par les messages intempestifs et agressifs que l'on trouve dans les publicités, dans les magazines, à la télévision, à tous les coins de rue... En prendre conscience et consacrer du temps à les déconstruire, c'est retrouver du pouvoir sur sa propre vie.

<sup>13</sup> <http://www.independant.co.uk/voices/think-a-woman-being-sent-home-for-not-wearing-heels-is-the-same-as-being-told-to-wear-a-suit-heres-a7025511.html>

<sup>14</sup> Huston (Nancy), *op. cit.*, page 150.

<sup>15</sup> Chollet (Mona), *op.cit.*, pages 8-9.

**Stéréotypes de beauté : les déconstruire pour s'en libérer**

**Collectif contre les violences conjugales et l'exclusion** (CVFE asbl) : rue Maghin, 11- 4000 Liège.

**Publications** (analyses et études) : [www.cvfe.be](http://www.cvfe.be)

**Contact** : René Begon - [renebegon@cvfe.be](mailto:renebegon@cvfe.be) - 04 250 96 87.

*Avec le soutien du Service de l'Education permanente de la Fédération Wallonie-Bruxelles et de la Wallonie.*