
Ophélie Bidet

ophelie.bidet@unine.ch

Master 1 Sciences Sociales, piliers Sociologie et Anthropologie

Cours de **Méthodes et recherches qualitatives en Sciences Sociales**

Université de Neuchâtel

Année académique 2015-2017

Professeures : J. Dahinden et A. Neubauer

Quel végane dans la tête, quel végane dans l'assiette ?

Table des matières

Introduction : objectifs de ce travail	2
Problématique et question de recherche	2
Choix de la thématique	2
Problématisation et question de recherche.....	3
Revue de la littérature.....	4
Méthodologie	7
Echantillonnage et récolte des données	7
Quelques mots sur les grilles d’entretien.....	7
Méthode d’analyse.....	8
Réflexions éthiques	9
Analyse et présentation des résultats.....	10
Case profile.....	10
Analyse thématique	11
Être végétarien, végétalien, végane... ..	11
Dans la mesure du possible... ..	12
Devenir végane.....	12
La santé.....	13
La cuisine	14
La cause animale	14
L’environnement	15
Les « autres ».....	15
Structure thématique.....	16
Conclusion et réflexion critique	17
Bibliographie.....	18

Introduction : objectifs de ce travail

Ce rapport écrit rend compte du travail de recherche que j'ai effectué dans le cadre du cours de master « Méthodes et recherches qualitatives en sciences sociales ». L'objectif de ce cours est de nous familiariser avec les théories et concepts clés relatifs aux problématiques principales de la recherche qualitative au sein des sciences sociales. En sus de ces apports et réflexions plutôt théoriques, les professeurs nous ont également présenté différentes méthodes de récolte de données, ainsi que des méthodes pour les analyser. De cela a découlé une « phase pratique » qui s'est réalisée en parallèle du cours tout au long de l'année. Chaque étudiant a dû mener une recherche qualitative, afin que nous mettions à l'épreuve par nous-mêmes ces enseignements et outils reçus, et que nous puissions en retirer une réflexion personnelle.

La liberté nous a été donnée de choisir de travailler sur notre sujet de mémoire de master, ce que j'ai choisi de faire. Mon sujet n'ayant été fixé qu'en fin d'année académique et le travail préliminaire étant par là-même peu avancé, j'ai envisagé ce travail de recherche qualitative comme un excellent exercice exploratoire. En effet, je veux réaliser mon terrain en mobilisant des méthodes de recherche qualitatives. Enfin, comme il sera développé dans la partie suivante, j'ai également volontairement choisi une problématique différente celle envisagée pour mon mémoire.

Ce dossier écrit va rendre compte du cheminement que j'ai suivi depuis le choix du thème jusqu'à l'élaboration d'une question de recherche, puis dans mes démarches réflexives relatives à la réalisation d'entretiens et à l'analyse des données récoltées, et il présentera finalement une réflexion critique sur les méthodes employées et sur la question éthique.

Problématique et question de recherche

Choix de la thématique

Après la présentation des objectifs de ce cours, il est maintenant temps d'introduire la thématique dans laquelle ce travail de recherche s'inscrit : le véganisme.

Cet intérêt vient d'un questionnement personnel, suite à l'apparition de labels « végan » sur les emballages de produits que je consommais et achetais dans des supermarchés « classiques » comme la Migros ou la Coop, sans intention particulière de ma part. A la même période, j'ai également participé à des séances de *modeling* pour une marque de cosmétiques récemment créée par une amie¹. Elle mettait en avant, dans les publicités et sur son blog, le fait que ses produits étaient naturels et surtout végans, ce qui lui a valu l'obtention du sigle « cruelty-free » de PETA² et une apparition dans une édition spéciale du magazine Vogue UK sur les produits cosmétiques naturels. Je dois avouer que j'associais jusqu'à lors intuitivement

¹ www.reficis.com/

² www.peta.org/living/beauty/beauty-without-bunnies/

le mot « végan » à un régime alimentaire uniquement, et pas à d'autres domaines comme la cosmétique par exemple, ni à un « mode de fabrication ». Cela m'a intriguée, et ce sentiment a été renforcé lorsque j'ai pris conscience de la demande qui existait pour ce genre de produits et, partant, de l'existence même d'un « marché végan ».

Je me suis rendue compte que je ne connaissais finalement que des « on dit » sur le véganisme, qui, suite à quelques brefs échanges avec des véganes³ ou des vendeurs – par exemple des vendeurs de chez Lush Cosmetics⁴, marque qui vante le fait que ses produits ne sont pas testés sur les animaux – s'avéraient en plus incorrects. Et en écoutant ce qui se disait autour de moi, je n'étais pas la seule. Le paradoxe de la visibilité grandissante de ce terme dans le paysage de mon quotidien, combinée au fait qu'il existait, semble-t-il, un « sens commun » erroné sur le sujet, a donc fini de me convaincre de choisir ce sujet pour mon travail de mémoire de Master.

Problématisation et question de recherche

Il restait alors à trouver un axe de recherche. J'ai commencé par quelques lectures exploratoires pour me familiariser avec le sujet, dont les résultats seront exposés plus en détails dans la partie suivante de ce dossier (cf. « état de l'art »). Afin de rendre cette partie de chapitre plus claire, je vais reprendre quelques grandes lignes sur le véganisme, en commençant par une définition de la *Vegan Society* : « Veganism is a way of living which seeks to exclude, as far as is possible and practicable, all forms of exploitation of, and cruelty to, animals for food, clothing or any other purpose »⁵. Cela est traduit en Français par le terme « végan » ou « végane », souvent associé au terme de « végétalien-ne » ou « végétaliste » qui correspond, selon la définition du Larousse, à « un régime alimentaire excluant tout aliment d'origine animale »⁶. Je parle d'association mais cela serait plutôt à considérer comme une « échelle » décroissante de consommation de produits d'origine animale. Il y aurait les omnivores, puis les végétariens (qui ne mangent pas de viande animale, que ce soit viande, poisson ou fruits de mer), puis les végétaliens (qui ne mangent « plus aucune protéine animale ou sous-produit animal, ni aucun produit provenant de l'exploitation d'un animal quel qu'il soit » (Helayel, 2012 : 26), c'est à dire pas non plus d'œufs, de lait ou de miel) et enfin les véganes (qui, même s'ils sont végétaliens sur le plan alimentaire, en font un mode de vie en excluant par exemple de porter du cuir, de la laine ou de la soie) (Helayel, 2012).

Il s'est avéré qu'il existait beaucoup de littérature sur le végétarisme, mais encore bien peu sur le végétalisme et le véganisme. Cependant, comme dit précédemment, la visibilité du véganisme augmente, et les ressources non-académiques se révèlent ainsi nombreuses (vidéos, blogs de recettes, journaux d'actualité...).

³ Il existe deux orthographes acceptées en Français, *végan* et *végane*. Ma préférence va à l'orthographe *végane* pour rappeler par la même occasion l'existence souvent oubliée des deux genres, masculin et féminin, parmi ces acteurs sociaux.

⁴ www.lush-shop.ch/nos-valeurs_74.html

⁵ www.vegansociety.com/go-vegan/definition-veganism

⁶ www.larousse.fr/dictionnaires/francais/végétalisme/81257

Je me suis premièrement basée sur les recherches effectuées sur le végétarisme, pour voir quelles thématiques en ressortaient. Les notions de trajectoire ou de carrière étaient largement abordées : « Pourquoi devient-on végétarien-ne ? », « Comment devient-on végétarien-ne ? » (voir par exemple : Ossipow, 1989 ; Cherry, 2015 ; Helayel, 2012). Il me semblait donc intéressant d'aborder mon sujet du véganisme avec des concepts et sous un angle plus novateurs. C'est pourquoi pour le travail de mémoire je compte me pencher sur la question du « maintien », c'est-à-dire « Comment reste-t-on végane ? », avec toute la question des stratégies mises en place et mobilisées par les véganes.

Cependant, pour ce rapport écrit, il m'a semblé judicieux de faire « tabula rasa » et de prendre les choses « depuis le début » : c'est-à-dire m'intéresser à la définition – ou aux définitions – du véganisme. Les méthodes qualitatives s'y prêtant bien, il sera question de dégager des entretiens que je vais réaliser (cf. partie méthodologie du présent rapport), des définitions et des représentations sociales émiques, ainsi que des concepts clés qui « font » le véganisme. Le choix de cet axe de recherche me semble également justifié par le fait que j'ai été reprise régulièrement sur le choix de mes mots dans des discussions *casual* avec des végétarien-ne-s, véganes, vendeurs, etc. « Ah non, je ne suis pas végane, même si... », « Non ce terme végan est un terme fourre-tout, il vaut mieux dire... », « Je ne comprends pas elle dit qu'elle est végétarienne et pourtant... ». La friction entre termes émiques et étiques semble réelle et riche, et ce particulièrement entre les groupes des végétarien-ne-s, végétalien-ne-s et véganes.

Alors... *qu'est-ce qu'être végane ?* Comment un-e végane se définit-il-elle ? Quelles notions sont mobilisées dans sa représentation sociale du véganisme ? Comment se construit une pratique du véganisme ? Comment un-e végétarien-ne définit un-e végane ? Tout autant de questions auxquelles ce travail de recherche va tenter d'apporter des réponses.

Bien que la table des matières de ce dossier rende compte de ma démarche d'une manière linéaire, je dois préciser que l'étape de la problématisation s'est largement inspirée et nourrie, en résultat de nombreux aller-retour, de la recherche de littérature présentée dans la partie suivante.

Revue de la littérature

Plutôt qu'un ancrage théorique et qu'un choix de concepts analytiques sociologiques, j'ai préféré m'orienter vers une revue de la littérature. Mon objectif est d'avoir une vue aussi large que possible du panorama du véganisme dans la littérature, me donnant ainsi des connaissances sur le sujet que je pourrai mobiliser lors de l'élaboration de ma méthodologie et de mes grilles d'entretien (cf. partie suivante du présent dossier : Méthodologie).

Comme remarqué précédemment, la littérature était plus conséquente sur le végétarisme que sur le véganisme. Cependant, plusieurs lectures étaient tout à fait transposables au véganisme, notamment pour les questions de réseaux sociaux ou de normes alimentaires en général, ou étaient simplement intéressantes au niveau de la méthodologie et de

l'échantillonnage, ou au niveau des concepts théoriques mobilisés dans les analyses. Cette partie du rapport présente donc les notions clés de la littérature que j'ai consultée sur le végétarisme et le véganisme, voire le végétalisme et autres variantes associées. Cependant, comme je l'expliquerai par la suite dans la partie se référant à la méthodologie, cela est le résultat de lectures préliminaires que j'ai ensuite étoffées après une première lecture attentive des transcriptions des entretiens, celle-ci ayant fait apparaître des lacunes dans mes connaissances qui empêchaient parfois un codage précis des données. J'ai pu voir à quel point l'aller-retour entre données et théories, se nourrissant mutuellement par de nouveaux ajouts et adaptations, est un processus clé pour la réussite d'une recherche.

Il n'est cependant pas possible de rendre compte de manière exhaustive de mes lectures mais je vais tâcher de présenter de manière aussi synthétique et complète que possibles les éléments qui m'ont été les plus utiles et constructifs dans mon travail de recherche, de réflexion méthodologique, de codage et de compréhension.

Je pense que le point de départ de cette revue de la littérature se doit d'être cette citation de Greenebaume : « Food is a primal, personal experience as well as an active, social activity » (2012 : 322). Elle met en exergue les deux grands axes qui qualifient cette expérience du véganisme ou de tout autre régime alimentaire, d'ailleurs : son aspect personnel/ individuel et son encastrement social.

En ce qui concerne le premier axe, l'individualité, Helayer met en avant la diversité des trajectoires, « chacun ayant un vécu différent » les cheminements sont différents tant au niveau de la décision que de la mise en pratique, « pour certains c'est un long processus, pour d'autres c'est plus rapide » (2012 :35-36). Cherry (2006 ; 2015) le souligne également, il y a autant de parcours que d'individus véganes ou végétariens, surtout en ce qui concerne le « turning point » (Grossetti, 2006) qui les amène à devenir végétarien-ne-s ou véganes. Il est question d'épiphanie, « enlightenment » ou « catalytic experience », on compare même parfois le processus – devenir végétarien-ne, végétalien-ne ou végane – à celui d'une conversion religieuse (Cherry, 2015 ; McDonald, 2000 ; Ouédraogo, 2000). Les motivations sont variées, comme l'expose Ossipow : « Pourquoi devient-on végétarien ? On invoque généralement toutes les motivations possibles, qu'elles soient d'ordre éthique, moral, tiers-mondiste, économique ou sanitaire. Ne pas tuer, respecter la vie animale, lutter contre l'élevage en batterie et la vivisection, se purifier pour une recherche spirituelle, et régénérer la société, nourrir la planète grâce à un régime sans viande, adopter une alimentation moins chère, vivre et manger sain... » (1989 :76).

Le concept de « carrière » (initialement proposé par Hughes dans ses essais *Le regard sociologique* de 1996 puis repris par Darmon, 2003, 2008) se trouve mobilisé, pour appréhender ces parcours dans leur globalité et prendre aussi en compte le « après », et la question du « maintaining », « retention » de la pratique (Cherry, 2015). Une autre diversité est aussi mise en avant : celle des pratiques. Il y a plusieurs formes d'adhésion au végétarisme, « la liste de divers systèmes alimentaires montre que le végétarisme n'est souvent qu'un terme générique commode qui ne doit pas cacher la diversité des doctrines » (Ossipow, 1989 :7-8). Il faut également être conscient de la différence qu'il existe entre la façon de définir son végétarisme ou véganisme et sa façon de le pratiquer, bien que les deux soient liés : « how strictly one

practice[s] veganism [is] directly related to one's definition of veganism » (Cherry, 2006 :156 et 161). Certains auteurs comme Zamir s'intéressent par exemple aux questions d'« inconsistency » qui peuvent donc en découler (Zamir, 2004). Ouédraogo nous propose dans son article « De la secte religieuse à l'utopie philanthropique : genèse sociale du végétarisme occidental » (2000) une vision historique du végétarisme, qui met en avant la diversité dans le temps et l'espace des motivations, justifications et des contextes sociaux pour la pratique de ce régime alimentaire « alternatif », comme le qualifie Ossipow (1989).

Le terme d'« alternatif » est utilisé car comme le dit Gerbe (1983 :12) « celui qui ne partage pas cette religion du steak se verra marginalisé ». Il est d'ailleurs souvent fait référence au concept d'« outsider » de Becker et au sentiment de « marginalisation » (voir par exemple : Gerbe, 1983 ; Ossipow, 1989 ; Cherry, 2006, 2015 ; Helayel 2012). C'est là qu'apparaît entre autres toute la dimension sociale des végétarisme, végétalisme et véganisme. « [Ils] sont considérés comme des êtres marginaux. Ils dérangent. Comme ils rejettent des produits généralement perçus comme conviviaux et dispensateurs de plaisir – alcool, mets sucrés, viande, poisson et plats en sauce – ils sont traités de rabat-joie » (Ossipow, 1989 : 113). Les relations sociales et les amitiés sont souvent présentées comme mises en danger par la pratique du végétarisme ou véganisme (Greenebaum, 2012 ; Helayel, 2012 ; Ossipow, 1986). Notamment parce que cela attaque la « face » des omnivores (Gerbe, 1983 ; Greenebaum, 2012). « Meat eating is not perceived as one of two choices : meat eating or vegetarianism. Since it is not seen as one of two choices, meat eaters rarely have to define themselves as meat eaters or acknowledge that they make a choice in their diet. The result is that the meat eating is unmarked. A meat eater usually does not see himself or herself as a meat eater until a vegetarian makes an appearance » (Adams cité par Greenebaum, 2012 : 311). Les interactions entre omnivores ou végétarien-ne-s et véganes sont souvent délicates, comme le rapportent la quasi-totalité des lectures que j'ai pu faire (voir par exemple Greenebaum, 2012 ; Helayel, 2012). Ce sont souvent les végétariens et véganes qui adaptent leur façon de faire et adoptent des stratégies particulières face aux omnivores, comme nous le rapporte de manière très claire Greenebaum dans sa recherche « Managing Impressions : « Face-Saving » Strategies of Vegetarians and Vegans » (2012). « [They] engage in « face saving » techniques to protect both parties from attack and alienation. These include rejecting « in your face » confrontations and adopting preventative « face saving » strategies such as avoiding confrontation, waiting for an appropriate time, focusing on health benefits, and leading by example. » (p.309).

La question des stéréotypes et des fausses idées reçues est aussi présente, notamment concernant l'impossibilité d'être en bonne santé sans consommer de protéines animales, ou quant à la cuisine végane considérée comme fade et très peu variée (Helayel, 2012 ; Cherry, 2015 ; Ossipow, 1989).

Méthodologie

Echantillonnage et récolte des données

Dans le cadre du cours, il nous a été demandé de réaliser trois exercices, et ce pour récolter les données nécessaires et suffisantes pour mener à bien notre exercice de recherche : une observation, un entretien et un entretien réseau. Le choix de mon sujet s'étant effectué en fin d'année scolaire, je me suis juste focalisée sur la réalisation des deux entretiens. Une fois ma question de recherche établie, j'ai mobilisé mon réseau personnel afin de trouver des personnes concernées par le véganisme. Plusieurs profils se sont présentés à moi : des personnes véganes depuis plusieurs années, des personnes très récemment devenues véganes et des personnes *en train de devenir* véganes.

Ayant déjà réfléchi à la méthode d'analyse que j'utiliserai par la suite – codage thématique, cela semblant aller de soi vu ma question de recherche concernant plusieurs groupes – j'ai donc réalisé un échantillonnage défini en avance (cf. sous-partie suivante : méthode d'analyse) et ai choisi deux profils distincts. La première personne choisie est Ilias, un végétarien en train de devenir végane (un « wannabe », dans le langage émic) et la seconde personne est Adèle, une végane depuis quelques années⁷. Cet échantillonnage me permet d'avoir un regard interne au monde des « végétarien-ne-s, végétalien-ne-s et véganes » ainsi qu'un regard interne sur ces sous-catégories, en retrouvant la différenciation végétarien/ végane dont parlent mes sous-questions de recherche. Leurs *labels* « végétarien » et « végane » m'ont d'abord été fournis par les personnes qui nous ont mis en contact, puis ont été confirmés par Ilias et Adèle eux-même lors d'une première prise de contact par e-mails.

L'entretien d'Ilias s'est déroulé dans un parc à Genève, de manière plutôt informelle. Il a duré une heure environ. Quant à Adèle, nous nous sommes retrouvées à son domicile principal, à Neuchâtel, dans sa cuisine. Elle avait décidé elle-même du rendez-vous car « ça [tombait] bien [elle avait] prévu de tenter une nouvelle recette ». L'entretien enregistré a duré une heure quinze mais nous avons prolongé la conversation de manière plus personnelle pendant encore quarante minutes environ. En m'appuyant sur la revue de la littérature réalisés en amont, j'avais réalisé deux grilles d'entretien adaptées à chacun de mes cas, en développant une partie « réseau » plus importante pour l'entretien d'Adèle, pour respecter les consignes données en cours. J'ai enregistré les deux entretiens, que j'ai par la suite intégralement retranscrits.

Quelques mots sur les grilles d'entretien

Les grilles d'entretien d'Ilias et d'Adèle comportaient une partie commune sur le véganisme : comment ils définiraient ce terme, les différences qu'ils établissent entre végétarisme, végétalisme, véganisme ou s'il existe pour eux d'autres catégorisations ; puis une partie sur leurs choix d'alimentation : la place de l'alimentation, les étapes qui selon eux les ont menés à faire ces choix – à développer le cas échéant : cause animale, santé etc –, les ressources

⁷ La question de l'anonymisation et de la relation que j'entretiens avec ces deux personnes sera discutée dans la sous-partie « réflexion éthique » de cette même partie sur la méthodologie.

– matérielles et sociales – et stratégies mobilisées, les changements que cela a impliqué – dans leur quotidien, dans leurs relations sociales. Ilias n'étant pour le moment pas encore végane et cela étant dans ses objectifs, j'ai ajouté une partie sur sa démarche pour « atteindre cet objectif ». Quant à Adèle, j'ai ajouté toute une partie plutôt axée « longitudinale », avec des questions sur les différences entre ses débuts et maintenant, les conseils qu'elle donnerait à quelqu'un souhaitant devenir végane. Et enfin, dans une optique réseau, je me suis attardée dans un deuxième temps sur les personnes qui ont été et/ ou sont importantes – dans positivement que négativement – dans sa pratique du véganisme depuis ses débuts il y a quelques années.

Méthode d'analyse

Lors de la rédaction de ma problématique, il m'est apparu clair que le choix de ma méthode d'analyse des données se porterait sur une analyse thématique. Comme Flick l'explique, elle est à mobiliser dans le cas de « comparative studies in which the groups under study are derived from the research question and thus defined a priori. The research issue is the social distribution of perspectives on a phenomenon or a process. The underlying assumption is that in different social worlds or groups, differing views can be found » (Flick, 2009 : 318). Cela explique mon échantillonnage *a priori* et le choix de mes interviewés, ma question de recherche portant également sur les différences de représentations sociales entre végétarien-nes et véganes, et donc sur une comparaison inter-groupes mais aussi sur une comparaison de cas pris dans leur globalité.

Chaque entretien avec mes interviewés sera donc appréhendé comme un « cas particulier » que Flick conseille dans un premier temps de présenter comme suit : attribuer un « motto » à chacun des cas, réaliser une brève description qui fournit des informations sur la personne relatives à la question de recherche, puis une liste des éléments clés soulevés pendant l'entretien – toujours en lien avec la question de recherche. (Flick, 2009 : 319)⁸.

Comme il nous a été vivement conseillé lors du cours, une fois les entretiens retranscrits, j'ai avant toute chose procédé à une analyse globale. J'ai donc lu attentivement, l'esprit ouvert, les deux transcriptions. J'ai ensuite procédé, comme deuxième étape du codage thématique selon Flick et Lamneck, à un codage ouvert de chaque cas, afin de générer des domaines et catégories thématiques. Il s'agira ensuite de comparer les résultats de ces codages et ainsi dégager ce que l'on appelle une *structure thématique*. Je ne procéderai pas à la troisième étape, n'ayant avec ces deux entretiens pas assez de matière pour comparer vraiment les perspectives via la structure thématique établie, mais cela sera une base intéressante pour mes futurs entretiens lors de mon travail de mémoire de master.

Je réalise que la revue de la littérature à laquelle j'avais procédé m'a permis d'être plus réactive lors des entretiens pour « suivre une piste » ou approfondir quelque chose qui émergeait dans la discussion. J'avais certes préparé des grilles d'entretien assez complètes et détaillées, mais lorsque l'interviewé abordait de lui-même un sujet ou un élément qui n'apparaissait pas dans ma grille mais qui était par exemple apparu dans mes lectures, je prenais systématiquement la liberté d'approfondir en reposant des questions à ce sujet. Cela m'a

⁸ Cela sera présenté dans la partie « Analyse des données ».

probablement apporté quelques données que je ne mobiliserai pas pour ce travail de recherche, mais cela m'a surtout permis d'avoir une vision globale du cas – ce qui reste un des objectifs d'une analyse thématique – et de garder à l'esprit que c'était une démarche exploratoire et que je dois toujours savoir me « laisser surprendre » : en laissant des lectures préliminaires me guider et en restant très flexible quant à la grille d'entretien préparée.

Suite à la première analyse globale et un premier jet de codage, j'ai dû procéder à des lectures complémentaires sur certains codes qui apparaissaient pertinents mais qui ne figuraient pas ou peu dans mes lectures préliminaires.

Réflexions éthiques

Ma formation en Sciences sociales, et plus particulièrement mon cursus en anthropologie, ont énormément développé ma sensibilité à la question éthique. C'est pourquoi dans chacun de mes travaux, j'inclus systématiquement une étape réflexive sur l'éthique. Je la place souvent dans la partie « méthodologie », la reliant à une « façon de faire les choses » que le chercheur doit conscientiser, tout comme il peut réfléchir à la meilleure façon de récolter ses données.

Le premier point concerne l'anonymisation. Elle a été garantie à mes interviewés avant même que l'entretien ne commence, je leur précise que leurs noms seront changés ainsi que les informations qui permettraient de les rendre identifiables, que je serai la seule personne à avoir accès aux entretiens et que seulement mes professeures – et éventuellement leurs assistant-e-s – liront le travail d'analyse et de restitution des données qui en découlera. Les personnes interviewées, que ce soit dans ce travail ou d'autres, valident toujours très spontanément, en ajoutant souvent que la question de l'anonymat ne les « inquiète pas ». Elle ne les inquiète cependant pas pour différentes raisons : soient ils verbalisent qu'ils « font confiance au chercheur » et à son « professionnalisme » pour prendre les décisions requises, soient ils expliquent qu'ils n'ont « rien à cacher » et que la garantie de l'anonymat n'est en aucun cas décisive quant à leur démarche de participer à un entretien.

La question de la confiance a été cruciale dans ma réflexion sur cette recherche. En effet, les deux personnes que j'ai interviewées sont des proches – liens du sang – de très bons amis. Je me posais donc la question, si cette configuration ne jouait pas « trop » en ma faveur. Je pense qu'Ilias et Adèle m'ont accordé plus facilement leur confiance du fait que les personnes qui nous ont mis en contact m'accordaient déjà leur confiance via notre amitié. Cela a été assez visible avec Ilias, qui l'a verbalisé en me rapportant comment notre intermédiaire – sa cousine, dont il se revendique assez proche et inversement – lui a présenté ma démarche : « une amie hyper cool qui fait une recherche sur le véganisme ». Cela l'a également incité à s'adresser à moi non pas en tant qu'universitaire ou chercheuse mais plutôt en tant qu'« amie que sa cousine lui aurait présentée », nous avons échangé des messages sur un ton familier et spontané. Le fait que nous ayons à peu près le même âge – Ilias, Adèle, nos intermédiaires et moi, environ 25 ans – a aussi certainement dû jouer dans l'instauration de ce climat de confiance.

C'est cependant l'entretien avec Adèle qui m'a semblé le plus enrichissant d'un point de vue réflexif au niveau de l'éthique, et cela pour deux raisons. Premièrement, je dois expliquer que je suis une bonne amie de son frère que nous appellerons Jonas – par « bonne amie »

j'entends « se voir de manière hebdomadaire ». J'avais seulement eu l'occasion de rencontrer Adèle une fois il y a quelques mois, avant de la recontacter pour ce travail. Au cours de l'entretien, elle a confié des éléments assez intimes tant sur sa vie que sur celle de membres de sa famille, notamment sur des questions de santé et de maladies, dont je n'avais pas eu connaissance via mon ami – son frère. J'ai eu comme un sentiment de violer l'intimité de Jonas voire de trahir sa confiance, en me voyant confier des choses que lui n'avait pas jugé bon de me partager. Je pense qu'Adèle en avait conscience aussi, et cela m'amène à la deuxième raison. J'ai pu remarquer que lorsque nous échangeons quelques formalités avant de débiter l'entretien, Adèle faisait référence à Jonas en utilisant son prénom. Puis une fois l'entretien commencé et pendant les premières quarante minutes, elle utilisait le terme « mon frère » et détaillait spontanément les choses à son sujet comme si je ne le connaissais pas ; puis, elle commençait à utiliser son prénom. Vers la toute fin de l'entretien, elle a même ajouté un « enfin, tu dois le savoir » en parlant de Jonas. Je pense qu'elle avait, consciemment ou inconsciemment, réfléchi à cette question d'éthique et de position du chercheur, instaurant une distance protectrice de rigueur au début de l'entretien. Je pense avoir bien joué mon rôle de chercheur, ne laissant jamais transparaître dans mes remarques ou questions le fait que je connaissais Jonas, et laissant ainsi la liberté à Adèle de prendre la position qu'elle souhaitait. Je restais cependant attentive – particulièrement sur la fin de l'entretien pour les raisons citées précédemment – à systématiquement éclaircir les non-dits concernant Jonas s'il y en avait.

Ces questions ne se sont par contre pas posées dans le cas d'Ilias, rien de ce qu'il a dit pendant l'entretien ne pouvant être associé à la vie de sa cousine et elle n'a été mentionnée à aucun moment à part lorsque j'ai pris congé de lui.

Analyse et présentation des résultats

Dans ce chapitre, je vais donc suivre la méthode d'analyse thématique proposée par Flick, comme exposé dans la partie « méthode d'analyse » de ce travail. Je vais procéder tout d'abord à un « case profile », sorte de résumé des éléments saillants de chacun des « cas ». Puis dans un deuxième temps, je rendrai compte du codage thématique auquel j'ai procédé, pour dégager des catégories mettant en avant les liens entre chacun des deux cas et ma question de recherche. Enfin, dans un troisième temps, je présenterai la structure thématique que j'ai construite suite à cela.

Case profile

<Mon corps a décidé tout seul, un jour je n'ai plus eu envie>

Ilias est un Genevois de 24 ans d'origine égyptienne, formé en endocrino-diététique. Il n'a pas mangé de viande depuis plus d'un an, ne mange déjà plus de produits laitiers : il est en passe de ne plus consommer quoi que ce soit qui provienne d'animaux. Le labelling autour du végétarisme et du véganisme ne lui correspond pas, il préfère voir cela comme les étapes d'un développement d'informations et d'éducation par rapport à notre alimentation. Son « mode de vie alimentaire » n'est pas venu d'une décision mentale mais de son corps, à travers la non-

envie progressive de certains aliments. Le respect des choix de chacun est fondamental, ainsi que de garder la convivialité qu'il y a autour du repas. Une meilleure santé est la motivation première pour un changement d'alimentation, ainsi qu'une prise de conscience que le système de production actuel n'est pas adapté pour l'environnement et l'égalité dans le monde. Être végane c'est bien plus que l'alimentation, c'est un mode de vie et un état d'esprit et de réflexion.

< En finir avec la cruauté envers les animaux devrait être une raison suffisante pour que tout le monde décide de devenir végane >

Adèle est une Neuchâteloise de 24 ans, doctorante en bio-géo-sciences à Lausanne depuis juin 2016. Elle est végétarienne depuis ses 14 ans et est devenue végane il y a deux ans. Elle ne conçoit que l'on puisse tuer des animaux par simple plaisir culinaire. Elle considère l'alimentation comme primordiale et y accorde beaucoup de son temps notamment via la cuisine, devenue une passion et un moyen de sensibiliser les gens aux causes véganes et animales. Mobiliser les ressources tant sociales – associations, amis – que d'informations – films, livres, internet – est central pour une pratique saine du véganisme, surtout lorsque comme elle on rencontre beaucoup d'opposition au sein de sa famille. Cependant, l'époque à laquelle nous vivons encourage et facilite grandement ce changement d'alimentation et ce positionnement éthique.

Analyse thématique

Comme expliqué précédemment dans la partie méthodologie, j'ai procédé à un codage thématique après une première analyse globale, gardant bien en tête les questions de recherche posées. J'ai compris l'importance de l'analyse globale, et la rédaction du case-profile est un excellent exercice préparatoire pour l'étape du codage : cela aide à connaître les cas et à être plus réactif pendant le codage et pour faire des liens avec les questions de recherche. Il faut cependant rester vigilant et savoir rester « ouvert » pendant le codage, pour « laisser les données parler ». Je vais présenter ici une sélection des données obtenues⁹. Je les ai regroupées par thèmes, qui correspondent aux notions clés qui ont été mobilisées par Adèle et Ilias tout au long de leurs entretiens, et qui me permettront d'esquisser des réponses aux questions de recherche de ce travail.

Être végétarien, végétalien, végane...

Les profils d'Adèle et Ilias se sont révélés très différents ainsi que, partant, leur vision du véganisme, végétalisme et végétarisme. Pour Adèle, la distinction la plus importante se situe au niveau des choix alimentaires et les catégories sont très claires : *« Il y a les pescovégétariens, qui ne mangent plus de viande mais du poisson. Il y a les flexitariens, c'est ceux qui, dès qu'ils peuvent, vont manger végétarien. Il y a les ovo-lacto-végétariens, c'est végétarien standard, en fait, qui mangent des œufs et du lait. Et il y a les végétaliens, qui enlèvent toute la matière animale de leur alimentation et y'a les véganes où tout le mode de vie*

⁹ Les passages en italique entre guillemets sont des citations directement tirées des transcriptions des entretiens

est vraiment basé là-dessus. [...] Les végétaliens ils vont, enfin je pense, selon ma distinction, vraiment éviter l'œuf et le lait, tandis que les véganes par exemple vont vérifier s'il n'y a pas eu du tout ça qui a été utilisé dans le processus de fabrication. Par exemple dans le jus de pomme, ou la bière, ou le vin, ils vont faire attention à ça ». Mais une deuxième distinction significative s'établit selon elle dans la façon dont cette pratique est « mise en mots » dans les échanges avec autrui, et c'est cette distinction-ci qui répartit vraiment les véganes en « véganes de toutes les variétés ». Certains sont très prosélytes, provoquent les échanges et le débat, certains parlent spontanément de leur véganisme, certains – comme elle – n'en parlent que si le sujet est abordé... Ilias rajouterait quant à lui les catégories de « ceux qui font la gueule » et la morale au convive d'à côté qui mange un steak, et de ceux que ça ne dérange pas – comme lui. Le véganisme se définit donc par l'assiette mais aussi par la façon dont on en parle.

Si ces termes végétarien, végétalien, végane, aident à « définir les choses, genre les étapes à suivre pour avoir l'alimentation la plus saine, la plus vivante possible », Ilias considère cependant ces termes comme trop restrictifs. Il s'agit certes de définir un comportement alimentaire, mais cela devrait aller plus loin, cela devrait « expliquer la démarche qu'il y a derrière ». Pour lui, il est question d'une réflexion quant à son alimentation « et il n'y aurait pas un terme pour définir ça, parce que chacun y réfléchit à sa manière, avec son environnement. Tout dépend, par exemple, moi je ne vais pas avoir la même démarche pour devenir végane que quelqu'un en Afrique ou quelqu'un en Asie. Donc moi je définirais ça par 'éducation de l'alimentation', plutôt ». Dans tous les cas, et comme nous le verrons plus en détails dans les parties sur la cause animale et la santé, par exemple, il s'agit d'un positionnement éthique quant à soi-même et au monde qui les entoure.

Dans la mesure du possible...

Quelque chose qui est souvent revenu dans le discours de mes deux interviewés, est la notion « dans la mesure du possible ». En effet, pour Adèle être végane c'est « limiter, dans la mesure du possible, de financer une industrie meurtrière ». Car comme le reconnaît Ilias, « aspirer à un mode de vie parfaitement neutre, c'est difficile dans le climat actuel, mais on fait au maximum, toujours ! Petit à petit. J'essaie le moins possible que ce soit lié à l'exploitation animale... Petit à petit. ». Dans le cas d'Adèle, ce « compromis » se traduit en ce moment par la prise de médicaments non-véganes car à base d'enzymes provenant de porcs. Mais elle ne « [va] pas mettre [sa] survie en danger pour cette cause, parce qu'[elle sera] moins utile à la cause morte que vivante ».

Devenir végane

Adèle est devenue végétarienne « du jour au lendemain » à 14 ans, suite à une phase difficile de sa vie, où elle « a commencé à haïr l'humain parce qu'[elle a] réalisé tout ce qu'il faisait de mal ». Elle a vu cela comme une opportunité de faire quelque chose de bien, pour moins se détester et « un peu sauver le monde » « et ne plus participer à la mort des animaux ». Cela aboutira, après le visionnage de certains films comme « Le jugement » de Maxime

Ginolin¹⁰ et à des happenings comme le Vegan Month de Lausanne¹¹, à une volonté de devenir végane. Si son parcours semble « classique » à la lumière de la littérature mobilisée pour ce travail, le parcours d'Ilias est bien plus singulier. C'est le résultat d'une quête d'informations et de connaissances, sur la santé, l'alimentation et particulièrement la « bonne » alimentation. Il a appris à réfléchir à ce qu'il mange. « *Suite aux informations que j'ai accumulées et laissé travailler dans ma tête, mon corps a compris par lui-même que ça lui était néfaste* ». « *Je ne me suis pas décidé, c'est mon corps qui a décidé. Ce n'est pas quelque chose où je me suis dit 'Okay, à partir d'aujourd'hui, je ne vais plus manger de viande', je ne me suis jamais dit ça. Ça s'est fait tout seul, je n'ai plus eu envie de viande.[...] Plus que de m'interdire, j'ai plus eu envie* ».

Adèle met aussi en avant le changement impressionnant qui a lieu en ce moment au niveau de l'accès aux denrées véganes. « *Ceux qui sont devenus véganes il y a dix ans, j'ose pas imaginer, ça devait être tellement difficile pour eux. Tandis que maintenant, le terrain est préparé. Tu peux aller à la plus petite Migros, tu trouveras [des produits véganes]* ». Elle m'a notamment parlé avec émerveillement des nouvelles gammes de produits des grands distributeurs comme Migros, Coop et du fait que les rayons véganes ont triplé de volume en quelques mois. Ilias s'attriste du fait que ce soit « *un effet de mode* » plus qu'un réel changement de pensée, au contraire d'Adèle convaincue que nous sommes une « *génération cool qui veut être plus proche de la nature, qui s'engage beaucoup* » et qui « *va faire quelque chose de bien* ». Les deux sont conscients de leur « *chance* » d'habiter en Suisse où il est « *possible et tout à fait réalisable* » d'être végane.

La santé

Un exemple parlant pour Ilias est le fait que « *si un Dafalgan, en vingt minutes, peut enlever un mal de tête, ça veut bien dire que l'alimentation a un impact sur la personne* ». La santé a été la raison principale de son changement d'alimentation, suite à de nombreuses lectures et à la rencontre d'un endocrino-diététicien, Jacques Fatio¹², qui l'a sensibilisé à la qualité de sa nourriture et aux effets sur le corps, la santé, le mental. Un élément marquant de son parcours est une expérience alimentaire végane réalisée sur quelques jours, dont il a vite senti les effets positifs « *de ouf* » sur sa santé. Selon lui, l'expérience est la clé pour que les gens changent, et c'est d'ailleurs ce qu'il préconise à tous ceux qui s'intéressent au végétarisme ou au véganisme « *Je n'ai qu'une chose à dire : essaie !* ».

Quant à Adèle, si la santé n'était pas une motivation au début, c'est un « plus » qu'elle a découvert par la suite et qui ne la lâche plus maintenant. Elle « *[fait] beaucoup plus attention à ce qu'[elle] mange, aime manger sainement de plus en plus* ». Elle m'a parlé de plusieurs études dont la China Study¹³ et le documentaire « Forks over Knives »¹⁴, qui ont montré des corrélations entre la consommation de viande et l'apparition de cancers, ou comment on pouvait

¹⁰ Film qui, pour reprendre les mots d'Adèle, met en scène le jugement d'un homme de l'industrie agro-alimentaire par ses victimes : les animaux.

¹¹ Aperçu du Vegan Month de 2014 : veggieromandie.ch/category/chroniques/vegan-pendant-1-mois/

¹² Plus d'informations sur www.identite-ge.ch/

¹³ *The China Study*, 2004, par T. Colin Campbell et Jacob Gould Schurman

¹⁴ *Forks Over Knives*, documentaire, 2011, réalisé par Lee Fulkerson

enclencher une rémission voire soigner la maladie de Crohn et des cancers en embrassant un régime alimentaire végétarien ou végétalien. Elle souffre actuellement d'une maladie auto-immune au niveau du pancréas, et elle sait que si elle n'avait pas été végane, son état de santé serait bien plus grave. A plusieurs reprises au cours de l'entretien, Adèle a spontanément fait référence à sa mère, qui consomme énormément de lait alors qu'Adèle en connaît les effets néfastes pour la santé. La préoccupation pour la santé des proches est de manière générale très présente dans le discours des deux interviewés : comme dit Ilias « *Si tu vois quelqu'un qui fait quelque chose qui est néfaste pour sa santé, forcément ça te touche...* ». « *Je pense que [mon frère] va mourir à quarante ans, c'est pas possible de manger pareillement* » (Adèle).

La cuisine

Changer d'alimentation a forcément eu un impact sur la manière de cuisiner. Adèle et Ilias se présentent comme des chefs épanouis : elle s'est découvert une passion pour la cuisine depuis qu'elle est devenue végane et Ilias se dit stimulé par l'un de ses meilleurs amis, végan lui aussi, « *hyper calé en cuisine* ». Il m'a d'ailleurs montré quelques photos de mets véganes confectionnés par leurs soins, ressemblant à des plats de restaurants gastronomiques. Adèle présente la chose comme une ouverture sur de nouveaux horizons culinaires, « *il y a plein de recettes auxquelles j'aurais jamais pensé si je n'avais pas été végane* ». Elle aime montrer aux gens qu'être végane ce n'est ni monotone, ni manger « *que du riz et des légumes* » mais par exemple avoir « *mille* » sortes de burgers différents : sushi burger, burger à base de courgettes, de quinoa, de pois chiches, de pois rouges... Ils soulignent tous deux la chance d'avoir Internet et autant d'informations à disposition pour les recettes et pour s'assurer d'avoir une alimentation équilibrée. Adèle considère d'ailleurs la nourriture comme son arme préférée pour défendre la cause végane auprès de ses amis et de son entourage, « *parce qu'ils aiment, tout bêtement* » et parce qu'« *ils voient que je m'amuse beaucoup* ».

La cause animale

« *J'ai l'impression que l'idée même devrait suffire, qu'on ne tue pas un animal si ce n'est pas nécessaire* ». Comme évoqué précédemment, Adèle est clairement impliquée dans une démarche végane pour défendre la cause animale. Elle se présente comme abolitionniste, se référant aux dires de Gary Francione « *il compare ce qu'on fait aux animaux avec l'esclavagisme, comme quoi diminuer l'esclavagisme ou améliorer les conditions, ça ne suffit pas, il faut tout simplement arrêter* » en opposition aux welfaristes (diminution, ou acceptation de l'exploitation des animaux sous certaines conditions). Elle part du principe que l'on ne devrait pas manger quelque chose qu'on ne pourrait obtenir nous-même : « *je ne suis plus capable d'enlever un veau à sa maman après la naissance¹⁵, du coup je ne vais pas acheter de lait ni payer quelqu'un pour le faire* ». Ilias la rejoint tout à fait sur ce point, disant que si on demandait à tout un chacun de tuer la bête qu'il mange, jamais il ne le ferait. « *Les gens ne savent pas* » est une phrase récurrente dans leurs discours, les gens ne savent pas comment sont élevés puis tués les animaux dont ils consomment la chair. « *La plupart des gens, tu les*

¹⁵ Expérience qu'elle a dû réaliser dans le cadre d'un stage dans une ferme laitière

emmènes dans un abattoir, ils ne mangeront plus de viande » dit Ilias. « En même temps on s'attendait à quoi ? Tuer un animal c'est horrible ! » (Adèle).

Ilias y ajoute quant à lui une dimension spirituelle. Se présentant comme musulman, il dit que la vie est sacrée sous n'importe quelle forme, et qu'avoir vu des vidéos d'abattoir l'a profondément choqué. Sa démarche pour devenir végane fait donc également partie d'une recherche d'équilibre entre sa spiritualité et le monde dans lequel il vit. Adèle dit que cela n'entre pas du tout en ligne de compte pour elle, mais qu'elle sait que le spirituel peut être un aspect important pour certaines personnes.

L'environnement

Là encore, bien qu'étant un élément présent dans les deux discours, l'environnement n'est pas mobilisé de la même manière par Ilias que par Adèle. Ilias en parle avec intensité : *« L'impact au monde m'a beaucoup influencé. Quand tu sais qu'un kilo de bœuf ça demande quinze mille litres d'eau et qu'il y a des gens qui crèvent de soif, il y a un problème au niveau de la conscience.[...] Pourquoi nous on a un mode de vie comme ça alors qu'ailleurs ça crève de faim ? [...] La consommation de viande, actuelle en tout cas, elle est plus que négative comme impact sur le monde, et quand je dis le monde, c'est l'environnement, le climat, les personnes physiques humaines. »*. Adèle, pourtant doctorante dans le « milieu », trouve ça *« vraiment débile d'utiliser l'environnement »* comme principal argument pour limiter la consommation de viande pour deux raisons : la première parce que *« ça devrait suffire le fait qu'il y a des animaux qui meurent »* pour prôner le véganisme sans avoir à faire appel à l'environnement, et la seconde parce que ce n'est pas un *« argument pour »* mais un *« contre-argument d'un argument stupide d'un omnivore »*. Pour elle cela voudrait dire que le jour où être végane devient moins écologique qu'être omnivore, on pourrait recommencer à manger de la viande. Or pour elle, en tant qu'abolitionniste, aucun retour en arrière ne peut être envisagé.

Les « autres »

Si abandonner la viande ou les produits laitiers s'est avéré facile, *« les autres »* ont été la difficulté. *« Niveau santé, nourriture, j'avais vraiment aucune crainte ; niveau convictions, je les ai et elles sont fortes. Du coup ce que j'appréhendais, c'était uniquement la réaction des gens »* nous dit Adèle. Ce n'est pas tant le fait que, par exemple, des gens mangent de la viande près d'elle qui la gêne, mais plutôt les réflexions qui vont avec. Elle me cite quelques remarques qu'elle entend souvent, et celle dont elle rit le plus : *« Les carottes aussi elles ont une âme'. Je trouve ça fou que quelqu'un qui mange un steak où il y a une vache qui a été égorgée me dise que les carottes souffrent. »*. Le conflit apparaît peu dans le discours d'Ilias, mais est assez présent chez Adèle. Notamment la difficulté qu'elle rencontre avec sa mère et son frère, tous deux de grands *« carnistes »* : *« [Ma mère] a l'impression que c'est une attaque contre elle à chaque fois que je mange végane »*, elles ont un *« accord tacite »* qui veut que ce soit Adèle qui cuisine pour elle-même quand elle est à la maison maternelle. Ilias s'est senti bien accepté en tant que *« wannabe »* par ses proches et son cercle d'amis, même s'il reconnaît que *« sur le moment je l'ai peut-être vécu autrement »* mais maintenant il n'a pas l'impression que cela a été difficile ou conflictuel.

Tout comme Adèle, il a développé quelques stratégies pour « *arranger tout le monde* » lorsqu'ils sortent manger à l'extérieur avec des amis, cela passant principalement par le choix du restaurant « *où y'a une petite salade, des crudités...* ». Ils reconnaissent cependant que leurs amis anticipent énormément et de leur propre chef, lorsqu'ils les invitent pour un repas, et qu'ils prévoient toujours quelque chose végétane ou adaptent la recette du plat. Mais tant pour Ilias que pour Adèle, il est important de préserver le plaisir de la convivialité, et de ne pas le sacrifier à cause de leurs choix alimentaires. « *Je ne me dis pas 'Ah je ne vais pas y aller parce qu'il n'y a pas quelque chose qui sera parfait pour moi', le moment à partager est trop important* » (Ilias).

« Les autres » peuvent faire se sentir « *seul contre tous* », comme dit Adèle, mais ils sont aussi un soutien précieux pour continuer après l'euphorie et la stimulation des débuts. Ceux des associations, « *du milieu* » comme ils les appellent, la « *monstrueuse gigantesque communauté internet* » (Adèle), ou tout simplement les amis et les proches qui « *mangent pareil* » ou « *sont sensibles à la cause* » ... Adèle est reconnaissante d'avoir son petit ami « *wannabe* » lui aussi, avec qui elle participe à beaucoup d'événements. Elle aimerait cependant qu'il « *s'affirme plus devant ses amis* », mais ce n'est pas facile « *avec ces histoires de virilité* », « *on lui dit que c'est un truc de lopette* ».

Structure thématique

Suite à l'analyse thématique de ces deux cas, et en parcourant à nouveau les grilles d'entretien, il est possible d'élaborer une structure thématique qui serait mobilisable pour de prochaines analyses de cas, afin d'en augmenter la comparabilité (Flick, 2009). Selon mes questions de recherche, voici une proposition de structure thématique :

- 1) Le véganisme
 - a. Définition subjective
 - b. Autres catégorisations (végétarisme, végétalisme...)
- 2) Démarche
 - a. Motivations personnelles
 - b. Trajectoire, carrière
 - c. Positionnement par rapport à d'autres parcours
- 3) La cause animale
- 4) La santé
- 5) L'environnement
- 6) Les stratégies
 - a. Culinaires
 - b. Achats
 - c. Dans les interactions sociales

Conclusion et réflexion critique

Reprenons à présent les résultats de l'analyse de données à la lumière des questions de recherche posées au début de ce travail. La diversité des positionnements quant au véganisme dont parle Cherry (2006) – tant pour ceux qui ne sont et ne se disent pas véganes, que pour ceux qui se disent véganes – se retrouve très bien dans les discours des deux interviewés. Cela concerne en effet l'alimentation, mais cela touche aussi à d'autres sphères : par exemple à la spiritualité, l'engagement associatif, la responsabilité de consommateur... C'est aussi comme on l'a vu, une manière de se comporter en public, avec ses proches et ses amis. Etre végane est bien plus qu'une façon de remplir son assiette, c'est un mode de *vie*, une façon d'*être*.

Le véganisme est aussi présenté comme un objectif à atteindre, selon Ilias, notre « wannabe » interrogé. Cela correspondrait à un mode de vie en accord avec ses convictions – autant que possible – et en accord avec les besoins de manière globale du monde, terrestre et humain. Les notions qui apparaissent aussi fortement dans cette analyse, sont celles de la santé, de l'environnement et de la cause animale. Il semblerait que chaque définition émique soit un mélange à parts variables de ces trois « causes », chacune pouvant être jugée plus ou moins mobilisable dans l'explication et la justification d'une démarche végane. Elles se retrouvent ensuite dans la pratique, et orientent les stratégies mises en place par le-la végane, tant au niveau des achats, que des activités, de sa façon de vivre et gérer ses relations sociales...

Réaliser ce travail de recherche a été très enrichissant et je considère pour ma part que les objectifs du cours ont été atteints. J'ai été amenée à réfléchir sur ce qui fait la qualité d'une recherche qualitative et de sa méthodologie, et à me positionner face à différentes méthodes d'analyse correspondantes. D'un point de vue méthodologique, je dirais que l'échantillonnage s'est révélé judicieux : les deux profils sélectionnés se sont avérés riches et différents, tant l'un de l'autre et que de la littérature. Cela a apporté un regard nouveau sur la pratique du véganisme, et soulevé plusieurs subtilités notamment au niveau des définitions émiques, des constructions sociales et du rapport aux autres. Les réflexions éthiques m'aideront également à aiguiller mes futurs échantillonnages. Je pense que je prendrai sincèrement plaisir à poursuivre ma recherche sur le véganisme avec des méthodes qualitatives dans le cadre de mon mémoire de master.

Bibliographie

- CERRY, E. (2006). « Veganism as a Cultural Movement : A Relational Approach ». *Social Movement Studies*. 5(2). pp.155-170
- CERRY, E. (2015). « I Was a Teenage Vegan : Motivation and Maintenance of Lifestyle Movements ». *Sociological Inquiry*. 85 (1). pp.55-74
- DARMON, M. (2003). *Devenir anorexique. Une approche sociologique*. Paris : La Découverte
- DARMON, M. (2008). « La notion de carrière : un instrument interactionniste d'objectivation ». *Politix*. 2 (82). pp.149-167
- DELECROIX, J.M. & N. (2011). *Devenir végétarien : Les bienfaits, les dangers*. Paris : Editions Dangles
- FLICK, U. (2009). *An Introduction to Qualitative Research*. Londres : Sage
- GERBE, V. (1983). *Initiation au Végétarisme*. Saint Jean de Braye : Editions Dangles
- GREENEBAUME, J. (2012). « Managing Impressions : 'Face-Saving' Strategies of Vegetarians and Vegans ». *Humanity & Society*. 36 (4). pp.309-325
- GROSSETTI, M. (2006). « L'imprévisibilité dans les parcours sociaux ». *Cahiers internationaux de sociologie*. pp.5-28
- HELAYEL, C. (2012). *Végan ! Le choix de la vie*. Le Rheu : La Maison d'Editions
- MCDONALD, B. (2000). « 'Once You Know Something, You Can't Know It' : An Empirical Look at Becoming Vegan ». *Society & Animals*. 8 (1). pp.1-23
- OSSIPOW, L. (1986). « Manger autrement en Suisse Romande : L'exemple du végétarisme ». *Archives Suisses des Traditions Populaires*. 82 (3-4). pp. 155-166
- OSSIPOW, L. (1989). *Le végétarisme*. Paris : Editions du Cerf
- OUEDRAOGO, A. (2000). « De la secte religieuse à l'utopie philanthropique : Genèse sociale du végétarisme occidental ». *Annales. Histoire, Sciences Sociales*. 55 (4). pp. 825-843
- ZAMIR, T. (2004). « Veganism ». *Journal of Social Philosophy*. 35 (3). pp.367-379