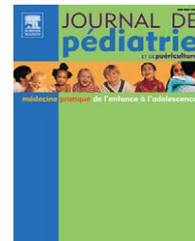




Disponible en ligne sur  
 ScienceDirect  
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France  
 EM|consulte  
www.em-consulte.com



ARTICLE ORIGINAL

# Caractéristiques psychosociales des adolescents non pratiquants sportifs

*Psychosocial characteristics of non sport participant adolescents*

J. Boiché <sup>a,\*</sup>, P. Sarrazin <sup>b</sup>

<sup>a</sup> Laboratoire « Déterminants interculturels de la motricité et de la performance sportive », département Staps, faculté des sciences de l'homme et de l'environnement, 117, rue du Général-Ailleret, 97430 Le Tampon, Réunion

<sup>b</sup> Laboratoire « Sport et environnement social », Ufraps, université de Grenoble, BP 53, 38041 Grenoble cedex 9, France

## MOTS CLÉS

Sédentarité ;  
Psychologie ;  
Sport

## KEYWORDS

Sedentary lifestyle;  
Psychology;  
Sport

**Résumé** L'objectif de cette étude était de décrire les caractéristiques psychosociales des adolescents non pratiquants sportifs. Cent dix-neuf adolescents français, scolarisés de la 6<sup>e</sup> à la terminale, ont participé à cette étude. Ils ont rempli un questionnaire portant sur les barrières à leur pratique sportive, leurs motivations à l'égard du sport, le soutien de leur environnement social, leur degré d'adhésion aux stéréotypes sexués attachés au sport et les solutions pour encourager leur pratique. Si leurs réponses n'indiquent pas un profil très « sportif », elles ne révèlent pas non plus une opposition marquée à la pratique sportive. Ils semblent davantage attirés par une pratique physique récréative/d'entretien.

© 2009 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

**Summary** The purpose of this study was to describe some psychosocial characteristics of non sport participant adolescents. One hundred and nineteen French adolescents, pursuing studies from 6th to 12th grade, participated to this study. They filled out a questionnaire assessing the perceived barriers to sport participation, their motivations for sport, the perceived social support, their degree of adhesion to gender stereotypes attached to sport, and the solutions that could encourage them to practise an activity. If their answers do not indicate an athletic profile, they do not reveal either a frank opposition to sport participation. They seem attracted by a recreational or health-oriented practice.

© 2009 Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

## Introduction

D'après l'Organisation mondiale de la santé (OMS), promouvoir l'activité physique (AP) relève aujourd'hui d'un véritable défi de santé publique, en particulier dans les pays

industrialisés ; la sédentarité pourrait bientôt figurer parmi les dix principales causes de mortalité et d'incapacités dans le monde [1].

En effet, les effets bénéfiques de l'AP sont désormais reconnus à bien des points de vue. En premier lieu, l'exercice physique s'est révélé être un facteur préventif de troubles de la santé physique, tels que l'obésité [2], le diabète de type II [3] ou encore les maladies cardiovasculaires [4]. L'AP permet également de prévenir des troubles comme l'anxiété ou la

\* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : julie.boiche@univ-reunion.fr (J. Boiché).

dépression [5], alors que la pratique sportive extrascolaire semble reliée positivement à la réussite académique [6,7]. Enfin, des études ont montré l'existence d'un lien positif entre la pratique d'une AP et le sentiment d'acceptation sociale [8].

Afin de garantir ces effets positifs, les spécialistes de la santé recommandent généralement d'effectuer environ 30 minutes d'activité modérée par jour, la plupart des jours de la semaine [9]. Ces recommandations sont basées sur des études conduites auprès d'adultes, et la double d'activité, soit 60 minutes quotidiennes, pourrait s'avérer nécessaire pour la santé immédiate et future des jeunes [10]. Malgré plusieurs campagnes de promotion, force est de constater qu'une partie non négligeable des Français de tout âge n'atteint pas ce seuil à l'heure actuelle. Ce constat a incité les autorités à formuler l'objectif d'une augmentation de 25 % de personnes répondant à ce critère [11]. En effet, la pratique sportive de loisir, à même de compenser un mode de vie de plus en plus sédentaire, caractérisé, entre autres, par une augmentation sans précédent des transports motorisés [12], chute de façon continue avec l'âge [13]. Un processus similaire d'abandon particulièrement massif au moment de l'adolescence est rapporté par les fédérations sportives, surtout chez les filles [14–16]. Or, les habitudes de pratique développées pendant cette période semblent jouer un rôle important dans l'adoption d'un mode de vie actif à l'âge adulte [17,18].

Les adolescents ne pratiquant pas du tout d'AP ou sportive constituent donc une population « à risque », qui mérite une attention particulière. Une étude récente indique que près de 14 % des collégiens n'ont jamais pratiqué de sport en dehors du collège [6]. Pourtant, la plupart des études conduites en psychologie portent sur les facteurs d'engagement ou de désengagement sportif [19–21], alors que très peu d'études visent à l'heure actuelle à comprendre l'absence d'engagement. Si quelques travaux se sont penchés sur les caractéristiques psychologiques de populations sédentaires, les échantillons interrogés étaient des adultes, provenant de pays européens autres que la France [22,23].

Aussi, l'objectif de cette étude était d'analyser les caractéristiques psychosociales de ces adolescents français n'ayant vécu aucune expérience sportive régulière en dehors des cours d'éducation physique et sportive (EPS) obligatoires et de cerner leur rapport à ce type de pratique.

D'une part, nous nous sommes basés sur la littérature existante relativement à la motivation sportive chez les enfants et les adolescents, ainsi qu'aux travaux ayant étudié le désengagement ou l'abandon sportif [19,24,25]. Ce travail nous a permis de lister un certain nombre de barrières constituant des freins potentiels à la pratique dans la population étudiée. Nous avons également relevé un certain nombre de motivations différentes, pouvant être à l'origine d'un engouement pour ce type d'activités.

D'autre part, nous nous sommes appuyés sur le modèle expectation-valence d'Eccles et al. [26] et de Fredricks et Eccles [27]. Ce paradigme, qui fait référence en matière de socialisation dans le domaine de la psychologie, s'intéresse à la façon dont l'environnement social, notamment les parents, contribuent à ce que les enfants et les adolescents valorisent certaines domaines de vie, s'y sentent compétents et, au bout du compte, choisissent de s'y investir ou non. Dans cette étude, nous avons retenu trois dimensions de l'influence sociale : les stéréotypes sexués véhiculés quant à

la pratique sportive, le soutien des parents, ainsi que celui perçu de la part des pairs.

Finalement, afin d'obtenir des informations susceptibles de guider des interventions visant à promouvoir la pratique chez les adolescents sédentaires, nous avons interrogé les participants sur les solutions à envisager pour les encourager à démarrer la pratique d'une activité sportive régulière.

Compte tenu de l'objectif de cette étude, il nous a semblé important d'examiner les effets potentiels du sexe et du niveau d'études sur l'ensemble des variables mesurées.

## Méthodes

### Participants et procédure

Les données de cette étude ont été collectées entre 2003 et 2006 au sein de deux collèges et d'un lycée d'enseignement général de la région de Grenoble, avec la collaboration des équipes administratives et pédagogiques. Après avoir informé les parents des conditions de réalisation de l'étude, plusieurs classes de ces établissements ont reçu la visite de la chercheuse et les élèves volontaires ont rempli un questionnaire. Le critère d'inclusion dans l'échantillon était le suivant : n'avoir jamais pratiqué d'activité sportive régulièrement en dehors des cours d'EPS obligatoires, et ce, quel que soit le cadre de la pratique (ex. club, association, AS). L'échantillon final comportait 119 adolescents, dont les caractéristiques démographiques sont présentées dans le [Tableau 1](#).

### Mesures

#### Barrières à la pratique sportive

Sur la base de différents questionnaires et d'études antérieures sur les barrières perçues à l'exercice et les motifs d'abandon sportif [19,24,25], une échelle de neuf énoncés a été construite pour les besoins de l'étude (Annexe 1). L'intitulé de cette partie du questionnaire était : « À quel point les raisons suivantes correspondent à tes raisons de ne pas faire de sport ? ». Les participants disposaient pour répondre d'une échelle de type Likert de 1 (« Pas du tout d'accord ») à 6 (« Tout à fait d'accord »).

#### Buts poursuivis dans la pratique sportive

La deuxième échelle du questionnaire était destinée à mieux connaître les motivations des participants envers la pratique sportive. À partir des outils développés dans le contexte sportif [28,29], une échelle de dix énoncés a été créée

**Tableau 1** Caractéristiques démographiques de l'échantillon.

	1 <sup>er</sup> cycle		2 <sup>e</sup> cycle		3 <sup>e</sup> cycle			Total
	6 <sup>e</sup>	5 <sup>e</sup>	4 <sup>e</sup>	3 <sup>e</sup>	2 <sup>e</sup>	1 <sup>re</sup>	Terminale	
Filles	17	15	17	13	12	8	4	86
Garçons	8	2	6	4	4	5	3	32
Total	25	17	23	17	16	13	7	118

L'effectif total est inférieur à l'effectif de l'échantillon car l'un des participants n'a pas indiqué son sexe.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4170279>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4170279>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)