

Université de Montréal

Étude sur le désintérêt des adolescentes face à l'activité
physique : attitudes, vécu et influences

par

Isabelle Moreau

Département de kinésiologie

Mémoire présenté à la Faculté des études supérieures
en vue de l'obtention du grade de Maître ès Sciences (M. Sc.)
en Sciences de l'activité physique

Décembre 1999

© Isabelle Moreau, 1999



GV
201
U54
2000
V.008

Université de Montréal
Faculté des études supérieures

Ce mémoire intitulé
**Étude sur le désintérêt des adolescentes face à l'activité
physique : attitudes, vécu et influences**

présenté par

Isabelle Moreau

A été évalué par un jury composé des personnes suivantes :

Président-rapporteur : François Prince, kinésiologie

Directrice de recherche : Suzanne Laberge, kinésiologie

Membre du jury : Lise Gauvin, médecine sociale et préventive

Mémoire accepté le :

SOMMAIRE

Cette recherche a consisté en une étude-pilote dont l'objectif général était d'explorer la vision du monde des adolescentes ainsi que la dynamique sociale qui anime leur vécu afin de mieux comprendre pourquoi une part importante d'entre elles diminue leur pratique d'activités physiques et sportives, ou quitte le sport organisé, alors que certaines la maintiennent. De façon plus spécifique, nous voulions mieux cerner la signification qu'elles accordent au sport et à l'activité physique, mieux saisir la force d'influence de leur environnement social et éventuellement du cours d'éducation physique et mieux comprendre les processus sociaux qui les incitent au désengagement. Des groupes de discussion ont été effectués avec des adolescentes de secondaire 3 dans trois polyvalentes situées dans des milieux socio-économiques différents : un milieu populaire, un milieu socio-économiquement moyen et un milieu aisé. Dans chaque polyvalente nous avons rencontré deux groupes d'adolescentes divisés selon leur implication ou non dans une activité sportive organisée par l'école ou par la municipalité. Un total de 34 adolescentes réparties en six groupes de discussion ont ainsi participé à l'étude.

Deux arguments majeurs ont été mis de l'avant par les non sportives pour expliquer leur désintérêt face à la pratique sportive organisée. D'une part, leurs témoignages suggèrent que l'engagement dans le sport organisé entre en conflit avec leur désir d'exploiter les nouvelles libertés d'action et la relative autonomie dont elles jouissent à l'adolescence. D'autre part, le caractère traditionnel des activités sportives proposées, le plus souvent identiques à celles enseignées dans les cours d'éducation physique, s'avère peu en harmonie avec leur attrait pour la nouveauté et le changement. En ce qui a trait à la signification que les adolescentes accordent à la pratique sportive, ni les sportives ni les non sportives ne la conçoivent en terme de bénéfiques pour la santé. Pour les sportives, «faire du sport» signifie notamment «pouvoir rester mince» et «se faire des amis»; pour les non sportives, cela renvoie plutôt au «risque de développer de gros muscles», à la «compétition», et éventuellement à une «humiliation».

L'influence des parents ressort comme ayant été prépondérante dans la jeune enfance, au moment de l'initiation à la pratique sportive. Toutefois, leur influence sur la pratique actuelle des adolescentes est apparue comme négligeable. Par ailleurs, le partenaire potentiel ou actuel ne semble pas avoir une influence significative sur deux habitudes de vie ciblées, soit la pratique d'activités physiques et la consommation de tabac. Il est apparu cependant que les amies proches jouent un rôle prépondérant dans la décision de s'adonner à des activités physiques ou sportives.

Les faits saillants de l'étude convergent vers l'identification du processus de construction de l'identité comme sous-jacent à la décision de s'engager dans le sport ou non. Les adolescentes qui ne trouvent pas dans le sport un moyen de vivre de nouvelles expériences à travers lesquelles elles peuvent se distinguer, affirmer leur autonomie, se construire une identité positive et reconnue comme telle par l'environnement social sont portées à se désintéresser du sport; inversement les adolescentes qui ont eu la chance de connaître une initiation précoce au sport et qui ont pu développer des habiletés qui les distinguent voient dans le sport un lieu où elles peuvent s'épanouir; elles y perçoivent des profits sociaux, tels la rencontre de nouveaux ami(e)s et l'appréciation de leur performance, ainsi que des profits au plan de l'apparence corporelle.

L'étude a en outre permis de mettre en lumière le rôle déterminant de la dynamique sociale des *gangs*, dynamique marquée par un clivage et des antagonismes parfois marqués. Les jeunes se classent entre eux selon des styles ou des *gangs* qui se distinguent par divers éléments dont l'habillement, les coiffures, les attitudes en groupe, les pratiques de loisir, les dispositions scolaires, etc. Si une personne s'identifie, ou est identifiée, à un groupe, elle en adoptera les pratiques ou traits distinctifs, et l'adoption de pratiques ou traits propres à un autre groupe sera d'une certaine manière socialement sanctionnée. La pratique sportive est en général associée à un style et éventuellement à une *gang*; il devient alors peu probable que les adolescentes s'identifiant à d'autres styles se joignent à elles.

REMERCIEMENTS

Merci à Madame Suzanne Laberge, directrice de ce mémoire, pour sa générosité et sa confiance. Non seulement sa patience et son support furent primordiaux tout au long des ces années mais en plus ils m'ont permis d'aller plus loin que je ne l'aurais cru possible, et cela tant sur le plan personnel que professionnel.

Je tiens également à remercier Kino-Québec pour son support financier et les membres du «comité filles» pour l'intérêt manifesté face à l'étude.

Enfin, je voudrais remercier les professeurs qui nous ont aidé à constituer l'échantillon, ainsi que les élèves des écoles secondaires ciblées; sans leur contribution, cette étude n'aurait pu avoir lieu.

**À ma famille,
pour leur soutien et leur amour**

TABLE DES MATIÈRES

Sommaire	i
Remerciements.....	iii
Dédicace.....	iv
Table des matières.....	v
1. PROBLEMATIQUE.....	1
1.1 La baisse du niveau de pratique d'activités physiques.....	2
1.2 Le Québec versus les provinces de l'Ouest du Canada.....	3
1.3 Différences entre les sexes.....	3
1.4 Lien avec d'autres habitudes de vie	5
2. RECENSION DES ECRITS SUR LES FACTEURS EXPLICATIFS DU PROBLEME.....	9
2.1 La transition vers un statut d'adulte.....	9
2.2 Les stéréotypes.....	11
2.3 L'influence de l'environnement social	12
2.4 Le type de pratique.....	13
2.5 L'estime de soi et la perception de contrôle (<i>self-efficacy</i>)	14
2.6 Construction de l'identité	17
2.7 Les différences socioéconomiques.....	19
2.8 Relations entre l'activité physique et sportive et les autres habitudes de vie	20
3. METHODOLOGIE.....	23
3.1 La méthode des groupes de discussion	23
3.2 L'échantillon.....	26
3.3 La collecte des données	29
3.4 L'animation et l'enregistrement des groupes de discussion	31

4. RESULTATS	33
4.1 Rejet des contraintes horaires et de l'autorité	33
4.2 Attrait pour la nouveauté.....	36
4.3 Significations du sport et de l'activité physique	41
4.4 Influence de l'environnement social.....	46
4.4.1 Les parents	46
4.4.2 L'ami	48
4.4.3 Les amies.....	51
4.5 Le vécu dans le cours d'éducation physique	54
5. DISCUSSION DES RESULTATS	58
5.1 Construction de l'identité	58
5.2 La dynamique sociale des <i>gangs</i>	59
5.3 Place de la santé dans les préoccupations des adolescentes	62
6. CONCLUSION	66
REFERENCES	73
ANNEXES :	
1. Questionnaire soumis aux sportives.....	83
2. Questionnaire soumis aux non sportives.....	84
3. Formulaire de consentement.....	85

Liste des tableaux

Tableau 1 : Nombre de participantes de l'étude pour chaque école en fonction de leur «statut» de sportive ou de non sportive.....	28
Tableau 2 : Nombre de filles consommant du tabac en fonction de leur «statut» de sportive ou de non sportive	40

1. PROBLÉMATIQUE

Depuis quelques années, plusieurs études montrent un désengagement des adolescents face à l'activité physique. Ces ouvrages, pour la plupart quantitatifs, nous révèlent l'étendue de ce problème touchant davantage les filles que les garçons. Il est depuis longtemps reconnu que l'inactivité physique peut contribuer à augmenter les risques de maladies de toutes sortes. Selon *The American Health Association* (1992), l'inactivité physique est l'un des quatre facteurs de risque des maladies cardiovasculaires, les trois autres étant : le tabagisme, l'hypercholestérolémie et l'hypertension. L'activité physique contribue non seulement à réduire les risques de maladies cardiovasculaires, elle aide aussi au développement de l'ossature et de la musculature des enfants et des adolescents, ce qui prévient des problèmes tels la dégénérescence physique causée par le vieillissement.

Trois constats généraux ressortent des travaux portant sur la pratique d'activités physiques des adolescents : (1) les adolescents sont moins actifs qu'auparavant; (2) les adolescents québécois sont moins actifs que leurs pairs des provinces de l'Ouest du pays; et (3) les filles sont moins actives que les garçons (*Surgeon General*, 1996; Desharnais et Godin, 1995; ICRCPMV, 1996 et 1997; Kino-Québec, 1998a et 1998b; Nolin et al., 1996; Camirand, 1996; Ferland et al., 1998). À ces trois constats se greffent d'autres observations telles le lien avec la consommation de tabac et l'alimentation. Voyons plus en détail l'ampleur du problème constaté au plan de la pratique d'activités physiques des adolescents.

1.1 La baisse du niveau de pratique d'activités physiques

Les analyses de l'ICRCPMV (Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie) révèlent en 1993 que les jeunes Canadiens (10 à 14 ans) d'aujourd'hui sont jusqu'à 40 % moins actifs que ceux de la fin des années 60. De même, les résultats des études menées par l'Association canadienne des loisirs et parcs depuis vingt ans démontrent que les habitudes et le style de vie des jeunes se sont modifiés; ils sont notamment devenus plus sédentaires. En 1971, par exemple, 80 % des enfants canadiens de 7 et 8 ans se rendaient à l'école à pied; en 1990 ce pourcentage a diminué de 9 %. Les enfants prennent peu à peu des habitudes qui feront d'eux des adultes plus sédentaires (Association canadienne des loisirs et des parcs, 1997, cité dans Kino-Québec, 1998a: 12).

En effet, selon l'étude de Desharnais et Godin (1995), le processus de désengagement s'amorce graduellement lors du passage du primaire au secondaire pour se poursuivre tout au long de l'adolescence jusqu'à l'âge adulte. Leurs résultats révèlent qu'à l'âge de 12 ans (à l'entrée au secondaire) 57 % des jeunes Québécois peuvent être considérés comme physiquement actifs (c'est-à-dire faisant de l'activité physique 3 fois par semaine et plus). Ce pourcentage diminuera progressivement au cours du secondaire pour atteindre 38 %.

L'étude de Camirand (1996), basée sur les données de l'Enquête sociale et de santé 1992-1993, nous apprend que quatre jeunes de 15 à 19 ans sur dix peuvent être considérés comme actifs durant leur temps libre. Les jeunes les moins actifs

(c'est-à-dire pratiquant des activités physiques de une à trois fois par mois) représentent plus du quart des adolescents interrogés, soit 26 %.

1.2 Le Québec versus les provinces de l'Ouest du Canada

Une analyse de l'ICRCPMV (1997b) basée sur le Sondage indicateur de l'activité physique en 1995 indique que les deux tiers des enfants et des jeunes (5 à 17 ans) canadiens ne sont pas assez actifs pour se donner une base solide de santé et de bien-être pour l'avenir. Ce problème est plus prononcé au Québec que dans l'Ouest du pays : 72 % des jeunes du Québec ne répondent pas à la norme optimale d'activité physique contre 61 % chez ceux de l'Ouest. La norme optimale s'appuie sur les directives publiées par Sallis et Patrick (1994) :

«All adolescents should be physically active daily or nearly every day as part of play, games, sports, work, transportation, recreation, physical education or planned exercise in the context of family, school and community activities.» (Sallis et Patrick, 1994: 307).

1.3 Différences entre les sexes

Lorsqu'il s'agit de faire la différence entre le niveau d'activité physique des filles et celui des garçons, toutes les études font consensus : les garçons sont plus actifs que les filles. (*Surgeon General*, 1996; Desharnais et Godin, 1995; ICRCPMV, 1997a; Camirand, 1996; Stewart et al., 1996; Association canadienne pour l'avancement des femmes et du sport, 1994; Anderssen, 1993; Garcia et al., 1995).

Citées dans le rapport du *Surgeon General* des États-Unis (1996), des analyses du *National Health Interview Survey* (1992) et du *Youth Risk Behavior*

Survey (1995) démontrent que seulement 56,6 % des filles âgées de 15 ans avaient participé à trois séances ou plus d'activités physiques vigoureuses au cours des sept jours précédant l'enquête; chez les garçons la proportion est de 76,1 % (1992). En 1995 ce taux est passé à 60,9 % pour les filles et à 80,8 % pour les garçons. Le plus inquiétant est sûrement la baisse du niveau d'activité physique des filles entre 12 et 18 ans. À 12 ans, 8,4 % des filles rapportent n'avoir pratiqué aucune activité physique vigoureuse ou modérée au cours des sept jours précédant l'enquête, alors qu'à 18 ans 19,6 % affirment la même chose (1992).

Les études réalisées au Québec montrent également une diminution de la pratique chez les filles. Effectuée sur une période de trois ans, l'étude de Desharnais et Godin (1995) nous apprend qu'en 1992, alors que les adolescents de l'étude avaient entre 12 et 15 ans, 67,7 % des garçons et 46,4 % des filles affirmaient pratiquer des activités physiques au moins trois fois par semaine. Deux ans plus tard, soit en 1994, les mêmes adolescents sont devenus beaucoup moins actifs et les pourcentages baissent à 46,4 % et 26,7 % respectivement. Cette étude permet de constater la diminution progressive de l'activité physique autant chez les garçons que chez les filles, quoique beaucoup plus prononcée chez ce dernier groupe.

Le rapport de l'enquête *Activité physique et santé 1993* (Nolin, Prud'homme et Godbout, 1996) montre aussi un écart entre les sexes. Les analyses effectuées révèlent en effet une différence de 28 % entre les hommes et les femmes quant au niveau de pratique régulière d'activités physiques (71 % versus 43 %). Toutefois nous devons être prudents devant ces résultats car la population visée par l'étude

inclut les Québécois âgés de 15 ans et plus, le groupe d'âge se rapprochant le plus de notre étude étant les 15 à 24 ans. S'appuyant sur les travaux de Desharnais et Godin (1995), les auteurs soulignent cependant que «la diminution du pourcentage d'actifs représente un processus qui débute bien avant l'âge de 25 ans, soit au début de l'adolescence» (Nolin et al., 1996: 21).

Selon l'analyse de l'ICRCMV (1997a), les garçons ont davantage tendance que les filles à répondre à la directive optimale établie par Sallis et Patrick (1994), soit une dépense de 8KKJ (kilocalories/kilogramme de poids/jour); en fait les garçons seraient deux fois plus nombreux que les filles à répondre à cette directive. Les auteurs expliquent cette différence surtout en terme de dépense moyenne d'énergie. Les garçons dépenseraient en moyenne au-delà de 50 % d'énergie de plus que les adolescentes pendant la pratique de leurs activités physiques.

1.4 Lien avec d'autres habitudes de vie

En général les filles abandonnent le sport organisé et adoptent, plus rapidement que les garçons, des comportements nocifs pour leur santé tels que une mauvaise alimentation et la consommation de tabac (Desharnais et Godin, 1995; Camirand, 1996; Aaron et al., 1995). À cet égard, l'étude de Camirand révèle que «c'est avant l'âge de 20 ans que la plupart (81 %) des fumeurs réguliers ont commencé à fumer dans la population québécoise de 15 ans et plus dont presque la moitié (40 %) avant l'âge de 16 ans» (1996: 42). Les adolescentes sont celles qui fument le plus; en fait, nous retrouvons 34,2 % de fumeurs occasionnels et réguliers chez les filles contre 27,4 % chez les garçons. En 1992-1993, 52,7 % des garçons affirment n'avoir jamais

fumé contre seulement 43,9 % chez les filles. Ces données sont aussi confirmées dans l'étude d'Aaron et al. (1995) alors que 27 % des filles affirmaient avoir fumé des cigarettes durant les 30 jours précédant l'enquête, contre seulement 9 % chez les garçons.

Plusieurs études rapportent l'existence d'un lien entre l'activité physique, l'usage de tabac et l'alimentation (Aaron et al., 1995; Desharnais et Godin, 1995; Santé Québec, 1996; Calnan et Williams, 1991). L'étude de Desharnais et Godin révèle que près de 20 % des jeunes filles de secondaire 5 déjeunent rarement, il semble aussi que l'habitude de prendre le petit déjeuner décline avec les années, puisqu'en secondaire 3 ces mêmes filles étaient 14,7 % à ne pas déjeuner. Cette dernière étude présente aussi plusieurs «déterminants de la pratique» et valeurs qu'ont les jeunes. Il semble que les filles valorisent plus que les garçons les éléments suivants : l'apparence physique, la santé, la forme physique, la réussite scolaire, l'avenir et l'opinion des autres. Deux études confirment l'importance plus grande de l'apparence physique et de l'opinion des autres chez les jeunes filles. Il s'agit de l'étude de l'Association canadienne pour l'avancement des femmes et du sport (ACAFS) (1994) et de celle de Camirand (1996). Cette dernière étude révèle une grande différence entre les filles et les garçons quant au désir de changer de poids; alors que 48 % des garçons veulent perdre du poids, 74 % des filles ont la même intention. Les résultats indiquent également que 97 % des jeunes filles qui ont un excès de poids désirent maigrir, 84 % de celles qui ont un poids santé désirent aussi maigrir, et le plus inquiétant est que 25 % de celles qui ont un poids insuffisant

souhaitent également perdre du poids. Quant à l'étude réalisée par l'ACAFS (1994), on y souligne qu'en général les filles veulent avoir un corps qui répond aux normes de la société actuelle; en outre, même parmi les jeunes filles qui sont déjà minces ou maigres, un certain pourcentage veulent tout de même perdre du poids :

«Pour perdre du poids, des jeunes filles ont suivi un régime amaigrissant dès l'âge de 13 ans et 3 % d'entre elles ont utilisé des moyens encore plus draconiens tels les laxatifs, la provocation de vomissements, l'utilisation fréquente de régimes alimentaires, des exercices excessifs ou la consommation de tabac pour atteindre leur objectif minceur.» (Fenton, 1988, cité dans ACAFS, 1994: 10)

Cette étude montre aussi un lien très étroit entre les bonnes habitudes alimentaires et la pratique d'activités physiques. D'une année à l'autre, les élèves qui déjeunent régulièrement sont aussi celles qui présentent le niveau de pratique d'activités physiques le plus élevé.

Par ailleurs, les résultats de l'étude d'Aaron et al. (1994) réalisée auprès de 1245 adolescentes des États-Unis suggèrent qu'il existe une relation statistiquement significative entre l'inactivité physique et l'adoption de comportements tels la consommation de tabac et d'alcool. Les adolescentes les plus actives seraient deux fois moins enclines à fumer que celles qui sont moins actives. Le rapport de Nolin et al. (1996) rapporte à peu près les mêmes résultats que les précédents mais ne présente pas de données concernant l'alimentation. On retrouverait ainsi un plus grand nombre de gens actifs (c'est-à-dire faisant de l'activité physique trois fois ou plus par semaine) chez ceux qui n'ont jamais fumé. Toutefois, l'échantillon utilisé

pour cette enquête comporte des individus âgés entre 15 et 65 ans; il s'avère difficile de généraliser ces résultats aux adolescents.

L'objectif général de notre étude-pilote était d'explorer «la vision du monde» des adolescentes ainsi que la dynamique sociale¹, à savoir les relations d'influence, les rapports sociaux et la construction de l'identité qui animent leur décision de s'impliquer ou non dans le sport organisé et ce, afin de mieux comprendre pourquoi certaines diminuent leur pratique d'activités physiques et sportives, alors que d'autres la maintiennent.

Plus spécifiquement, nous voulions : comprendre dans quelle mesure la pratique sportive organisée réussit à s'intégrer à la vie quotidienne des adolescentes; évaluer la dynamique d'influence des parents, des amies proches et de l'ami; explorer la relation potentielle entre le cours d'éducation physique (sa dynamique et son contenu) et le maintien ou la diminution de la pratique d'activités physiques et sportives; connaître leurs conceptions/représentations de la pratique sportive et vérifier leurs connaissances en ce qui a trait au volume (fréquence et intensité) d'activité physique optimal pour en retirer des bienfaits pour la santé; et repérer les différences éventuelles entre les milieux socioéconomiques pour chacun des points mentionnés précédemment.

¹ La littérature n'offre pas de définition précise de ce qu'est la dynamique sociale; cette notion ne fait pas partie d'un cadre théorique donné et semble relativement ouverte. Pour les fins de notre étude, nous la définirons comme la dialectique d'interactions entre des individus et des groupes sociaux et les transformations qu'elles induisent chez eux.

2. RECENSION DES ÉCRITS SUR LES FACTEURS EXPLICATIFS DU PROBLÈME

La revue de la littérature nous permet de dégager certains facteurs expliquant la diminution de la pratique d'activité physique chez les adolescentes ainsi que les différences existant entre les habitudes sportives des garçons et celles des filles. Dans un premier temps, nous nous pencherons sur les facteurs psychosociaux qui peuvent influencer la décision de l'adolescente de faire ou non des activités physiques et sportives, sur les stéréotypes qui les guident et dont elles sont plus ou moins conscientes, sur les types de pratiques offerts, sur les besoins différentiels selon le genre ainsi que sur les facteurs socioéconomiques. Nous verrons ensuite que d'autres facteurs peuvent s'ajouter à ceux précédemment mentionnés, soit l'influence des ami(e)s et les expériences vécues dans les cours d'éducation physique. Nous terminerons cette section en rendant compte des études portant sur la relation entre l'activité physique et sportive et certaines habitudes de vie telles la consommation de tabac et l'alimentation.

2.1 La transition vers un statut d'adulte

Réalisée en 1992, l'étude de Coakley et White visait à explorer la dynamique entourant la prise de décision des adolescents quant à leur pratique d'activités physiques et sportives. Les chercheurs ont choisi de mener des entrevues individuelles auprès de 34 garçons et 26 filles, la plupart provenant d'un milieu populaire. Les entrevues portaient sur les expériences sportives des adolescentes

et adolescents, comment elles/ils interprètent ces expériences, comment ces expériences influent sur leur participation dans les sports et comment cette participation est intégrée aux autres domaines de leur vie. Les résultats montrent que le choix des adolescents (les deux sexes confondus) dépend entre autres de la nature de ces activités. Ils choisiront des activités qu'ils perçoivent comme étant reliées au monde des adultes, c'est-à-dire leur permettant de faire comme eux, soit d'être autonomes et indépendants. Les auteurs affirment que, déjà à l'âge de 15 ans, les jeunes ont pris conscience de leur transition prochaine vers la vie adulte et ils s'appliquent à ce qu'elle se fasse correctement. Certains comportements sont alors bannis, comme par exemple faire du sport avec des plus jeunes que soi, ou encore faire les mêmes activités que celles pratiquées étant jeune. Les adolescents questionnés perçoivent ces comportements comme une régression dans leur effort pour devenir adultes.

La décision de faire ou non de l'activité physique est également influencée par les préoccupations de «féminité» et de «masculinité» des adolescents. Alors que certains garçons voient le sport comme un moyen *d'affirmer (ou de confirmer)* leur masculinité et de devenir des hommes, les filles de leur côté ont appris, en grandissant, que le sport ne devrait pas être une priorité dans leur vie; leurs priorités étant des activités ou des relations leur permettant de développer leur féminité (Coakley et White, 1992).

2.2 Les stéréotypes

Les jeunes sont constamment en contact avec les stéréotypes dominants de nos sociétés industrialisées. Étant donné que les activités physiques et sportives font partie de leur vie quotidienne, ces dernières peuvent constituer des moyens privilégiés pour développer leur identité d'homme ou de femme. Cependant, la société dans laquelle nous vivons nous apprend que le sport est en fait un domaine typiquement masculin. Selon Coakley et White (1992), les rôles traditionnels attribués à chaque sexe semblent se perpétuer et être acceptés facilement par les adolescents d'aujourd'hui. Cela se reflète au plan des choix qu'ils font quant à leur participation ou non aux activités physiques et sportives qui leur sont proposées. Les filles ne considèrent pas le sport comme un moyen d'affirmer (ou confirmer) leur identité de femme, contrairement aux garçons qui eux sont valorisés par leurs compétences et leurs performances sportives.

Ceci est confirmé par Anderssen dans son étude réalisée en 1993. Cette recherche visait à explorer les perceptions des adolescents face à leur cours d'éducation physique; elle visait aussi à vérifier la relation entre ces perceptions et les «ressources sociales» c'est-à-dire, le genre, le niveau d'activité physique des adolescents et l'auto-évaluation de leurs compétences. L'échantillon était composé de 924 étudiants âgés en moyenne de 13 ans. Les questionnaires auto-administrés portaient entre autres sur la perception qu'ont les adolescentes et les adolescents de leur cours d'éducation physique : est-ce qu'ils/elles aiment ou non ce cours et est-ce qu'ils/elles se sentent anxieux/anxieuses avant ce cours? Selon

l'auteur, la participation aux sports n'est pas un comportement attendu de la part des filles mais elle est souvent renforcée chez les garçons. Il explique aussi la différence en terme d'opportunités. Selon lui, les filles n'auraient pas les mêmes opportunités que les garçons en ce qui a trait au développement de leurs habiletés physiques et à l'apprentissage d'un mode de vie actif. Selon Fasting (1990), l'école renforce les différences entre les sexes; elle permettrait aux garçons d'être plus actifs en répondant davantage à leurs besoins qu'à ceux des filles.

*«Physical education in the school reflects and contribute to gender differences in the socialization of children into sports through the organizing of classes based on the needs and wishes of boys.»
(Fasting, 1990 cité dans Anderssen 1993: 168)*

2.3 L'influence de l'environnement social

Les influences sociales comme les «*active role models*» seraient d'importants déterminants de l'activité physique chez les jeunes (Tinsley et al., 1995). Les parents font ici partie des modèles susceptibles d'influencer l'enfant ou l'adolescent. Toutefois, plusieurs études ont montré qu'il n'existe aucune relation entre l'activité physique des parents et celle des adolescents entre la cinquième année et le secondaire deux (Garcia et al., 1995; Stucky-Ropp et DiLorenzo, 1993; Biddle et Goudas, 1996). Il existerait par contre une relation entre la pratique d'activités physiques des parents, celle des enfants très jeunes et celle des adolescents plus âgés (Moore et al., 1991; Zakarian et al., 1994).

Pour les adolescents, la plus grande influence est certainement la participation des amis, des amies et des pairs à des activités physiques et sportives. Anderssen

et Wold (1992), dans leur étude portant sur l'influence des parents et des pairs sur l'activité physique et les loisirs des adolescents, révèlent que le support des amis, des amies et des parents sont aussi des déterminants reliés positivement à la pratique d'activités physiques chez les adolescents.

Une analyse de l'ICRCPMV sur le Sondage indicateur de l'activité physique en 1995 indique qu'il existe un rapport évident entre l'activité physique des parents et celle des enfants. En général, les parents actifs ont des enfants passant beaucoup plus de temps à faire de l'activité physique toutes les semaines que les enfants dont les parents sont moyennement ou peu actifs. Toutefois les résultats n'établissent pas de différence entre les jeunes enfants, les enfants et les adolescents, c'est pourquoi nous ne pouvons généraliser les résultats.

L'accès à des espaces de jeux et de loisirs ainsi que la disponibilité du matériel ou de l'équipement sportif sont deux facteurs environnementaux susceptibles d'influencer la pratique d'activités physiques chez les adolescents. Il est à noter par contre que ce dernier facteur est associé à la pratique chez les filles mais non chez les garçons (Garcia et al., 1995; Zakarian et al., 1994; Stucky-Ropp et DiLorenzo, 1993).

2.4 Le type de pratique

Dans leur étude longitudinale Desharnais et Godin (1995) avaient comme sujets trois cohortes d'élèves qui, en septembre 1992, étaient respectivement en secondaire I, II et III. Ces élèves ont été évalués à trois reprises soit en octobre 1992, 1993 et 1994 et ce, «de façon à mieux cerner l'évolution du niveau de

pratique des loisirs physiques depuis le secondaire I jusqu'au secondaire V». Les auteurs identifient quatre types de pratique d'activités physiques : le type compétitif, le type récréatif, celui pour la forme et le type libre. Ce dernier type comprend toutes les activités qui ne demandent ni horaire fixe, ni entraîneurs. Leurs résultats montrent que la pratique d'activités physiques de types compétitif et récréatif, soit la pratique organisée, diminue et que les jeunes (surtout les filles) se dirigent vers une pratique d'activités de type libre. Or, ce type de pratique est justement celui dans lequel les auteurs retrouvent le taux le plus élevé d'abandon entre 1992 et 1994. Il semblerait donc que la pratique d'activités physiques de type libre ne soit pas l'idéal à l'adolescence car elle ne favorise pas le maintien de cette habitude tout au long de la vie adulte.

Dans son étude sur les loisirs des élèves du secondaire, Giroux (1994) observe une nette différence dans les choix des garçons et ceux des filles quant aux types d'activités pratiquées ou préférées. Sur les dix activités physiques les plus populaires chez les filles, on ne retrouve aucun sport d'équipe. Ses résultats montrent clairement le désir des jeunes filles de faire autre chose que du sport organisé et surtout compétitif. (Giroux et al., 1994, cité dans Ferland et al., 1998:7).

2.5 L'estime de soi et la perception de contrôle (*self-efficacy*)

Plusieurs études ont montré que l'activité physique peut être un facteur susceptible d'augmenter l'estime de soi chez les adolescents (ICRCPMV, 1993; Birtwistle et Brodie, 1991; McAuley et Rudolph, 1995; *Surgeon General*, 1996). Or,

un sondage réalisé en Colombie-Britannique par l'ACAFS (1994) révèle que l'estime de soi chez les jeunes filles diminue entre le secondaire 1 et le secondaire 3 : en secondaire 1, 42 % des adolescentes ont indiqué avoir une bonne estime d'elles-mêmes alors qu'elles ne sont plus que 26 % lorsqu'elles atteignent le secondaire 3. Au Québec, Desharnais et Godin (1995) confirment que les adolescentes manifestent une moins grande estime d'elles-mêmes comparativement aux adolescents. Par contre, contrairement à l'étude citée en premier lieu, les résultats ne montrent pas de différence entre les années. Le niveau d'estime de soi est demeuré relativement le même au cours des trois années sur lesquelles a porté l'enquête et cela, autant chez les garçons que chez les filles.

Birtwistle et Brodie (1991) sont d'avis que les «personnes significatives» présentes dans l'entourage de l'adolescente, par exemple les professeurs d'éducation physique, doivent reconnaître le rôle qu'elles ont à jouer et l'importance qu'elles doivent accorder à certains facteurs tels le développement de compétences sociales, l'estime de soi et de l'auto-efficacité chez les adolescents, et cela s'ils veulent promouvoir de façon efficace la santé à travers l'éducation physique.

La perception de contrôle chez les enfants a été mesurée dans l'étude de Trost et al. (1996). L'objectif de l'étude était de vérifier si certains déterminants de l'activité physique, notamment les déterminants socio-cognitifs, pouvaient être responsables de la différence qui existe entre les genres quant à la pratique de l'activité physique. Les 365 sujets étaient en cinquième année lors de l'étude. La pratique d'activités

physiques ainsi que les déterminants de cette pratique (physiologiques, psychosociaux et environnementaux) ont été mesurés à l'aide de questionnaires et de tests physiques. Les résultats révèlent tout d'abord que les garçons sont plus actifs que les filles et selon les auteurs cet écart serait dû à une perception de contrôle plus élevée chez les garçons que chez les filles.

«This study observe boys to score significantly higher than girls on the self-efficacy (overcoming barriers) subscale. In accordance with Social Cognitive Theory, this finding suggest that boys were more active than girls partly because they were more confident in their ability to overcome traditional barriers to physical activity such as time constraints, feeling of fatigue, poor weather and homework obligations.» (Trost et al., 1996: 149)

Parmi tous les déterminants de l'activité physique examinés dans cette étude (la capacité cardiorespiratoire, la force, les intentions, les croyances, les sports proposés à l'école et dans la communauté, etc.), seules la perception de contrôle et la participation à des sports organisés par la municipalité pouvaient montrer un écart entre les garçons et les filles. Les auteurs affirment donc que d'autres facteurs, n'ayant pas été examinés dans leur étude, par exemple la différence quant à la socialisation vers les sports que reçoivent les garçons et les filles, pourraient être pris en considération pour comprendre la disparité dans leur pratique.

Anderssen (1993) a quant à lui étudié la perception des adolescents face à leurs cours d'éducation physique. Il rapporte qu'à ce sujet les garçons ont en général une perception plus positive que les filles. Son étude révèle aussi que les garçons

sont plus actifs que les filles et que ce sont les étudiants les plus actifs qui perçoivent le plus favorablement le cours d'éducation physique.

L'auteur souligne aussi d'autres aspects pouvant expliquer l'écart de participation entre les filles et les garçons; à l'adolescence les filles manifestent plus de maturité que les garçons; elles ont plusieurs préoccupations que ces derniers n'ont pas encore; également, le support social serait plus constant pour les garçons que pour les filles.

2.6 Construction de l'identité

L'adolescence est une période cruciale en ce qui concerne la construction de l'identité (Wearing et al., 1994). C'est pourquoi les jeunes filles ne choisiraient pas un domaine d'activités ou de loisirs pour lequel elles n'ont pas beaucoup de compétences. *The President Council on fitness and sports* (1997) cité dans Ferland et al. (1998: 10) note que les filles ont une moins grande estime d'elles-mêmes et que déjà à l'âge de 6 ans elles se sentent moins compétentes que les garçons dans le sport.

L'ACAFS (1995) propose une explication pour ce manque de compétences des jeunes filles pour les sports et l'activité physique :

«La société n'encourage pas de la même façon et avec autant d'ardeur les femmes à être actives. Les filles ont moins de modèles qui les incitent à faire du sport et elle reçoivent moins d'appuis et d'encouragements de la part de leurs parents ou des adultes qui les entourent. Un grand nombre de filles ne développent pas ou développent peu les habiletés motrices de base nécessaires à

l'apprentissage d'une grande variété de sports et d'activités physiques.» (ACAFS, 1995, cité dans Kino-Québec 1998a: 16).

Le manque d'estime de soi ou encore le manque de confiance en ses moyens agit comme un cercle vicieux pour les jeunes filles. Cela les amène parfois à opter pour des activités «réservées aux filles» ou, pire encore, à délaisser complètement la pratique sportive (Ferland et al., 1998: 10).

Si l'activité physique ne peut répondre à leur besoin d'identification à un groupe et de construction de leur identité, elles choisiront des activités «autres» qui leur permettront de construire positivement cette identité. Selon Wearing et al. (1994), la consommation de tabac est un moyen utilisé par les jeunes pour construire leur identité; elle servirait entre autres à exprimer une résistance face aux normes établies par la société; elle procurerait aussi une évasion pour le corps et l'esprit ainsi qu'un certain plaisir.

Les adolescentes qui choisissent cette avenue sont rarement celles qui participent aux activités physiques et sportives. C'est pourquoi les auteurs se posent la question suivante : est-ce que des activités non traditionnelles, telle le plein air, ne pourraient pas remplacer le tabac dans cette recherche de l'identité chez l'adolescente?

Selon certains auteurs (Wearing, 1991; Wearing et al., 1994; Green, 1998), l'activité physique peut être un lieu de construction de l'identité pour les femmes. Selon Wearing et al. (1994), l'activité physique et sportive procure à celles qui s'y adonnent un bien-être physique et des bénéfices sur le plan social. Ainsi, si les

activités proposées aux femmes étaient davantage axées sur ces composantes plutôt que sur la compétition et l'agressivité, il est possible que plus de filles et de femmes y participeraient.

2.7 Les différences socioéconomiques

Le statut socioéconomique constitue un autre facteur associé à une pratique plus ou moins élevée d'activités physiques. En 1992-1993, 22 % des enfants et adolescents vivaient dans un ménage considéré comme pauvre ou très pauvre (Camirand, 1996). Malheureusement, et comme le rapportent Russel et al. (1992), il existe «un rapport étroit entre le revenu dont dispose une famille et les possibilités qu'ont ses membres de participer à divers types d'activités physiques» (1992: 23). L'enquête sociale et de santé 1992-1993 de Santé Québec, ainsi que les études d'Anderssen (1993), de Calnan et Williams (1991), et de Coakley et White (1992) confirment toutes un lien entre le niveau d'activité physique plus ou moins élevé et le statut socioéconomique.

Coakley et White (1992) mentionnent dans leur étude que le manque de ressources ainsi que la difficulté d'accès ou la non disponibilité du matériel sont en général des aspects qui influencent les choix des adolescents de faire ou non des activités physiques et sportives. Or, ces contraintes d'ordre matériel sont souvent retrouvées dans les milieux les plus pauvres. Il est alors possible d'établir un lien entre le statut socioéconomique et la participation ou non à des activités physiques régulières. L'enquête de Santé Québec indique en effet «un pourcentage d'actifs plus élevé chez les personnes des ménages qui ont revenu

supérieur (45 %) lorsqu'on les compare à celles des ménages pauvres (29 %)» (Nolin et al., 1996: 54).

2.8 Relations entre l'activité physique et sportive et les autres habitudes de vie

Plusieurs auteurs s'entendent pour affirmer que l'inactivité physique peut être associée à d'autres habitudes de vie néfastes pour la santé telles le tabagisme ou les mauvaises habitudes alimentaires. L'étude longitudinale d'Aaron et al. (1995) avait comme objectif d'examiner la relation entre l'activité physique, la condition physique, la participation à des activités compétitives et la consommation de drogue, de tabac ou le port d'armes chez les adolescentes et les adolescents. Pour ce faire, les auteurs ont obtenu la participation de 1245 jeunes âgés entre 12 et 16 ans. Les mesures ont été prises à partir de questionnaires auto-administrés ainsi que par des tests physiques servant entre autres à mesurer la condition physique des sujets. Les résultats indiquent qu'il existerait une relation statistiquement significative entre l'inactivité physique et l'adoption de comportements tels le tabagisme et la consommation d'alcool. Leurs résultats montrent toutefois qu'en ce qui concerne les filles, seule la consommation de tabac est réduite chez celles qui sont physiquement actives; les autres comportements nocifs pour leur santé tels la consommation d'alcool ou le port d'armes ne sont pas reliés à la pratique d'activités physiques et sportives. Au Québec, Desharnais et Godin (1995) confirment la relation entre l'inactivité physique et les mauvaises habitudes de vie; en fait les adolescents les moins actifs, c'est-à-dire ceux qui pratiquent peu souvent des activités physiques de

loisir, seraient aussi ceux qui consomment plus fréquemment du tabac et/ou de la drogue. Ce sont aussi ces mêmes adolescents moins actifs qui reconnaissent ne jamais prendre de petit déjeuner, ou ne déjeuner que très rarement.

Il existerait donc, d'après ces auteurs, un lien positif entre la pratique de l'activité physique et l'adoption de «bonnes habitudes de vie». Leurs résultats montrent que la pratique d'activités physiques diminue significativement du secondaire 1 au secondaire 5 chez les adolescents regroupés dans la catégorie des fumeurs réguliers, les filles étant celles qui fument le plus et cela durant les trois années visées par l'enquête.

Toujours selon Desharnais et Godin, la bonne alimentation aurait un lien très étroit avec la pratique d'activités physiques. Les élèves qui rapportent déjeuner de façon régulière sont aussi ceux qui maintiennent leur niveau d'activité physique le plus haut. Toutefois nous pourrions penser que l'habitude de déjeuner ne peut constituer, à elle seule, un bon indicateur de l'ensemble de l'alimentation chez les adolescentes puisque la grande majorité de celles que nous avons interrogées ne déjeunaient pas.

La recension des écrits nous a permis de constater que la presque totalité des études effectuées à ce jour sur la pratique d'activités physiques chez les jeunes adoptent une méthodologie quantitative s'appuyant sur des questionnaires auto-administrés. Autant ce type d'études est crucial pour dresser un portrait d'ensemble de la situation, autant il présente des limites lorsque l'on veut saisir les processus

socioculturels sous-jacents au désengagement des jeunes face à l'activité physique et prévenir de façon plus efficace pour contrer ce désintérêt. Nous avons donc privilégié dans cette étude-pilote une méthodologie qualitative, celle des groupes de discussion (*focus groups*) pour approfondir la question et mieux cerner la complexité de la problématique.

3. MÉTHODOLOGIE

Afin d'approfondir les facteurs identifiés dans les études quantitatives et afin de mettre en lumière les processus sociaux susceptibles d'expliquer le désintérêt des adolescentes face au sport organisé, une méthode de type qualitative s'avérait plus appropriée. Nous avons opté pour la méthode des groupes de discussion (*focus groups*) (Krueger, 1994) en raison de son potentiel heuristique et de sa souplesse. Certaines études, notamment celles de Desharnais et Godin (1995) et de Coakley et White (1992), ont fait appel à une méthode de type qualitatif, en l'occurrence des entrevues semi-structurées; toutefois, aucune étude publiée à ce jour ne semble avoir utilisé les groupes de discussion pour approfondir la question ici à l'étude. L'adaptation de cette méthode à la clientèle particulière des adolescentes a constitué un objectif méthodologique venant se greffer aux objectifs théoriques de l'étude-pilote. Nous avons ainsi exploré divers formats de cette méthode quant au nombre de participants et quant aux stratégies pour susciter les réactions et l'expression de la diversité des points de vue actuellement présents chez les jeunes filles.

3.1 La méthode des groupes de discussion

Des travaux récents en sociologie de la santé (Grimes, 1995; Stevens, 1996; Straw et Marks, 1995) suggèrent que la méthode des groupes de discussion présente un potentiel jusqu'à ce jour peu exploité dans le domaine et mérite qu'on s'y intéresse davantage. Cette méthode présente plusieurs avantages par rapport aux

questionnaires auto-administrés et aux entrevues individuelles. Les principaux peuvent se résumer comme suit :

- Cette méthode permet au chercheur d'identifier des facteurs explicatifs insoupçonnés au départ;
- Elle permet, à travers la dynamique d'interaction entre les participants, de repérer des processus sociaux à l'œuvre pour lesquels il serait difficile de trouver un indice mesurable;
- Elle offre la possibilité pour le chercheur d'interagir avec les participants afin d'approfondir certaines questions de façon spécifique et approprié aux particularités des diverses clientèles (Kitzinger, 1994);
- Elle constituerait, selon Vaughn, Shay Schumm et Sinagub (1996), un contexte moins stressant et plus favorable à l'expression des points de vue qu'une entrevue individuelle. Les gens seraient portés à s'exprimer davantage lorsqu'ils perçoivent que leurs opinions et expériences sont importantes aux yeux des autres. Les auteurs mentionnent également qu'il est plus facile d'obtenir les perceptions et les croyances des gens lorsqu'ils sont en groupe; toutefois, ceci dépend également de la personnalité des participants et des thèmes discutés.

La méthode des groupes de discussion semble donc propice à générer une quantité et une richesse d'informations plus grandes que les entrevues individuelles et que les questionnaires auto-administrés.

Cette méthode comporte par ailleurs certains inconvénients, dont ceux-ci :

- Les données recueillies avec les groupes de discussion sont plus complexes à analyser que celles recueillies avec des questionnaires auto-administrés. En effet, chaque groupe a une dynamique particulière et même si la discussion est générée à partir d'un même canevas, il arrive que certaines questions soient traitées plus en profondeur à l'intérieur d'un groupe et non dans les autres; les comparaisons intergroupes sont ainsi parfois difficiles. À cet égard, Krueger (1994) souligne l'importance de tenir compte du contexte de chacun des groupes lors d'analyses comparatives des données issues de différents groupes;
- Le chercheur a moins de contrôle sur un groupe de personnes que sur un seul individu; la discussion peut ainsi s'éloigner exagérément du thème abordé et il peut s'avérer difficile de recentrer la discussion.

L'optimisation de la méthode des groupes de discussion dépend de deux paramètres clés : la pertinence du canevas de questions traitées et l'habileté de l'animateur. L'animateur a un rôle déterminant dans la gestion de la dynamique du groupe et dans l'exploitation de stratégies pour obtenir des résultats valides. Selon Vaughn et al. (1996), l'animateur (ou modérateur) devrait notamment posséder les habiletés suivantes :

- être capable de contrôler le groupe tout en demeurant chaleureux et ouvert;
- être centré sur les participants plutôt que sur sa performance;
- écouter activement les participants;
- s'assurer que tous donnent leur point de vue, même les plus timides.

3.2 L'échantillon

L'échantillon de l'étude-pilote est composé d'adolescentes de secondaire 3 provenant de trois écoles situées dans des milieux socioéconomiques différents. Il s'agit de l'École polyvalente Saint-Henri (ci-après S-H) située dans un milieu ouvrier, de l'École Félix-Leclerc (ci-après F-L) située dans un milieu de niveau économique moyen et de l'École secondaire Vaudreuil (ci-après VA) située dans un milieu relativement aisé. Pour choisir les écoles nous avons obtenu l'aide de Mme Michelle Roy, responsable des stages pour les futurs enseignantes et enseignants en éducation physique de l'université de Montréal. Mme Roy nous a fourni les coordonnées de professeurs qui, selon elle, étaient le plus susceptibles d'accepter de participer à notre étude et ce, par leur identification d'élèves répondant à nos critères de sélection. Pour ce qui est de l'évaluation du niveau socioéconomique des écoles, nous nous sommes fiées à son jugement et à ses connaissances.

Bien que l'étude de Desharnais et Godin (1995) indique que c'est entre les secondaire 1 et 2 que l'engagement dans le sport organisé connaît une baisse plus marquée, nous avons préféré porter notre attention sur des élèves de secondaire 3 pour les raisons suivantes : d'une part, nous estimions que les jeunes de secondaire 3 seraient moins timides et plus à l'aise pour s'exprimer que ceux de secondaire 2; d'autre part, selon plusieurs intervenants du secondaire, la troisième année constitue une étape charnière dans le cheminement des jeunes et dans l'affirmation de leur identité; selon eux, c'est en secondaire 3 que les jeunes précisent et affichent

davantage leurs *choix* : ils choisissent une *gang*, des activités, des vêtements, etc., en fait, tout ce qui est identifiable à un *style de vie* particulier.

Afin de mettre en évidence les facteurs et processus explicatifs du désintérêt face au sport organisé, nous avons effectué des groupes de discussion auprès d'adolescentes encore engagées dans la pratique sportive organisée d'une part, et auprès d'adolescentes ne participant plus à des activités sportives organisées d'autre part. Dans chacune des écoles nous avons bénéficié de la collaboration d'un professeur d'éducation physique pour constituer deux listes d'adolescentes susceptibles de participer à l'étude, soit une liste d'environ dix noms de jeunes filles de secondaire 3 inscrites dans des activités sportives organisées, que nous appellerons les «sportives» dans la présentation et la discussion des résultats, et une liste d'un nombre équivalent d'adolescentes du même niveau reconnues comme peu motivées à participer aux activités sportives de l'école et que nous appellerons les «non sportives». Pour le premier groupe de discussion, nous attendions dix jeunes filles; or seulement huit se sont présentées. Leurs amies nous ont informées que des raisons personnelles avaient poussées certaines adolescentes à ne pas assister à la rencontre. Cet imprévu a toutefois été bénéfique puisqu'il nous a fait réaliser qu'un groupe de dix adolescentes aurait été trop nombreux. Nous avons donc réajusté notre demande vis-à-vis les professeurs en ce qui concerne le nombre d'élèves par groupe : nous avons demandé un maximum de 7 et un minimum de 4 participantes. À la suite de la première expérience nous savions que si le nombre était plus élevé que 7, il s'avérerait difficile d'obtenir des commentaires de toutes les

participantes et si le nombre était plus restreint, il n'y aurait pas suffisamment de points de vue divergents et de discussion. Ceci venait confirmer l'importance d'adapter la formule des groupes de discussion à la clientèle spécifique des adolescentes.

À partir de notre deuxième intervention, les groupes ont été composés d'un minimum de 4 personnes et d'un maximum de 7. Un total de 34 adolescentes ont participé à l'étude (voir Tableau 1), l'âge moyen des participantes étant de 15 ans.

Tableau 1 : Nombre de participantes de l'étude pour chaque école en fonction de leur «statut» de sportive ou de non sportive

	Sportives	Non sportives
Polyvalente Saint-Henri	5	8
École Félix-Leclerc	6	6
École secondaire Vaudreuil	4	5

Certaines consignes ont été données aux professeurs quant à la composition des deux listes. Ainsi nous leur avons demandé de ne pas inclure des amies proches, celles-ci étant susceptibles de tenir le même discours. Sans viser à identifier de façon exhaustive tous les points de vue actuellement présents dans les milieux, nous voulions tout de même pouvoir repérer une certaine diversité dans la réalité existante. Ainsi, pour dresser la liste des sportives, il fallait éviter, autant que

possible, de répertorier toutes les filles de l'équipe de soccer de l'école et sélectionner plutôt des filles provenant de différentes équipes sportives. En général les professeurs contactés ont respecté la consigne. Nous sommes cependant conscientes que certaines préoccupations des professeurs ont pu influencer la composition des listes. Ainsi, il est possible qu'ils aient préférentiellement identifié des élèves avec lesquelles ils se sentaient davantage à l'aise.

À l'étape suivante, nous prenions contact par téléphone avec les adolescentes identifiées dans chacune des deux listes pour les inviter à participer à une rencontre. Aucune d'entre elles n'a refusé de participer à l'étude, leur professeur leur ayant déjà donné quelques informations sur la nature de leur participation éventuelle. Lors de cet appel téléphonique nous avisions les jeunes filles de l'heure et du lieu de la rencontre. Nous les informions aussi de notre objectif, à savoir de recueillir des informations sur leur pratique sportive ainsi que sur d'autres habitudes de vie. Nous prenions toutefois bien soin de ne pas mentionner le fait que nous faisons parties du département d'éducation physique puisque cela aurait pu influencer les réponses des adolescentes (surtout des non sportives). Les rencontres ont toutes eu lieu après les cours dans un local de l'école.

3.3 La collecte des données

Avant de débiter la discussion, les jeunes filles devaient remplir un court questionnaire (cf. Annexe 1), ainsi qu'un formulaire de consentement (cf. Annexe 2). Le questionnaire visait à obtenir des informations plus précises sur l'âge des jeunes

filles, les activités physiques pratiquées (auparavant et maintenant, le cas échéant) ainsi que sur l'occupation et la pratique d'activités physiques de leurs parents.

Les discussions étaient basées sur un canevas de thèmes liés aux objectifs de l'étude; nous nous laissions toutefois la liberté d'exploiter la dynamique éventuellement suscitée par un sujet particulier. Les thèmes abordés étaient les suivants :

- Identification des activités de loisirs de chacune; leur modalité et leur contexte de pratique; les activités habituelles après l'école, la fin de semaine et pendant les vacances;
- Leurs opinions et leurs jugements face au sport organisé;
- Le style et les traits distinctifs du groupe d'ami(e)s de chacune;
- L'importance de l'apparence dans leur groupe d'ami(e)s;
- L'importance de l'authenticité dans leur rapport avec leurs d'ami(e)s;
- L'importance des amies dans la pratique d'activités physiques et sportives;
- L'importance des rapports de séduction dans leur pratique d'activité physique et dans leur consommation éventuelle de cigarettes;
- La consommation de cigarettes et leur point de vue sur cette question;
- Leur alimentation et leur point de vue sur cette question;
- Leurs connaissances en matière de niveau optimal d'activités physiques, les croyances quant à l'effet que peut avoir l'activité physique et sportive sur le corps;
- Les expériences vécues dans le cours d'éducation physique, ce qu'elles aiment et n'aiment pas du cours;

- Les rapports avec les parents en matière d'activités physiques et de consommation de tabac.

Tout au long de la discussion nous exposions des situations hypothétiques que nous avons construites et nous leur demandions ce qu'elles feraient en de telles circonstances. Ceci avait pour but de susciter la discussion et de fournir des prétextes pour les confronter à des points de vue différents et approfondir leur vision du monde.

3.4 L'animation et l'enregistrement des groupes de discussion

À titre expérimental, j'ai animé seule les deux premières rencontres. La responsable du projet, madame Laberge, s'occupait alors de l'enregistrement vidéo et de la logistique entourant la rencontre. L'analyse de ces premiers enregistrements nous a incitées à tenter l'expérience d'une animation à deux (*team leading*); ceci présentait un double avantage : pendant qu'une animatrice écoutait activement une intervention d'un côté de la table, l'autre animatrice pouvait suivre le langage non verbal des autres participantes et relancer la discussion auprès de celles qui manifestaient un désaccord à travers leur langage non verbal. En outre, ceci facilitait le travail de rotation du tour de parole, particulièrement lorsqu'une participante avait tendance à prendre le monopole de la discussion. Nous sommes conscientes toutefois que la présence d'une deuxième intervenante a pu modifier en quelque sorte la dynamique de groupe : les jeunes filles ont pu être plus ou moins intimidées, les réponses ont pu être plus ou moins véridiques, etc. La dynamique a donc pu être différente pour les groupes de discussion 3 à 6 par comparaison aux deux premiers.

Toutefois, nous n'avons observé aucun changement majeur dans le comportement des adolescentes et nous croyons que le fait d'animer à deux comporte beaucoup plus d'avantages que d'inconvénients.

Les rencontres étaient enregistrées sur bande vidéo. Ceci s'avérait nécessaire pour savoir quelle personne parle et à quel moment et ce, dans le but de pouvoir faire des liens avec ce qui a été dit plus tôt, lorsque nécessaire.

Au total, six groupes de discussion d'une durée moyenne d'une heure ont ainsi été réalisés, soit deux dans chacun des trois milieux. Nous avons transcrit l'ensemble des discussions en vue de procéder à une analyse de contenu des données. Conformément au fait que notre recherche est de type exploratoire nous n'avons pas l'intention de développer et de valider une théorie pour l'analyse des résultats. Les nombreuses lectures que nous avons faites des verbatims nous ont permis d'identifier les éléments de significations récurrents. Notre objectif était de repérer des tendances, c'est-à-dire des récurrences dans les idées et conceptions et des variations, c'est-à-dire la diversité dans les conceptions et jugements de valeurs émis.

4. RÉSULTATS

Dans les sections qui suivent, nous présentons, dans un premier temps, les faits saillants concernant les attitudes et les conceptions des adolescentes face au sport organisé et à l'activité physique. Dans un second temps, nous rendrons compte de leurs réactions et commentaires indicatifs de l'influence plus ou moins marquée de leur environnement social sur leur participation au sport organisé. Enfin nous ferons ressortir les points saillants de leur vécu dans le cours d'éducation physique et son impact potentiel sur la pratique sportive. Nous fournirons à l'appui des extraits des groupes de discussion. Notre attention se portera davantage sur les jeunes «non sportives» en raison de la problématique à l'étude. Même si le langage utilisé par les jeunes s'avère parfois relativement «rude», nous avons jugé important de citer le *verbatim* car il rend compte de façon éloquente de leur expressivité et de leur culture propre.

4.1 Rejet des contraintes horaires et de l'autorité

Le rejet des contraintes horaires et de l'autorité s'est avéré un argument récurrent dans les discussions avec les adolescentes non sportives. Parce qu'elle comporte un horaire stricte pour les pratiques ayant lieu deux à trois fois par semaine et qu'elle implique une soumission à l'autorité et éventuellement des sanctions pour absence, la pratique sportive organisée semble être perçue chez ces jeunes comme un obstacle à leur liberté d'action. Voici un aperçu passablement représentatif de leurs dispositions face à l'occupation de leur temps libre après l'école :

«Je fais du bicyclette pis j'aime me relaxer, écouter de la musique relaxe. J'irais pas jouer au basket où est-ce que t'as super gros chaud pis que tu es obligée d'être là. J'aime mieux être toute seule ou avec mes amies; comme ça il n'y a personne qui va te stresser «fait ci comme ci comme ça». Tu fais qu'est-ce que tu veux quand ça te tente.» (S-H; non sportive)

«J'aime mieux faire mon propre horaire. Je veux pas écouter un espèce de cave qui me dit qu'il faut que je sois là à telle heure pis tel jour. Moi c'est juste pour m'amuser que j'irais faire ces affaires là.» (F-L; non sportive)

«L'été je ne fais rien de spécial. Je fais ce que je veux quand ça me tente. Si le lundi je décide que je vais à la plage, ben je vais à la plage; si je décide que je vais à La Ronde, bien je vais à La Ronde. Je fais ce que je veux quand je veux comme je veux.» (F-L; non sportive)

L'engagement dans le sport organisé paraît donc venir en conflit avec le désir de liberté qui anime les adolescentes non sportives. À cet âge, soit vers 14-15 ans, les jeunes se voient accorder de plus en plus de liberté d'action et d'autonomie dans leur temps libre; elles peuvent maintenant s'adonner à des activités de loisir sans leurs parents. Le sport organisé, parce qu'il est encadré et, tel que désigné, «organisé» par des adultes, est associé à un univers social dont elles veulent se dissocier. Toutefois, l'activité physique en soi, faite dans le contexte d'une décision spontanée et libre, ne semble pas être rejetée par ces jeunes. Presque toutes affirment «aller marcher» avec leurs amies; la plupart d'entre elles disent s'adonner librement, au cours de l'été, à des activités physiques, telles le vélo, la marche, la

nage ou le patin à roues alignées. La constante est toutefois la liberté dans l'horaire et dans la modalité de pratique :

«Je ne suis pas intéressée à faire du sport parce que t'es obligée d'être là, pis t'es toujours obligée; quand tu veux faire du sport tu peux aller quelque part avec tes amies pis là on dit aujourd'hui on fais du sport, ça nous tente; dans une équipe t'es obligée d'être toujours là à cette heure.» (VA; non sportive)

L'étude de Desharnais et Godin (1995, p. 15) a montré à cet égard que la pratique de type libre d'activités physiques et sportives constitue la modalité la plus populaire chez les adolescentes où elle correspond à 43 % des activités physiques, par comparaison à 23 % pour la pratique compétitive, à 22 % pour la pratique de mise en forme et à 12 % pour la pratique récréative. Rappelons que Desharnais et Godin définissent le type libre de pratique comme étant «les sports pratiqués sans horaire précis ou bien fixe, sans les conseils (ou à peu près) de la part d'un moniteur ou d'un entraîneur» (1995: 54).

Ce rejet des contraintes et de l'autorité ne se manifeste pas seulement dans les activités physiques. Les réactions face à l'usage du tabac étaient animées de la même logique :

«Ce qui est le plus fatiguant je trouve pour arrêter de fumer c'est que tu sais que tout le monde veut pas que tu fumes. Comme moi mon père veut pas que je fume. Il m'a pognée trois fois à fumer, pis c'était la grosse crise; mais j'arrête pas pareil. Je vais arrêter quand je vais vouloir. Je sais que je suis capable d'arrêter quand je veux.» (S-H; non sportive)

«C'est comme moi, ma mère ne veut pas que je fume. Pis juste savoir qu'il y a quelqu'un qui essaye de m'empêcher de faire ce que je veux, ça fait que ça devient tentant.» (S-H; non sportive)

Fait intéressant, les jeunes sportives ne perçoivent pas les horaires fixes de pratique comme un frein à leur liberté d'action. Pour la majorité d'entre elles, leur implication dans le sport organisé a débuté au deuxième cycle du primaire ou même avant. Elles s'y sont constituées des groupes d'ami(e)s et elles perçoivent leur attrait pour le sport comme «un besoin» quasi physiologique de bouger :

«Quand j'arrive chez nous, bien je ne suis pas capable de rester à regarder la télé; genre il faut que je fasse quelque chose là. Je joue au volleyball en parascolaire 3 fois semaine, pis en plus de ça je joue au basket 1 fois par semaine, pis pendant l'hiver au hockey 1 à 2 pratiques plus les games. Je fais quasiment du sport tous les jours; pis quand je suis blessée tu sais, je ne suis pas capable d'arrêter; même, des fois, je me blesse encore plus parce que je ne peux pas arrêter» (VA; sportive)

Cette différence de perception nous porte à croire que ce n'est pas la contrainte horaire **en soi** qui pose problème. Nous verrons plus loin que les jeunes acceptent et même s'imposent bien des contraintes pour être acceptées dans un groupe. Il importe donc d'approfondir ce «prétexte» pour mieux saisir les enjeux qu'il recouvre.

4.2 Attrait pour la nouveauté

Les adolescentes qui délaissent le sport organisé après le primaire ou qui diminuent leurs activités physiques de loisir semblent également y être incitées par le goût de

vivre d'autres expériences que celles déjà vécues dans le domaine du sport. En effet, nous avons pu constater lors de nos rencontres avec les jeunes filles que les sports parascolaires offerts à l'école sont souvent les mêmes que ceux pratiqués dans les cours d'éducation physique, soit le plus souvent le volleyball, le basketball, le badminton et le hockey cosom. Or elles trouvent ces jeux «plates», trop compétitifs et «peu excitants» : il est donc peu étonnant qu'elles n'aillent pas s'inscrire dans les sports parascolaires offerts à l'école ou dans les municipalités :

«Tu as le goût de faire autre chose que les sports plates, toujours la même chose qu'à l'école; il y a d'autres choses que ça dans la vie!»

(S-H; non sportive)

«J'aimerais ça m'entraîner, mais là, je ne m'entraîne pas parce qu'y a plein d'autres affaires à faire.» (VA; non sportive)

«Ben on a peut-être d'autres choses nous autres qui sont plus importantes que de faire du sport organisé, comme par exemple, faire nos devoirs, s'occuper, profiter du temps après l'école, se relaxer, être avec nos amies, se promener. Pis on veut sortir, pas faire du sport.» (S-H; non sportive)

En outre, lorsqu'il y a des activités physiques libres organisées sur l'heure du midi, ce sont les mêmes sports qui sont offerts : *«Quand il y a des tournois sur l'heure du midi, tu fais le sport qui est dans l'étape, il est choisi par les profs»* (F-L; non sportive).

Tout se passe comme si elles avaient l'intention de faire une «rupture» avec ce qu'elles ont connu dans leur pré-adolescence, avec comme corollaire une aspiration à expérimenter, à vivre d'autres expériences et ce, que ce soit dans le domaine des

activités sociales ou des activités physiques. Les activités physiques ou sportives ne semblent pas être rejetées systématiquement; c'est plutôt le caractère «traditionnel» de celles qui leur sont proposées qui est rejeté. Il importe de situer leur attrait pour la nouveauté dans le contexte du marketing intensif de produits de consommation de toutes sortes qui cible cette jeune clientèle. Comme d'autres produits de consommation, les activités physiques qui attirent les adolescentes sont celles qui sont *in*, notamment le patin à roues alignées, la planche à neige, ou encore le ski. Ceci vient attester du fait que les activités physiques et sportives ont une valeur symbolique : pratiquer une activité sportive donnée, c'est s'associer à l'image et aux valeurs qu'elle symbolise dans une collectivité donnée.

Dans leur étude auprès des adolescents britanniques Coakley et White (1992) ont également observé un rejet des activités sportives traditionnelles; cependant ce rejet semblait fondé sur le trait «enfantin» associé aux sports traditionnels; ceux-ci étant fortement structurés et organisés par des adultes (p. 24). Le volet qualitatif de l'enquête de Desharnais et Godin (1995) auprès d'adolescents québécois a confirmé ce résultat de l'étude de Coakley et White; les auteurs ont ainsi noté que la désaffection des adolescentes face à l'activité physique s'expliquait en partie par le fait que l'activité physique était «davantage associée au 'jeu' de l'enfance» et «perçue par le fait même comme anachronique et marginale» (1995, p. 45).

Mais qu'en est-il des adolescentes qui sont impliquées dans le sport organisé? Ne sont-elles pas aussi attirées par les nouvelles expériences et les nouvelles activités sportives? Il ressort de nos rencontres que les adolescentes qui poursuivent

leur implication dans le sport organisé ressentent le même attrait mais il semble être qu'il soit «satisfait» par leur engagement sportif. Ces dernières sont en général «bonnes» en sport, ce qui est valorisant, et leur participation à un niveau un peu plus relevé de compétition leur offre l'occasion de faire de petits voyages lors des rencontres sportives inter-scolaires, sans compter la possibilité de rencontrer d'autres jeunes partageant leur goût :

«Quand on va à des tournois dans les autres écoles, c'est le fun. Il y a pas mal de beau gars qui viennent nous voir jouer. Ou encore des fois, à l'école, tu vois un gars qui joue au soccer, pis comme ça ben tu peux aller lui parler, lui demander comment ça a été le match.»
(S-H; sportive)

En outre, les sportives s'adonnent en général à plusieurs activités sportives et se retrouvent avec un cercle élargi d'amis, ce qui leur procure des occasions de vivre des expériences sociales nouvelles :

«La fin de semaine, je revenais en ville pis je faisais du rollerblade; pis je retrouvais des amis, puis on allait jouer au basket, pis on faisait des games de foot. Bien, tu sais, il y a tout le temps plein de monde là, fait que on se fait de nouveaux amis.» (F-L; sportive)

Nos résultats suggèrent donc que la pratique sportive organisée peut satisfaire l'attrait pour les activités nouvelles et les activités sociales, mais il semble que le fonctionnement actuel du sport organisé limite l'accès à celles qui ont un niveau d'habiletés supérieur à la moyenne. Nous verrons plus loin le rôle de la perception

de sa compétence personnelle dans le choix de continuer ou d'abandonner la pratique sportive.

L'attrait pour la nouveauté implique aussi l'essai de substance telles que l'alcool et le tabac. Le Tableau 2 indique le nombre de fumeuses par école. Nous remarquons que les non sportives sont plus nombreuses à fumer que les sportives. Il faut toutefois noter qu'il y a quelques fumeuses chez les sportives.

Tableau 2 : Nombre de filles consommant du tabac en fonction de leur «statut» de sportive ou de non sportive

	Non sportives et fumeuses	Sportives et fumeuses
École de milieu populaire	4	0
École de milieu moyen	5	2 <i>«occasionnellement»</i>
École de milieu aisé	2	1 <i>«occasionnellement»</i>

Parmi celles qui fument, certaines le font régulièrement depuis l'âge de 11 ou 12 ans. Étant donné que nos jeunes avaient 15 ou 16 ans, cela faisait donc déjà 4 ou 5 ans qu'elles fumaient.

Même si la majorité des sportives se disent non fumeuses, il semble d'après leurs commentaires et leurs réactions non verbales que plusieurs aient déjà essayé de fumer. La pression exercée par les fumeuses et les fumeurs est grande. Pour ne

pas «faire rire d'elles» ou pour «faire partie de la gang», certaines jeunes filles n'hésitent pas à commencer à fumer :

«Desfois c'est tentant, tout le monde fume autour, t'as quasiment pas le choix d'essayer, ça fait que tu dis je vais en prendre » (VA; non sportive).

4.3 Significations du sport et de l'activité physique

Un des objectifs de l'étude était de mieux comprendre la signification que les adolescentes accordent au sport et de voir dans quelle mesure cette signification peut jouer un rôle dans leur intérêt ou leur désintérêt face à la pratique. Nous avons d'abord été étonnées de constater que les adolescentes non sportives croient encore que la pratique sportive entraîne une hypertrophie musculaire. Le mythe associant sport et «gros muscles» semble encore présent chez bon nombre d'entre elles :

«Il y en a ben des filles que je connais qui font du sport parce qu'elles veulent rester minces, parce qu'elles se disent qu'en faisant du sport elles vont maigrir, mais c'est pas vrai tu viens avec des muscles plus gros. Même si elle perd sa graisse, elle vient avec des grosses cuisses, c'est pour ça que je me dit t'es ben mieux de marcher, tu perds ta graisse mais tu n'es pas en train de te mettre les muscles gros gros.» (S-H; non sportive)

«Moi j'ai une cousine qui s'entraîne pis elle est rendue vraiment bâtie; là, elle a lâché parce qu'elle s'en venait trop musclée. Moi je n'aimerais pas ça être comme ça. Tu sais, juste être en forme c'est correct.» (VA; non sportive)

Il est possible que la «peur des gros muscles» ne soit qu'un prétexte, appuyé par une logique de sens commun, pour ne pas s'engager plus intensément dans le

sport; mais cela est toutefois révélateur du fait que les jeunes sont mal informées et ne connaissent pas les mécanismes physiologiques de base impliqués dans la pratique de l'activité physique. Il serait nécessaire de pousser davantage les recherches afin de mieux connaître l'état des connaissances des adolescentes face aux effets de l'activité physique sur les dimensions physiologiques et musculaires. Ces connaissances pourraient contribuer à développer un curriculum d'éducation physique qui déconstruise les mythes encore vivants.

Il est également ressorti des discussions que les adolescentes ne semblent pas associer pratique sportive et bénéfiques pour la santé et ce, tant chez les sportives que chez les non sportives. D'une part, les sportives font du sport non pas pour les bénéfices escomptés pour leur santé, mais plutôt pour leur apparence physique et les profits sociaux que cela leur procure :

«Moi j'aime ça [faire du sport];tu te sens bien avec ça. Tu te dis «je ne deviendrai pas grosse, je vais rester une petite taille.» (VA; sportive)

«Moi j'en fais parce que j'aime ça vraiment; pis après ça, ben je trouve ça le fun parce que je ne suis pas grosse pis je sais que je peux manger à ma faim parce que je sais que je vais les dépenser après [les calories].» (VA; sportive)

«Tant mieux si ça me tient en forme, mais si je fais du sport, c'est pas pour ça; c'est parce que j'ai du fun. Nous-autres [les sportives], on parle à tout le monde, même aux secondaires 4 et puis 5. Quand on joue au basket le midi, ils sont là; pis c'est eux-autres qui nous ont invitées à jouer avec eux-autres. Nous-autres, on a plus l'esprit d'équipe, ça fait qu'on parle à tout le monde, pis tout le monde nous parle.» (F-L; sportive)

«Rester mince», «se faire des amis» et «avoir du fun» sont apparus comme des facteurs majeurs dans la poursuite de la pratique sportive chez les adolescentes qui se sont dotées des habiletés suffisantes pour être intégrées dans une équipe. Il importe toutefois de souligner que l'argument «avoir du fun» constitue, en réalité, une conséquence des deux autres facteurs : elles retirent un plaisir du fait de rester mince et du fait de pouvoir se faire des amis. Le plaisir retiré devient alors un facteur de renforcement.

Pour leur part, les non sportives ne voient pas la nécessité de faire du sport pour être en santé; des activités physiques peu intenses et «non organisées» leur paraissent suffisantes pour «se tenir en forme» :

«Oui mais tu peux te tenir en forme pas juste en faisant du sport. Comme si tu marches, pis si tu vas te baigner, tu peux aussi te tenir en forme.» (S-H; non sportive)

«En mangeant bien pis en faisant du sport une fois de temps en temps, je me garde en forme pareil là, même si c'est juste de la marche; tu n'es pas obligé de faire du sport organisé pour te tenir en santé.» (VA; non sportive)

«C'est pas que le conditionnement physique m'attire pas, mais je me trouve correct comme je suis. Pis ça ne me tente pas d'aller faire de la musculation, pis des affaires de même.» (F-L; non sportive)

Un autre point qui est apparu de façon récurrente chez les non sportives est que «sport» implique «compétition». Leurs expériences antérieures dans le sport organisé semblent avoir construit cette conception : «Si tu fais du sport, il faut que tu joues pour gagner». Les notions de gagnants et perdants, de compétition et de

performance-à-tout-prix paraissent avoir dominé leur vécu en sport et avoir construit la conception qu'elles s'en font maintenant et qu'elles rejettent :

«Moi j'ai déjà fait partie d'une équipe sportive, pis des fois tu n'es pas là ou tu es là mais tu as fait quelque chose de croche, pis là tsé ils te blastent, pis ils te disent « t'aurais pu faire attention. T'aurais pu faire une passe ». (S-H; non sportive)

«Eux-autres [les sportives], elles aiment peut-être ça être stressées, pis le trip de gagner. Mais moi je me dis, si tu joues c'est pour avoir du fun, c'est pas pour toujours être sur le stress : « ah non! je l'ai pas eu! », pis te faire gueuler après. Le monde prennent ça trop à cœur. (F-L; non sportive)

La compétition sportive devient peu attirante lorsqu'elle produit des «perdants»; ceci est apparu comme un facteur déterminant de leur désengagement de la pratique sportive :

«Moi pendant 6 ans j'ai fait de la balle molle, quand j'étais petite, j'étais vraiment nulle. Après ça, j'ai essayé le tennis, j'étais encore pas mal nulle; le patin..., ben j'ai pas d'équilibre, ça fait que j'haïs ça faire du patin. Alors je ne fais plus vraiment de sport. (VA; non sportive)

«L'affaire c'est que quand tu entres dans un club de tennis, ou n'importe quoi, ils s'attendent à ce que tu fasses un tournoi. Moi c'est juste pour m'amuser que je vais faire ce sport-là. Embarquer dans une équipe, non! pis déjà que j'étais pas bonne. Demande-moi pas de faire un tournoi pis de me faire humilier là. C'est une petite ville ici, si tu es nulle, tout le monde va le savoir en deux jours. (VA; non sportive)

Si elles manifestent peu d'intérêt (ou parfois une aversion) pour le sport, les non sportives s'adonnent tout de même à des activités physiques dans leur temps libre, mais ces activités ne constituent pas une fin en soi; elles sont un contexte de rencontre avec des ami(e)s ou remplissent la fonction d'un moyen de transport. Les activités le plus souvent mentionnées sont la marche et le vélo :

«Après l'école, je m'en vais avec mes amies à la maison des jeunes; je marche dehors. J'aime ça être dehors pour prendre l'air. Ça arrive souvent que je prends des marches avec mes amies; on parle de toutes sortes de choses là.»(S-H; non sportive)

«L'été je fais souvent des randonnées en bicycle parce que faire du bicycle c'est ce que j'aime le plus. Je vais souvent à Montréal en bicycle pis à Lavaltrie voir mes amies. Je fais du bicycle mais je ne suis pas sportive. Mais il faut que tu te déplaces, ça fait que tu prends ton bicycle. Parce que les parents l'été ils travaillent; ils n'ont pas les même congés ue nous-autres; ça fait que quand tu veux te déplacer, tu prends ton bicycle ou tes patins.» (F-L; non sportive)

«Je fais du bicycle pour me déplacer, pour le fun. Moi j'habite à Vaudreuil-sur-le-lac; quand je veux aller voir mes amies à Hudson ou à St-Lazarre, ben je prends mon bicycle. Mais je ne pars pas en bicycle juste pour faire du bicycle.» (VA; non sportive)

Il ressort donc de nos données que ni les sportives ni les non sportives ne conçoivent la pratique sportive en terme des bénéfices pour la santé. Pour les sportives, «faire du sport» signifie notamment «pouvoir rester mince» et «se faire des amis»; pour les non sportives, cela signifie plutôt «risque de développer de gros muscles», «compétition», et éventuellement «humiliation». Par ailleurs, les non sportives s'adonnent à des activités physiques, mais ces activités remplissent

principalement un rôle instrumental et ne sont pas faites dans une perspective de mise en forme ou de bénéfiques pour la santé.

4.4 Influence de l'environnement social

4.4.1 Les parents

L'influence des parents sur la pratique sportive de leur enfant à l'adolescence peut se manifester de trois façons principales : (1) par le fait qu'ils sont eux-mêmes sportifs et qu'ils ont entretenu, depuis le plus jeune âge, la pratique sportive chez leur jeune; (2) par le fait qu'ils l'encouragent, verbalement ou par diverses formes d'appui, à s'impliquer dans le sport; et (3) par le fait qu'ils s'adonnent à des activités sportives avec leur adolescente. Comme nous l'avons vu dans la recension des écrits, la pratique sportive des adolescents est statistiquement associée à la pratique sportive des parents, ce qui suggère une influence parentale; toutefois, il importe de repérer les processus et mécanismes à travers lesquels se transmet le goût de faire du sport. En ce qui a trait à la première manifestation de l'influence, la tendance majeure de nos données, même si non quantitatives, vient corroborer l'association statistiquement observée : les sportives ont davantage de parents pratiquant des activités sportives que les non sportives et elles ont été initiées jeunes par leurs parents, et souvent le père a joué un rôle non négligeable :

«Moi je pense que c'est mon père qui m'a amenée à faire du sport. Mes parents m'ont initiée super jeune; mon père il s'occupait de la balle molle dans ma ville, ça fait que il m'a initiée à la balle molle j'avais peut-être 3 ans. Pis je faisais du ski, j'avais 3 ans là» (VA; sportive)

«Moi aussi c'est mes parents qui m'ont amenée à faire du sport. Aussitôt que mes parents m'ont eu. mMon père il jouait au football pis moi j'allais le voir jouer pis je jouais dehors au hockey, pis ma mère elle jouait au ballon balai pis à la balle molle, ça fait que à force d'aller les voir jouer, ben j'ai commencé à trouver ça le fun pis j'ai commencé à jouer à la balle molle dans des ligue, pis à la ringuette, pis après ça j'ai continué pis je ne serais pas capable d'arrêter.» (VA; sportive)

Il est à noter que les parents sportifs viennent davantage des milieux aisé et favorisé que du milieu défavorisé. Ceci est indicateur autant du facteur culturel que du facteur économique distinctif de ces différents milieux.

Toutefois, il s'avère intéressant et intrigant de constater que certaines adolescentes sportives ont des parents non sportifs et inversement. Ceci suggère que l'influence parentale, si importante soit-elle, n'est pas exclusive dans le processus de socialisation vers le sport et cette influence est peut-être encore plus mitigée au moment de l'adolescence où le cercle restreint d'ami(e)s devient prioritaire.

En ce qui a trait à la deuxième forme d'influence, peu de jeunes sportives ont mentionné recevoir des encouragements verbaux significatifs de la part de leurs parents et aucune non sportive n'a indiqué être verbalement incitée par ses parents à faire du sport. Les encouragements sont plus ou moins prononcés ou se présentent même comme des commentaires négatifs tel le cas de ces jeunes sportives du milieu défavorisé :

«Moi mon père il commence à chialer parce qu'on rentre tard; les jours de la semaine je ne suis jamais là, on fini trop tard et pis là il se plaint parce qu'il faut qu'il fasse deux repas puis trois repas par soir là à cause qu'on rentre tous à des heures différentes.» (S-H; sportive)

«Moi j'ai commencé à faire du sport au début de secondaire 3, pis ma mère est contente que j'aime ça; elle ne se plaint pas parce que je ne suis pas là pour me chicaner avec mes frères.» (S-H; sportive)

Enfin, en ce qui a trait à la troisième forme d'influence, soit la pratique sportive en famille, elle semble très peu présente à l'adolescence. Plusieurs facteurs peuvent expliquer cette situation; toutefois, il semble que, chez les adolescentes (et aussi chez les adolescents), l'affirmation de son identité passe par la distanciation de la famille. Ainsi, les jeunes qui ont des parents sportifs ont affirmé ne pas être intéressée à faire du sport en famille : *«Ce n'est pas le fun. J'aime mieux être avec mes amies.»* Nos données confirment ainsi, qu'à l'adolescence, les parents ont un impact relativement faible sur la pratique sportive de leur jeune. S'il y a une influence, c'est très tôt dans l'enfance qu'elle doit se manifester.

4.4.2 L'ami

Autant en ce qui a trait à la pratique de l'activité physique qu'en ce qui a trait à la consommation de tabac, les adolescentes de secondaire 3 que nous avons rencontrées montrent une certaine résistance face aux pressions que voudraient exercer un partenaire potentiel. Afin de mieux cerner l'influence possible de l'ami²,

² Nous sommes conscientes du biais hétérosexiste de cette stratégie; toutefois, nous croyons que l'orientation sexuelle est encore un sujet tabou chez les adolescents et que la présentation d'une situation hypothétique renvoyant à une relation homosexuelle aurait pu engendrer un malaise au sein du groupe et diverger de la problématique à l'étude.

nous avons présenté diverses situations hypothétiques en termes simples avec des références à leur vie quotidienne. Par exemple, nous avons demandé aux non sportives de nous dire si elles considéreraient s'impliquer davantage en sport si un garçon «qu'elles trouvent vraiment de leur goût» et avec qui elles «rêveraient de sortir» leur disait «qu'il aime mieux les filles qui font du sport car il les trouve plus musclées et plus attirantes». De façon réciproque, pour les sportives, nous avons demandé si elles diminueraient leur implication sportive si leur ami leur demandait d'arrêter de faire du sport collectif parce qu'il trouve ça «enfantin» et «qu'ils ont de la difficulté à se voir en raison des pratiques». Nous avons été surprises de constater que les réactions vont presque toutes dans le même sens : résistance à la pression externe même si elle vient d'un individu convoité.

«Moi je lui dirais «excuse moi mais tu me prends comme je suis, pis si tu veux faire du sport c'est ton droit à toi. Moi j'aime pas ça. C'est mon droit. Si tu ne l'acceptes pas, ben ça pourra pas marcher» (S-H; non sportive)

«Je lui dirais «si tu n'es pas content, va voir ailleurs; tu me prends comme je suis parce que je ne change pas pour un gars». Moi je m'aime comme je suis.» (F-L; non sportive)

«Moi je le flusherais. En tout cas je lui dirais «toi tu penses ça, mais ça veut pas dire que c'est comme ça pour tout le monde», le sport c'est pas «bébé», pis si tu n'es pas content, ben dégage!» (S-H; sportive)

Cette expression d'indépendance est également apparue lorsque nous avons présenté des situations hypothétiques analogues mais visant la consommation de tabac. Les adolescentes qui fument (plus nombreuses chez les non sportives que

chez les sportives) ont affirmé, parfois sans ambages, qu'elles n'arrêteraient pas de fumer même si leur «copain» le leur demandait; elles le respecteraient en ne fumant pas dans sa maison ou dans sa chambre par exemple, ou encore en fumant moins quand ils sont ensemble, mais elles n'arrêteraient probablement pas.

«Moi je me suis déjà fait reprocher de fumer par mon chum. Mais là j'y ai pensé pis je me suis dit faut qu'il me prenne comme je suis s'il m'aime. C'est sûr que ça dépend. Si tu l'aimes full gros là pis toute, ça me ferait peut-être réfléchir.» (F-L; non sportive)

Une d'entre elles a même mentionné que la pression exercée par son ami l'irritait au point d'avoir l'effet contraire :

«Ce qui me stress, c'est que mon chum il est tout le temps là :«arrête de fumer, arrête de fumer». Ça fait que là je me dis «pour qui se prend-il! Je vais arrêter quand je vais vouloir.» (S-H; non sportive)

Certaines ont souligné le fait que les gens qui fument se tiennent ensemble et inversement. Ceci s'applique également à l'activité physique. Nos données suggèrent donc que c'est davantage le désir d'appartenir à un groupe donné qui aura une influence sur l'adoption d'un comportement, plutôt que des personnes en particulier. Si une adolescente veut se joindre à un groupe, y être acceptée, elle devra adopter leur comportement.

Nous sommes toutefois conscientes que la présence de collègues et la volonté de donner l'image d'une personne indépendante aient pu biaiser les réactions des adolescentes en faveur d'une expression de résistance face à l'influence de l'autre

sexe. Il est aussi possible qu'une telle réaction soit authentique à cet âge (14-15 ans), mais qu'elle soit différente à la fin du secondaire notamment. Ceci mériterait d'être vérifié auprès d'un échantillon plus large que celui-ci.

4.4.3 Les amies

Il importe de souligner dès le départ que les amies ciblées par l'étude ne renvoient pas aux pairs en général, i.e. les jeunes du même groupe d'âge considérés dans leur ensemble, mais plutôt aux amies **proches**. Le lien affectif qui existe entre des ami(e)s proches chez les enfants et les adolescents a depuis longtemps été attesté, tant dans la littérature que dans la vie quotidienne. Hey et Oakley (1997) en ont montré l'importance toute particulièrement chez les jeunes filles. En ce qui nous concerne, il s'agissait d'évaluer l'influence potentielle des amies proches, celles qu'on appelle parfois les «inséparables», en matière de pratique d'activités physiques et sportives. Les opinions et attitudes exprimées par les adolescentes lors des rencontres attestent l'influence centrale des amies proches. Ainsi l'attestent des sportives dont les parents ne sont pas sportifs :

«Moi je me tenais avec deux filles qui jouaient au soccer quand j'étais jeune pis à un moment donné, j'ai dit à ma mère que je voulais jouer à cause de mes amies. Depuis de temps-là je n'ai pas arrêté de faire du sport.» (F-L; sportive)

«Moi c'est surtout à cause de mon frère que j'ai commencé à faire du sport; il jouait au hockey, faique j'ai joué au hockey. Mais là j'ai changé pour la ringuette parce que c'est plus le fun; mes amies, elles jouaient à la ringuette, ça fait que j'ai changé pour ça.» (F-L; sportive)

Pour évaluer l'influence potentielle des amies auprès des non sportives, nous leur présentions une situation hypothétique où une de leurs amies proches leur proposait de venir faire du sport en sa compagnie. La majorité des réactions ressemblaient à celles-ci :

«Moi j'avoue que je suis comme ça, si j'ai une de mes amies qui embarque, je vais plus être portée à y aller, sinon c'est pas aussi le fun.» (F-L; non sportive)

«J'irais peut-être essayer, mais si je n'aime pas ça je le dirais à mon amie et je lâcherais. Si tu hais ça pour mourir tu y vas pu même si c'est ta meilleure amie qui t'a amenée; mais si t'aime ça un peu, c'est OK, tu vas peut-être rester.» (S-H; non sportive)

Comme on peut le constater, d'autres facteurs, tels le type de sport, la compétence dans ce sport, l'attitude du groupe, entrent en jeu et l'effet d'entraînement de l'amie peut s'en trouver diminué ou même annulé :

«J'essaierais mais je ne suis pas sûre si je resterais dans le sport. Ça dépend de l'équipe au complet, de comment ils t'acceptent pis de comment ils vont te prendre. Si c'est pas ta gang, c'est moins le fun, tu peux être rejetée. » (VA; non sportive)

Le problème vient toutefois du fait que très peu de non sportives ont des amies proches qui sont sportives; ce qui était prévisible. Bien qu'il y ait une certaine mobilité entre les groupes d'amies, les groupes semblent passablement fermés (comme nous le verrons plus loin) et fondé sur les affinités de goûts, de comportements et de styles. Il y a une espèce d'homogénéité ou de similitude dans

les pratiques des amies proches ou des groupes d'amies : la plupart des adolescentes non sportives n'ont pas d'amies proches qui s'adonnent au sport organisé; et réciproquement, les adolescentes sportives ont des amies proches qui sont sportives. Les jeunes paraissent très conscientes du clivage entre les groupes :

«Il y a peut-être que vu qu'elles [les non sportives] n'ont pas commencé jeune elles sont moins bonnes que nous-autres; pis là elles aimeraient ça embarquer dans une équipe, mais vu qu'on a beaucoup plus d'expérience, ben elles veulent pas embarquer. Elles sont peut-être gênées; elles veulent pas être moins bonnes; mais aussi, ben les filles qui font du sport, elles se tiennent ensemble pis les filles qui font pas de sport elles se tiennent ensemble, faique la fille si elle veut embarquer dans l'équipe ben elle ne connaît personne, faique ce n'est pas ben ben le fun.» (F-L; sportive)

Étant donné que le programme *Voltage* de Kino-Québec vise la formation de jeunes leaders pour encourager la pratique sportive, nous avons voulu vérifier si elles auraient une réaction positive devant l'invitation à venir faire du sport provenant d'autres filles que leurs amies proches, par exemple des filles sportives perçues comme des leaders dans l'école. La réaction apparaît ici beaucoup plus mitigée :

«Peut-être. Ça dépend; ça ne me tente pas de me faire humilier. Si ils ont l'air intéressées que je sois là, OK. Mais j'hésiterais peut-être aussi parce que je ne les connais pas. Je ne sais pas comment ils vont réagir si je ne suis pas bonne.» (S-H; non sportive)

«Si ce n'est pas du monde de ma gang, j'irais probablement pas; c'est moins le fun pis tu peux être rejetée.» (F-L; non sportive)

Il ressort donc que l'incitation des amies proches constitue un facteur nécessaire (mais non suffisant) pour inciter les non sportives à s'impliquer dans le sport. Toutefois, l'attrait pour le sport visé et l'attitude plus ou moins réceptive des autres membres de l'équipe (dans le cas de sports d'équipe) constituent une combinaison de facteurs indissociables du premier.

Nous avons enfin demandé aux sportives si elles avaient déjà tenté d'inciter des amies non sportives à faire du sport avec elles. Il est ressorti que les tentatives ont rarement été fructueuses :

«Moi quand j'étais en secondaire 1, j'avais dit à ma meilleure amie «vient on va faire le camp d'entraînement de basket»; mais elle a pas continué. Là je ne me tiens plus avec elle. Elle est toujours dehors pis elle fume. Moi j'ai changé de gang maintenant, je me tiens avec mes amies qui jouent au basket. Je pense que ça dépend avec qui tu te tiens. C'est tout le temps l'autre qui va influencer l'autre à faire quelque chose» (VA; sportive).

L'appartenance ou l'identification à un groupe, ou en terme populaire, à une *gang*, ainsi que le clivage qui existe entre les diverses *gangs* d'une collectivité d'adolescents, ressortent finalement comme les facteurs ultimes qui limitent les efforts de modifications de comportements par des facteurs externes. C'est ce que nous discuterons plus loin.

4.5 Le vécu dans le cours d'éducation physique

Un dernier point saillant des résultats porte sur l'influence du vécu dans le cours d'éducation physique sur leur disposition à faire du sport dans leur temps libre.

D'une part il ressort que le contenu des cours d'éducation physique n'a pas véritablement réussi à susciter leur goût pour le sport et l'activité physique en raison du contenu jugé traditionnel, répétitif ainsi qu'axé sur la technique et la performance. D'années en années ce sont sensiblement les mêmes sports qui reviennent et l'application stricte des règlements semble enlever la dimension jeu et plaisir que les adolescentes auraient préféré retrouver.

«Moi jusqu'en 6^e année, j'aimais ça les cours d'éduc, à part le hockey cosom, ça j'haïssais ça. Mais rendue au secondaire je ne sais pas, les cours devenaient de plus en plus plates, super compétitifs, ça faique j'ai décroché.» (F-L; non sportive)

Même certaines adolescentes sportives ont signifié une appréciation peu positive du cours d'éducation physique :

«J'aime pas ça le cours d'éduc. Bien ça dépend du prof. Lui il ne fait pas ça pour s'amuser, c'est sa job. Il faut qu'il nous montre les règlements pis la technique. En plus on joue toujours aux mêmes jeux plates. Moi je n'aime pas ça vraiment le cours parce que je me sens toujours évaluée pis je pense seulement à ne pas faire d'erreurs.» (S-H; sportive)

D'autre part, la dynamique au sein de la classe semble voir un effet démobilisant sur certaines d'entre elles :

«Pour faire les équipes c'est quelqu'un qui choisit et parfois tu peux être assise en train d'attendre c'est qui qui va être choisi et il choisit les plus forts alors les plus faibles restent dans une équipe et c'est les autres qui gagnent.» (S-H; non sportive)

«Il y en a des filles qui vont comprendre que toi t'es pas habituée, même si eux-autres sont bonnes. Mais il y en a d'autres qui disent «ah toi t'es pas bonne, moi j'suis bonne», pis là elles se pensent fraîches au bout parce qu'eux-autres sont capables pis toi tu n'es pas capable, elles essaient de te rabaisser.» (S-H; non sportive)

«Moi dans mon cours, il y en a un qui est fraichier, je le rentrerais dans le mur là! Il est du style «regardez-moi, je suis sportif». Il y en a d'autres sportifs qui sont bien corrects; ils viennent te dire proche si tu fais quelque chose de pas correct, mais lui il crie «Aie, regardez-la, elle fait des niaiseries». Tsé, qu'est-ce que tu veux faire. Après, moi je m'en vais m'asseoir sur le banc.» (F-L; non sportive)

Il semble que la dynamique de différenciation entre les jeunes se cristallise via les interactions dans les cours d'éducation physique. Ces derniers deviennent des lieux de construction, de renforcement ou de manifestations concrètes des tensions entre des *gangs*. À l'évidence, les cours d'éducation physique vont permettre aux adolescentes ayant des habiletés sportives de se construire une identité positive; inversement celles qui n'ont pas pu acquérir des habiletés de base s'y sentent dévaluées et réagissent souvent en manifestant un dédain ou une distanciation face au groupe dominant dans cette sphère.

Enfin, il est apparu que les jeunes attribuent au cours d'éducation physique des fonctions bien différentes de celles formulées dans le programme du Ministère. Ainsi, lorsqu'on leur demande à quoi sert le cours d'éducation physique, les réponses sont vagues et parfois surprenantes :

«Moi je pense que l'éduc c'est là pour apprendre les règlements des sports. Si par exemple je regarde les Jeux Olympiques à la télé pis

que je n'ai jamais vu ce sport-là, ben tu ne sais pas c'est quoi. Mais si tu as joué à ça dans ton cours d'éduc, ben là tu sais c'est quoi les règlements. Mais c'est aussi pour nous décontracter, on a full cours assis, alors c'est pour nous délasser.» (VA; non sportive)

Manifestement le cours d'éducation physique ne semble pas rejoindre l'objectif d'inciter les jeunes à la pratique sportive dans leur temps libre, si ce n'est pour les jeunes qui ont déjà acquis des habiletés. En outre, en raison du fait qu'il met constamment les jeunes en interaction et qu'il comporte une évaluation comparative des performances, il peut contribuer à la différenciation des jeunes entre eux sur la base de leurs habiletés physiques et éventuellement au renforcement des tensions entre les *gangs*. Le professeur d'éducation physique a donc un rôle crucial à jouer dans la neutralisation de cette dynamique sociale. Il ne fut d'ailleurs pas surprenant de constater que la satisfaction face au cours d'éducation physique variait grandement en fonction de l'enseignant.

5. DISCUSSION DES RÉSULTATS

5.1 Construction de l'identité

L'examen des témoignages, opinions, conceptions et jugements exprimés par les adolescentes non sportives lors des groupes de discussion nous amènent à croire que le désintérêt face à la pratique sportive organisée est intimement liée au processus de construction de l'identité. En effet, les divers points saillants précédemment exposés convergent vers la mise en exergue de ce processus. D'une part, le rejet des contraintes horaires, la volonté d'exploiter les possibilités de la liberté d'action à laquelle elles ont maintenant accès, ainsi que l'attrait pour les nouvelles activités et les expériences inédites renvoient à une volonté de rupture avec leur vécu de pré-adolescente : elles veulent avoir la liberté de choisir et que ce choix reflète une identité propre, celle d'une personne autonome en voie de devenir adulte. Le sport organisé représente pour elles exactement l'inverse, soit l'impossibilité de modifier un horaire programmé, le maintien de la soumission à l'autorité des adultes et la continuation des activités passées. D'autre part, la crainte du jugement négatif face à ses performances sportives, l'importance d'avoir des ami(e)s, d'être acceptées et appréciées traduisent une aspiration à la reconnaissance de leur « valeur » par autrui, cette reconnaissance étant déterminante de l'estime de soi. Or les non sportives ont en général connu des expériences sportives relativement négatives; il est compréhensible qu'elles chercheront un autre créneau susceptible de leur fournir la valorisation essentielle à la construction d'une identité positive. Plus encore, la sensibilité exacerbée de l'adolescente face à l'image

qu'elle projette et face à l'appréciation par les autres vont parfois faire en sorte qu'elles ne se risqueront même pas à «essayer» : au-delà de leur image, c'est leur identité propre qui est en jeu. Seule la garantie du support social d'une amie proche pourra les amener à se risquer à s'adonner à nouveau à une pratique sportive.

Inversement, le sport sert de site de construction d'une identité positive pour les adolescentes dont l'environnement a permis une initiation précoce au sport, laquelle, par comparaison à celles qui n'ont pas eu cette possibilité, leur donne un avantage distinctif qu'elles peuvent exploiter à l'adolescence. L'appréciation de leurs habiletés par les autres, les profits qu'elles retirent de leur sportivité au plan de l'apparence (rester mince), la valorisation qu'elles retirent de leur performance, notamment auprès des garçons sportifs, participent tous à la construction d'une identité positive.

Par ailleurs, la construction de l'identité ne se fait pas en «vase clos»; c'est un processus profondément social et culturel. À cet égard, les groupes d'amies ou les styles *in* proposés dans les médias vont jouer un rôle prépondérant. En effet, les adolescentes éprouvent le besoin de s'identifier à un style et d'appartenir à un groupe, ce qu'elles appellent couramment une *gang*.

5.2 La dynamique sociale des *gangs*

Plusieurs anecdotes et jugements des adolescentes en réaction aux situations hypothétiques qui leur étaient présentées nous ont amenées à repérer l'existence d'une dynamique sociale marquée par des antagonismes chez les adolescentes et adolescents. Ainsi les jeunes se classent entre eux selon des styles ou des *gangs* qui se distinguent par divers éléments dont l'habillement, les coiffures, les attitudes

en groupe, les pratiques de loisir, les dispositions scolaires, etc. Ces *gangs* sont parfois désignées par des noms qui comportent par ailleurs une forte connotation; ces noms semblent varier selon les milieux. On a noté entre autres les «veg», les «granos», les «preppy», les «sportives», les «fonds de bouteilles», les «nerds», les «normals», les «hauts», les «wanabe», les «légumes» et les «rejets». Or ces styles ou groupes ne semblent pas se mêler; si une personne s'identifie, ou est identifiée, à un groupe, elle en adoptera les traits distinctifs, et l'adoption de traits propres à un autre groupe sera d'une certaine manière socialement sanctionnée.

À travers les récits des adolescentes nous avons pu identifier deux processus importants : 1) un processus d'identification graduelle à une *gang* distinctive et à ses pratiques (ce groupe va constituer le cercle d'amies avec lequel l'adolescente va se tenir), et 2) un processus de différenciation, et même parfois d'opposition manifeste ou de rejet, des autres *gangs* et de leurs pratiques caractéristiques. Une adolescente nous en a donné une version éloquente :

«Ce qu'il faut que tu comprennes là c'est que dans une école..., je vais te donner un exemple : mettons qu'on est trois meilleures chums pis on décide d'aller faire de l'aérobic. Ben les trois plus hautes [gang de secondaire cinq], si elles décident que l'aérobic c'est de la marde, ben là tu te fais blaster toute l'année parce que tu fais de l'aérobic; pis ça, ça t'écoeure. Pis là ben parce qu'elle est plus haute ben tu peux pas te permettre de porter un jugement contre elle, parce que tu sais pas si à 2h30 tu vas te faire casser la gueule» (VA; non sportive).

Cet extrait donne un aperçu des rapports tendus qui peuvent exister entre des *gangs* au sein d'une même polyvalente. Pour bien comprendre la logique sociale des adolescentes et adolescents, il faut la remettre en contexte, soit celui des écoles polyvalentes. Rappelons que les polyvalentes accueillent un nombre considérable (souvent quelques milliers) de jeunes de 12 à 18 ans provenant des écoles primaires (de taille beaucoup plus réduite) pour les études de niveau secondaire. Or les jeunes n'ont pas été habitués à vivre dans une collectivité de personnes aussi populeuse; tout se passe comme si, pour sortir de l'anonymat et se doter de points de référence, les jeunes s'identifiaient à un groupe restreint ayant des traits particuliers et distinctifs. C'est en interaction avec les ami(e)s de sa *gang* que l'adolescente construit son identité, adopte des pratiques, des habitudes de vie et une vision du monde. Les activités de loisir seront pratiquées avec leur *gang*, elles seront différentes des autres et s'afficheront comme telles.

Le clivage et les rapports de force existant dans une école entre les différentes *gangs* pourraient expliquer en partie l'inefficacité relative d'un programme tel *Voltage* qui vise à exploiter le leadership des sportives pour promouvoir la pratique du sport. Sur la base de nos données, il semble peu probable que les adolescentes ne s'identifiant pas au groupe des sportives soient réceptives à la promotion faite par ces dernières. En réaction à la situation hypothétique que nous leur présentions d'une sportive les invitant à se joindre à elle pour s'initier à un sport, la réaction dominante des non sportives ressemblait à ceci :

«Je ne suis pas sûre que j'irais...peut-être que oui, mais juste si elles ne me font pas chier parce que je ne suis pas bonne». (S-H; non sportive)

«Si elles [les sportives] nous disent «toi tu n'es pas capable de faire du sport, ben viens essayer», si elle me dit ça, je n'irais jamais! Qu'elle aille faire son sport elle-même, parce que si elle me dit ça, elle va avoir des problèmes.» (S-H; non sportive).

Les résultats suggèrent que, pour optimiser leurs interventions, les intervenants dans le domaine du sport, de l'activité physique et de la santé auraient avantage à tenir compte de la dynamique sociale des *gangs* qui semble caractéristique de la culture adolescente contemporaine. Si l'approche par «leaders» du même groupe d'âge est privilégiée, il serait peut-être souhaitable d'utiliser les leaders des différents groupes ou *gangs* existant dans le milieu, et de proposer des activités physiques et sportives différentes, compatibles avec le «style» propre à chaque groupe. En d'autres termes, il faudrait pouvoir donner différents «visages» au sport. Il apparaît clairement que les sports traditionnels proposés ont peu de chance de plaire à toutes indistinctement, sur la seule base du plaisir à faire du sport.

5.3 Place de la santé dans les préoccupations des adolescentes

Les résultats suggèrent que la santé occupe une place négligeable dans les préoccupations de adolescentes. Nous avons vu que si elles s'adonnent à des activités sportives, ce n'est pas pour les bénéfices-santé qu'elles vont en retirer. Elles disent que «ça les tient en forme», mais ceci est perçu comme une incidence et

ne constitue pas un objectif. Quant à celles qui n'en font pas, elles estiment être *«bien telles qu'elles sont»*.

Les discussions relatives à la consommation de tabac ont permis de confirmer la faible importance que les adolescentes accordent à la santé. Celles qui fument affirment que ce n'est pas grave et justifient leur habitude par divers arguments de sens commun pour nier les effets nocifs du tabac sur la santé :

«Il y en a qui disent que tu vas mourir du cancer des poumons, sauf que, je m'excuse mais moi, ma grand-mère, mon grand-père, mon oncle et ma tante sont morts du cancer du poumon pis ils n'ont jamais fumé une cigarette, ça fait que je ne crois pas à ça moi.»
(F-L; non sportive)

Les publicités anti-tabac paraissent en outre avoir peu d'impact sur elles. Étant donné que la consommation de cigarette constitue une pratique déterminante pour avoir l'air *cool* et qu'elle sert éventuellement de manifestation d'opposition à l'autorité des adultes et à la norme dominante, les effets nocifs de la cigarette passent vite au second rang. Il importe de mentionner au passage que, dans aucun des groupes rencontrés, l'activité physique ne fut perçue comme une stratégie pour cesser de fumer : pour elles *«Ça pas rapp»*. Cette stratégie semble davantage faire partie de la logique sociale des adultes pour qui fumer n'a pas la même signification et qui se mettent à faire l'activité physique pour éviter la prise de poids qui accompagne souvent la cessation de fumer.

Par ailleurs, celles qui ne fument pas ne le font pas par crainte des problèmes de santé mais plutôt parce qu'elles n'en aiment ni l'odeur ni le goût : *«Moi j'ai essayé*

une fois, pis j'ai pas trouvé ça bon. Je trouve que ça sert pas à grand chose pis ça pu; ton linge pis tes doigts puent quand tu fumes». (VA; sportive)

Enfin, les témoignages des adolescentes indiquent que la plupart d'entre elles ont l'impression d'être en bonne santé. Elles semblent avoir de la difficulté à imaginer les effets à long terme de la sédentarité sur leur santé. La santé s'avère un concept trop flou et abstrait pour les adolescentes. Elles ont du mal à se représenter les incidences concrètes non perceptibles dans l'immédiat de ce concept abstrait sur leur vécu.

La discussion des résultats permet de ressortir les incidences potentielles que peuvent avoir les résultats de notre recherche sur l'intervention auprès des adolescents. On pourrait avancer les suivantes :

- Les chances de succès dans le maintien de la participation aux activités physiques et sportives organisées seraient augmentées si l'on proposait aux adolescentes des contenus ou des formats nouveaux, jumelés à des activités sociales.
- Il semble qu'il y ait très peu d'activités physiques non compétitives ou libres offertes aux adolescentes en milieu scolaire. Il serait peut-être intéressant d'explorer la mise en place d'activités physiques et sportives non compétitives où l'objectif premier serait d'avoir du plaisir ou de s'amuser avec sa «gang» d'amies tout en étant actives.
- Il serait peut être fructueux d'expérimenter des activités ouvertes (i.e. possibilité de participer «à la pièce»). Si ce type d'activités existe au niveau municipal, le

«marketing» ne semble pas avoir rejoint les adolescentes. Il y aurait lieu de dresser un portrait des programmes du milieu municipal en matière d'activités physiques de loisir (non compétitives) spécifiques pour les adolescentes et de voir en quelle mesure ils rejoignent les goûts des adolescentes.

- L'influence qu'exerce le «chum» sur l'adolescente (du moins à l'âge des jeunes de l'étude, soit 14-15 ans) semble assez limitée en ce qui concerne les changements de comportement en matière d'activités physiques. Toutefois ceci ne peut être présumé valable pour les jeunes filles plus âgées.
- L'utilisation d'un groupe en particulier (comme les sportives par exemple) à titre de *leader* pour inciter d'autres «gangs» à être actives risque d'avoir peu de chances de succès compte tenu de l'apparent clivage entre les «gangs». Si l'approche par *leader* du même groupe d'âge est privilégiée, il serait peut-être souhaitable d'utiliser les *leaders* des différents groupes (ou «gangs») existant dans le milieu et de proposer des activités physiques différentes, compatibles avec le «style» auquel s'identifie chacun de ces groupes.
- Davantage de ressources devraient être consacrées à la sensibilisation, à la promotion et aux mesures incitatives dans les milieux défavorisés afin de compenser pour l'absence d'incitation des parents; en outre, des mesures compensatoires devraient viser les jeunes de niveau primaire.
- Dans le cadre du «virage santé» qui s'amorce dans les cours d'éducation physique, il faudrait s'assurer que les besoins et la culture spécifiques des adolescentes soient pris en compte.

6. CONCLUSION

Cette recherche a consisté en une étude-pilote dont l'objectif général était d'explorer la vision du monde des adolescentes ainsi que la dynamique sociale qui anime leur vécu afin de mieux comprendre pourquoi une part importante d'entre elles diminuent leur pratique d'activités physiques et sportives, ou quittent le sport organisé, alors que certaines la maintiennent. De façon plus spécifique, nous voulions mieux cerner la signification qu'elles accordent au sport et à l'activité physique, mieux saisir la force d'influence de leur environnement social et éventuellement du cours d'éducation physique et mieux comprendre les processus sociaux qui les incitent au désengagement.

La méthode des groupes de discussion (*focus groups*) fut privilégiée car il s'agissait d'approfondir des processus qui sont difficilement mesurables par des questionnaires et parce que la dynamique qui s'instaure dans un groupe de discussion permet de pousser plus à fond les logiques sous-jacentes aux comportements des jeunes. L'adaptation de cette méthode à la clientèle particulière des adolescentes a constitué un objectif méthodologique venant se greffer aux objectifs théoriques de l'étude-pilote. L'essai de différents formats nous amène à conclure qu'il est préférable de constituer des groupes de cinq personnes; moins de cinq ne permettant pas d'obtenir une véritable diversité de points de vue et plus de cinq limitant le tour à la parole de chacune sur les divers thèmes discutés et ce, à l'intérieur du temps alloué. En outre, il est souhaitable que les personnes sélectionnées ne soient pas des amies proches car elles ont tendance à exprimer le

même point de vue. Au plan des stratégies de discussion, il est apparu que la présentation de situations hypothétiques et d'opinions opposées aux leurs s'avéraient fructueuses pour susciter des témoignages mettant en lumière leurs valeurs et leur logique. Enfin, la présence de deux animatrices s'est avérée un atout pour assurer la perception des signes non-verbaux de toutes les participantes simultanément et pour pouvoir leur donner suite dans la discussion.

Les groupes de discussion ont été effectués avec des adolescentes de secondaire 3 dans trois polyvalentes situées dans des milieux socio-économiques différents afin de repérer d'éventuelles particularités : un milieu populaire, un milieu socio-économiquement moyen et un milieu aisé. Nous avons bénéficié de l'aide des professeurs d'éducation physique pour constituer les groupes; ces derniers devaient par ailleurs observer les consignes du devis de recherche. Dans chaque polyvalente nous avons rencontré deux groupes d'adolescentes divisés selon leur implication ou non dans une activité sportive organisée par l'école ou par la municipalité. Pour les fins du rapport nous les avons identifiées «les sportives» et les «non sportives». Un total de 34 adolescentes de secondaire 3 ont participé à l'étude. Au terme de cette recherche, nous pouvons affirmer que cette méthode s'avère des plus appropriées et fructueuses lorsque l'on veut approfondir une problématique auprès d'adolescentes et lorsque l'on veut mieux comprendre une dynamique et des processus sociaux.

Deux arguments majeurs ont été mis de l'avant par les non sportives pour expliquer leur désintérêt face à la pratique sportive organisée. D'une part elles ne veulent plus se soumettre aux contraintes horaires imposées par la pratique ni à

l'autorité des adultes qui en gèrent le fonctionnement; leurs témoignages suggèrent que l'engagement dans le sport organisé entre en conflit avec leur désir d'exploiter les nouvelles libertés d'action et la relative autonomie dont elles jouissent à l'adolescence. D'autre part le caractère traditionnel des activités sportives proposées, le plus souvent identiques à celles enseignées dans les cours d'éducation physique, s'avère peu en harmonie avec leur attrait pour la nouveauté et le changement. Les adolescentes affirment vouloir vivre de nouvelles expériences tant au plan sportif que social. Constamment exposées au marketing de nos sociétés de consommation, elles sont davantage attirées par des activités *in* qui se retrouvent toutefois peu fréquemment dans les programmes offerts aux jeunes.

En ce qui a trait à la signification que les adolescentes accordent à la pratique sportive, ni les sportives ni les non sportives ne la conçoivent en terme de bénéfices pour la santé. Pour les sportives, «faire du sport» signifie notamment «pouvoir rester mince» et «se faire des amis»; pour les non sportives, cela signifie plutôt «risque de développer de gros muscles», «compétition», et éventuellement «humiliation». Par ailleurs, les non sportives s'adonnent à des activités physiques, mais ces activités remplissent principalement un rôle instrumental et ne sont pas faites dans une perspective de mise en forme ou de bénéfices pour la santé.

Pour ce qui est de l'influence de l'environnement social, trois types d'acteurs clés ont été considérés : les parents, l'ami (ou un *chum* hypothétique) et les amies proches. L'influence des parents ressort comme ayant été prépondérante dans la jeune enfance, au moment de l'initiation à la pratique. À cet égard, les résultats

confirment en partie la littérature sur cette question en ce sens qu'il existe une association importante entre le fait d'avoir des parents régulièrement actifs et le fait pour une adolescente de s'adonner au sport organisé. Toutefois, l'influence des parents sur la pratique actuelle des adolescentes est apparue comme négligeable. Les jeunes affirment vouloir faire des activités en dehors du cercle familial et elles sont relativement réfractaires aux pressions des parents. Nous avons en outre constaté que certaines jeunes sont sportives alors que leurs parents ne le sont pas. Il y a donc lieu de croire que la relation d'influence n'est pas systématique.

Le partenaire potentiel ou actuel ne semble pas avoir une influence significative sur deux habitudes de vie ciblées, soit la pratique d'activités physiques et la consommation de tabac. Les adolescentes rencontrées ont manifesté des réactions indiquant clairement qu'elles ne changeraient pas leur comportement pour «plaire» à un garçon qu'elles convoitent. En fait, l'attrait pour une personne est fortement déterminé par ses affinités au plan des goûts et des pratiques.

Par ailleurs, il est apparu que les amies proches jouent un rôle prépondérant dans la décision de s'adonner à des activités physiques ou sportives. Les adolescentes non sportives affirment être réceptives à l'idée de se joindre à une amie proche qui leur propose de faire une activité physique ou sportive. Toutefois si la présence d'amies proches s'avère un facteur déterminant de l'engagement sportif, il n'est pas suffisant. D'autres facteurs, tels le type de sport, l'habileté de l'adolescente dans ce sport et l'attitude du groupe (dans le cas d'un sport collectif)

entrent aussi en jeu; l'effet d'entraînement de l'amie peut alors s'en trouver diminué ou même annulé.

Les expériences positives ou négatives vécues dans le cours d'éducation physique vont également jouer un rôle important dans la propension des adolescentes à faire du sport. Les cours d'éducation physique permettent aux adolescentes ayant des habiletés sportives de se construire une identité positive; inversement celles qui n'ont pas pu acquérir des habiletés de base s'y sentent dévaluées et réagissent souvent en manifestant un dédain ou une distanciation face aux collègues dominants dans cette sphère. Il est en outre ressorti que la dynamique de différenciation entre les jeunes se cristallise à travers les interactions dans les cours d'éducation physique. Ces derniers deviennent parfois des lieux de construction, de renforcement ou de manifestations concrètes des tensions entre des *gangs*. Le professeur d'éducation physique a donc un rôle crucial à jouer dans la neutralisation de cette dynamique sociale potentiellement négative.

Les faits saillants de l'étude convergent vers l'identification du processus de construction de l'identité comme sous-jacent à la décision de s'engager dans le sport ou non. Les adolescentes qui ne trouvent pas dans le sport un moyen de vivre de nouvelles expériences à travers lesquelles elles peuvent se distinguer, affirmer leur autonomie, se construire une identité positive et reconnue comme telle par l'environnement social sont portées à se désintéresser du sport; inversement les adolescentes qui ont eu la chance de connaître une initiation précoce au sport et qui ont pu développer des habiletés qui les distinguent voient dans le sport un lieu où

elles peuvent s'épanouir; elles y perçoivent des profits sociaux, tels la rencontre de nouveaux ami(e)s et l'appréciation de leur performance, ainsi que des profits au plan de l'apparence corporelle.

Par ailleurs les données de l'étude ont permis de mettre en lumière le rôle déterminant de la dynamique sociale des *gangs*, dynamique marquée par un clivage et des antagonismes parfois marqués. Ainsi les jeunes se classent entre eux selon des styles ou des *gangs* qui se distinguent par divers éléments dont l'habillement, les coiffures, les attitudes en groupe, les pratiques de loisir, les dispositions scolaires, etc. Or ces styles ou groupes ne semblent pas se mêler; si une personne s'identifie, ou est identifiée, à un groupe, elle en adoptera les pratiques ou traits distinctifs, et l'adoption de pratiques ou traits propres à un autre groupe sera d'une certaine manière socialement sanctionnée. Ainsi, la pratique sportive est associée à un style et éventuellement à une *gang*; il devient alors peu probable que les adolescentes s'identifiant à d'autres styles se joignent à elles. Nos données suggèrent que le leadership des sportives se trouve limité par cette dynamique sociale particulière. Si l'approche par *leaders* du même groupe d'âge est privilégiée dans la promotion de l'activité physique, nos résultats suggèrent qu'il serait peut-être souhaitable d'utiliser les *leaders* des différents groupes ou *gangs* existant dans le milieu, et de proposer des activités physiques et sportives différentes, compatibles avec le «style» propre à chaque groupe. Il apparaît clairement que les sports traditionnels actuellement proposés ont peu de chance de plaire à toutes indistinctement, sur la seule base du plaisir à faire du sport.

Enfin, l'étude a confirmé que la santé occupe une place négligeable dans les préoccupations de adolescentes : si elles s'adonnent à des activités sportives, ce n'est pas pour les bénéfices-santé qu'elles vont en retirer. Elles disent que «ça les tient en forme», mais ceci est perçu comme une incidence et ne constitue pas un objectif. Quant à celles qui n'en font pas, elles estiment être «*bien telles qu'elles sont*». Les adolescentes semblent avoir de la difficulté à se représenter les effets à long terme de la sédentarité sur leur santé; la santé s'avère un concept abstrait et les enjeux du présent s'avèrent plus importants que les hypothèses du futur.

Les limites de cette étude tiennent principalement à son caractère exploratoire ou pilote. D'une part l'adaptation progressive dans l'animation des groupes de discussion fait en sorte que tous les groupes de discussion n'ont pu être exploités de façon optimale. D'autre part, le nombre relativement restreint de groupes rencontrés limite le pouvoir de généralisation des présents résultats. Ce nombre restreint de sujets peu en outre expliquer qu'on ait trouvé peu de différences entre les trois milieux socio-économique.

Nous croyons qu'il serait souhaitable de reprendre l'étude en standardisant la méthode des groupes de discussion sur la base des adaptations que nous avons faites et de l'appliquer à un plus grand nombre de groupes sélectionnés sur la base de caractéristiques socio-économiques plus précises. Il serait également souhaitable de limiter le nombre de thèmes abordés afin de pouvoir davantage approfondir ceux retenus.

RÉFÉRENCES

- Aaron, D.J., Dearwater, S.R., Anderson, R., Olsen, T., Kriska, A.M. et Laporte, R. E. (1995). Physical activity and the initiation of high-risk health behaviors in adolescents. *Medecine and Science in Sport and Exercise*, 27 (12), 1639-1645.
- Adler, P.A. et Adler, P. (1998). *Peer Power. Preadolescent Culture and Identity*. New-Brunswick, New-Jersey, London, Rutgers University Press.
- Allison, K.R. et Adlaf, E.M. (1997). Age and sex difference in physical inactivity among Ontario teenagers. *Canadian Journal of Public Health*, 88 (3), 177-180.
- Anderssen, N. (1993). Perception of physical education classes among young adolescents: Do physical education classes provide equal opportunities to all students? *Health Education Research*, 8 (2), 167-179.
- Anderssen, N. et Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63, 341-348.
- Association canadienne pour l'avancement des femmes et du sport (1994). *En mouvement. Accroître la participation des filles et des femmes au sport et à l'activité physique*. Ottawa, ACAFS.
- Aubel, J. (1994). *Guide pour des études utilisant les discussions de groupe*. Genève, Bureau international du travail.

- Aranowski, T., Thompson, W.O., DuRant, R.H., Baranowski, J. et Puhl J. (1993). Observations on physical activity in physical locations: Age, gender, ethnicity and month effects. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64 (2), 127-133.
- Biddle, S. et Goudas, M. (1996). Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *Journal of School Health*, 66, 75-78.
- Boreham, C.A., Twisk, J., Savage, M.J., Cran, G.W. et Strain, J.J. (1997). Physical activity, sport participation, and risk factors in adolescents. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 29 (6), 788-793.
- Birtwistle, G. E. et Brodie, D.A. (1991). Children's attitudes towards activity and perception of physical education. *Health Education Research*, 6 (4), 465-478.
- Bluehardt, M.H. et Shephard, R.J. (1995). Using the extracurricular physical activity program to enhance social skills. *Journal of Learning Disabilities*. 28 (3), 160-169.
- Bourdieu, P. (1979). *La Distinction. Critique sociale du jugement*. Paris, Éditions de Minuit.
- Bungum, T.J. et Vincent, M.L. (1997). Determinants of physical activity among female adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*. 13 (2), 115-122.
- Bynner, J. et Ashford, S. (1992). Teenage careers and leisure lives: An analysis of lifestyles. *Loisir et Société*, 15 (2), 499-520.

- Calnan, M. et Williams, S. (1991). Style of life and the salience of health: An exploratory study of health related practices in households from differing socio-economic circumstances. *Sociology of Health and Illness*, 13 (4), 506-529.
- Camirand, J. (1996). *Un profil des enfants et des adolescents québécois*. Monographie n° 3, Enquête sociale et de santé 1992-1993, Québec, Santé Québec.
- Cloutier, R., Champoux, L. et Jacques, C. (1994). *Ados, familles et milieux de vie : la parole aux ados!*, Sainte-Foy et Montréal, Centre de recherche sur les services communautaires, Université Laval et Centres Jeunesse du Québec.
- Coakley, J. et White, A. (1992). Making decisions: Gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of Sport Journal*, 9 (1), 20-35.
- Cockerham, W.C. (1997). Lifestyles, social class, demographic characteristics and health behavior. In D.S. Gochman, *Handbook of Health Behavior Research I : Personal and Social Determinants*, (pp.253-265), New-York, Plenum Press.
- Desharnais R. et Godin G. (1995). *Enquête sur la pratique de l'activité physique au secondaire*. Rapport de recherche non publié. Québec, Université Laval.
- DuRant, R.H. et Hergenroeder, A.C. (1994). Promotion of physical activity among adolescents by primary health care providers. *Pediatric Exercise Science*, 6 (4), 448-463.

- Ferland, L., Deslisle, S., Boudreault, D., Rollin, H. et Dugal, S. (1998). *Rapport sur la problématique des jeunes filles et la pratique de l'activité physique*. Kino-Québec, Comité «filles» Kino-Québec. Document non publié.
- Gauthier, M., Bernier L., Bédard-Hô, F., Dubois, L., Paré, J.L. et Roberge, A. (1997). *Les 15-19 ans. Quel présent? Vers quel avenir?* Sainte-Foy, QC, Institut québécois de recherche sur la culture.
- Garcia, A.W., Broda, M.A., Frenn, M., Coviack, C., Pender, N.J. et Ronis, D. L. (1995). Gender and developmental differences in exercise beliefs among youth and prediction of their exercise behavior. *Journal of School Health*, 65 (6) 213-219.
- Giroux, Lise (1994). *En vacances et à l'école : les loisirs des élèves du secondaire*. Québec, Ministère de l'Éducation, Ministère de la Culture et des Communications, Ministère des Affaires municipales.
- Green, E. (1998). Women doing 'friendship': An analysis of women's leisure as a site of identity construction, empowerment and resistance. *Leisure Studies*, 17, 171-185.
- Greenbaum, T.L. (1988). *The Practical Handbook and Guide to Focus Group Research*. Lexington, MA, Lexington Books.
- Grimes, D.E. (1995). Application of the focus group methodology to educational program development. *Qualitative Health Research*, 5 (4), 444-453.
- Goldberg, D.A. et Chandler, T. (1991). Sport participation among adolescent girls: Role conflict or multiple roles? *Sex Roles*, 25 (3-4) 213-224.

- Gignac, L., Garon, R. et Legault, G. (1994). *En vacances et à l'école : les loisirs des élèves du secondaire*. Québec, Ministère des Affaires municipales.
- Green, E. (1998). Women doing friendship: An analysis of women's leisure as a site of identity construction, empowerment and resistance. *Leisure Studies*, 17, 171-185
- Hey, Valerie et Oakley (1997). *The Company she Keeps: An Ethnography of Girls' Friendship*. Buckingham, UK, Open Univesity Press.
- Hasbrook, C.A.(1987). The sport participation – Social class relationship among a selected sample of female adolescents. *Sociology of Sport Journal*, 4 (1) 37-47.
- Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. (1993). Plaidoyer pour l'éducation physique de qualité. *Le dossier de la recherche*, n°2.
- Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (1996a). L'activité physique chez les enfants. *Progrès en prévention*, Bulletin n° 8.
- Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (1996b). Conformité des jeunes aux directives. *Progrès en prévention*, Bulletin n° 2.
- Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (1997a). Conformité des jeunes aux directives. *Progrès en prévention*, Bulletin n° 13.
- Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (1997b). *Vivre en action. L'activité des enfants diminue d'Ouest en Est*.

- Jaffee, L. et Bergeron, S. (1994). Adolescent girls face the futur. *Melpomene Journal*, 13 (2), 16-23.
- Kino-Québec (1998a). *Les jeunes et l'activité physique. Situation préoccupante ou alarmante?* Ministère des Affaires municipales, Gouvernement du Québec.
- Kino-Québec (1998b). *Synthèse des bilans régionaux d'activités 1997-1998*. Rapport interne à l'intention des conseillers Kino-Québec. Québec, Kino-Québec.
- Kirk, D. et Tinning, R. (1994). Embodied self-identity, healthy lifestyles and school physical education. *Sociology of Health and Illness*, 16 (5), 600-625.
- Kitzinger, J. (1994). The methodology of focus group: The importance of interaction between research participants. *Sociology of Health and Illness*, 16 (1), 103-121.
- Krueger, R. A. (1994). *Focus Groups: A practical Guide for Applied Research*. 2nd ed., Thousand Oaks, CA, Sage Publications.
- Kunesh, M.A., Hasbrook, C. et Lewthwaite, R. (1992). Physical activity socialization: Peer interactions and affective responses among a sample of sixth grade girls. *Sociology of Sport Journal*, 9 (4), 385-396.
- Lirgg, C.D. (1992). Girls and women, sport and self confidence. *Quest* 44 (2) 158-178.
- McAuley, E. et Rudolph, D. (1995). Physical activity, aging and psychological well-being. *Journal of Aging and Physical Activity*, 3, 67-96.

- Moore, L.L., Lombardi, D.A., White, M.J., Campbell, J.L., Oliveria, S.A. et Ellison, C. (1991). Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children. *Journal of Pediatrics*, 118, 215-219.
- Morgan, D.L. (Éd.) (1993). *Successful Focus Groups: Advancing the State of the Art*. Newbury Park, CA, Sage publications.
- Mota, J. et Queiros P. (1996). Children's behaviour. Physical activity regarding parents' perception vs. children's activity. *International Review for the Sociology of Sport*, 31 (2), 173-183.
- Nolin, B., Prud'homme, D. et Godbout, M. (1996). *L'activité physique de loisir au Québec : une analyse en fonction des bénéfices pour la santé*. Monographie n° 5, Montréal, Santé Québec, MSSS et Kino-Québec, MAM, gouvernement du Québec.
- Russell, S.J., Hyndford, C. et Beaulieu, A. (1992). *Une vie active pour l'enfance et la jeunesse canadienne : profil statistique*. Gloucester, ON, Institut Canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. Alliance pour l'enfance et la jeunesse.
- Sallis, J.F. et Patrick, K. (1994). Physical activity guidelines for adolescents: Consensus statement. *Pediatric Exercise Science*, 6, 302-314.
- Sallis, J.F., Zakarian, J.M., Hovell, M.F. et Hofstetter, C.R. (1996). Ethnic, socioeconomic, and sex differences in physical activity among adolescents. *Journal of Clinical Epidemiology*, 49 (2), 125-134.

- Simard, G. (1989). *Animer, planifier et évaluer l'action : la méthode du «Focus group»*. Laval, Québec, Mondia.
- Stevens, P.E. (1996). Focus groups: Collecting aggregate-level data to understand community health phenomena. *Public Health Nursing*, 13 (3), 170-176.
- Stewart, D.W. et Stewart D.W. (1990). *Focus Groups: Theory and Practice*. Newbury Park, CA, Sage Publications.
- Stephoe, A. et Butler, N. (1996). Sport participation and emotional wellbeing in adolescents. *Lancet*. 347 (9018), 1789-1792.
- Straw, M.K. et Marks, K. (1995). The use of focus groups in program development. *Qualitative Health Research*, 5 (4), 428-443.
- Stucky-Ropp, R.C. et DiLorenzo, T.M. (1993). Determinants of exercise in children. *Preventive Medicine*, 22, 880-889.
- Surgeon General (U.S. Department of Health and Human Services) (1996). *Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*, Atlanta.
- Tinsley, B.J., Holtgrave, D.R., Reise, S.P., Erdley, C. et Cupp, R.G. (1995). Developmental status, gender, age, and self-reported decision-making influences on students' risky and preventive health behaviors. *Health Education Quarterly*, 22, 3244-3259.
- Trost, S.G., Pate, R.R., Dowda, M., Saunders, R., Ward, D.S. et Felton, G. (1996). Gender differences in physical activity and determinants of physical activity in rural fifth grade children. *Journal of School Health*, 66 (4), 145-150.

- Vaughn, S., Shay Schumm, J. et Sinagub, J. (1996). *Focus Group Interviews in Education and Psychology*. Thousand Oaks, Sage Publications.
- Wearing, B. (1991). Leisure and women's identity: Conformity or individuality? *Society and Leisure*, 14 (2), 575-586.
- Wearing, B., Wearing, S. et Kelly, K. (1994). Adolescent women identity and smoking: Leisure experience as resistance. *Sociology of Health and Illness*, 16 (5), 626-643.
- Wilcox, R.C. (1987). Dropouts: The failing of high school physical education, *JOPERD*, 58 (6), 21-25.
- Williams, S.J. (1995). Theorizing class, health and lifestyles: Can Bourdieu help us? *Sociology of Health and Illness*, 17 (5), 577-604.
- Zakarian, J.M., Hovell, M.F., Hofstetter, C.R., Sallis, J.F. et Keating, K.J. (1994). Correlates of vigorous exercise in a predominantly low SES and minority High school population. *Preventive Medicine*, 23, 314-321.

ANNEXES

(Questionnaire administré aux sportives)

RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

• Depuis combien d'années fais-tu du sport para-scolaire ? _____

• Est-ce que tes parents font du sport ou de l'activité physique ?

- *Ta mère* : Non, rarement
Oui, parfois
Oui, souvent

Si oui, quelles activités fait-elle ? _____

- *Ton père* : Non, rarement
Oui, parfois
Oui, souvent

Si oui, quelles activités fait-il ? _____

• Quelle est l'occupation de ta mère ? _____

• Quelle est l'occupation de ton père ? _____

Merci de participer à notre étude !

(Questionnaire administré aux non sportives)

RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

- As-tu déjà fait du sport para-scolaire ? Oui Non

Si oui, quel sport faisais-tu _____

- Est-ce que tes parents font du sport ou de l'activité physique ?

- *Ta mère* : Non, rarement
Oui, parfois
Oui, souvent

Si oui, quelles activités fait-elle ? _____

- *Ton père* : Non, rarement
Oui, parfois
Oui, souvent

Si oui, quelles activités fait-il ? _____

- Quelle est l'occupation de ta mère ? _____

- Quelle est l'occupation de ton père ? _____

Merci de participer à notre étude !

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT LIBRE ET ECLAIRE

Titre de l'étude

La pratique d'activités physiques et sportives chez les adolescentes.

Chercheure responsable

Suzanne Laberge, Ph.D., Département de kinésiologie, Université de Montréal, C.P. 6128, succursale Centre-ville, Montréal (Québec) H3C 3J7

Tél. : (514) 343-7934 Télécop. : (514) 343-2181 Adr. él. : suzanne.laberge@umontreal.ca

Assistante de recherche : Isabelle Moreau, Dép. de kinésiologie, Université de Montréal

Note :

Les recherches avec des humains requièrent le consentement écrit des participant-e-s. Cette exigence ne signifie pas que la recherche dont il est ici question comporte nécessairement un risque. En raison du respect auquel ont droit les personnes qui participent à la recherche, l'Université de Montréal exige l'obtention du consentement écrit des participants aux projets de recherche.

Participante au groupe de discussion

Je, (nom de la participante en lettres moulées) _____ suis intéressée à collaborer volontairement et librement à cette étude menée par Suzanne Laberge et Isabelle Moreau de l'Université de Montréal. Je comprends que l'objectif de cette étude est de mieux cerner la place qu'occupe la pratique d'activités physiques et sportives dans la vie des adolescentes. J'ai pu poser des questions à Isabelle Moreau pour avoir plus d'informations sur l'étude et le cas échéant, j'ai été satisfaite des réponses qu'elle m'a données.

Ma participation consistera essentiellement à prendre part à un groupe de discussion d'une durée approximative d'une heure trente. Je discuterai avec les autres participantes des raisons qui incitent ou qui empêchent les jeunes filles de mon âge à faire des activités physiques dans leurs loisirs.

Il est bien clair que je suis libre de me retirer de la discussion en tout temps sans encourir aucune forme de préjudice. J'accepte que la rencontre soit enregistrée sur vidéo et que nos échanges soient retranscrits. J'ai l'assurance des personnes effectuant la recherche que l'information que je partagerai avec elles restera strictement confidentielle. L'anonymat sera aussi garanti. Si les chercheurs citent des extraits de la rencontre, mon identité ne sera pas dévoilée. La cassette vidéo de la rencontre sera détruite à la fin de l'étude.

Une rétribution de 10 \$ me sera donnée, à la fin de la rencontre en guise d'appréciation pour ma collaboration à l'étude.

Pour tout renseignement additionnel, j'ai été informée du fait que je pouvais communiquer avec Mme Laberge au numéro de téléphone indiqué au début du formulaire. Pour toute plainte concernant la conduite éthique du projet de recherche, j'ai été informée que je pouvais m'adresser à la présidente du Comité d'éthique de la recherche, Mme Jocelyne St-Arnaud au numéro de téléphone (514) 343-7619). Si je ne suis pas satisfaite des réponses qui me sont données, je peux communiquer avec l'ombudsman de l'Université de Montréal, Madame Marie-José Rivest au n° de téléphone (514) 343-2100.

Après mûre réflexion et un délai raisonnable, je consens librement à participer à ce groupe de discussion.

Signature de la participante au groupe de discussion : _____

Date : _____

Chercheure

Je, Isabelle Moreau, déclare avoir expliqué le but, la nature et les inconvénients de l'étude à la participante ci-dessus nommée. Signature : _____

Date : _____