

# REHMAN, LAURENE

Dalhousie University

C. Shields, M. Bruner, M. Keats, S. Balish

SRG 2011

## *Expériences sportives réussies chez les enfants ayant un surplus de poids*

---

### **Résumé du projet**

Un projet de recherche avec méthodes mixtes d'une durée de trois ans a été réalisé pour comprendre les expériences sportives réussies, y compris le rôle que peut jouer le poids corporel. Un des objectifs secondaires de l'étude était d'examiner comment les entraîneurs, les parents et les pairs influencent les résultats psychosociaux des jeunes qui participent à des activités sportives. Des parents, des entraîneurs et des jeunes de 10 à 14 ans ont été recrutés à partir d'une variété d'installations et de lieux récréatifs communautaires de la Municipalité régionale d'Halifax et de Wolfville, en Nouvelle-Écosse, et de North Bay, en Ontario.

Les outils méthodologiques utilisés dans le cadre de l'étude incluaient : sondages pour les entraîneurs, les parents et les enfants, ainsi que des entrevues en profondeur semi-structurées pour les entraîneurs et les parents des enfants participant à des activités sportives et/ou à des programmes parascolaires. En tout, 442 sondages remplis (201 parents, 201 jeunes et 40 entraîneurs) ont été recueillis et 11 entrevues semi-structurées auprès de parents ont été réalisées et analysées. Il faut noter que puisqu'il était difficile de trouver et recruter des athlètes ayant un surplus de poids, les résultats reflétaient généralement les réponses de jeunes athlètes ayant un poids normal ou santé.

En résumé, les résultats quantitatifs et qualitatifs ont convergé vers des processus sociaux agissant comme principaux facteurs des expériences positives dans le sport. Plus particulièrement, les résultats quantitatifs et qualitatifs ont montré ce qui suit : 1) la perception d'un enfant à l'égard de son efficacité personnelle peut avoir un effet sur celle-ci; 2) l'identité sociale d'un enfant est associée à des expériences sportives positives; 3) il y a un manque de spontanéité dans le sport chez les jeunes; 4) plusieurs difficultés existent en ce qui concerne le recrutement et la formation d'entraîneurs appropriés au développement des jeunes athlètes; 5) les jeunes athlètes croient que leurs coéquipiers ayant un surplus de poids ont moins confiance en eux-mêmes; 6) les entraîneurs croient que les expériences de maîtrise, plutôt que les taquineries, sont le principal facteur de la diminution de la confiance en soi chez les athlètes ayant un surplus de poids.

---

### **Méthodes de recherche**

Ce projet a été conçu en deux étapes en utilisant diverses méthodes. Pour comprendre le contexte des expériences sportives chez les jeunes athlètes, la phase 1 a consisté en une collecte de données tirées de sondages auprès de trois groupes différents : 1) les enfants participant à un sport, 2) parents/gardiens d'enfants (10 à 14 ans) participant à un sport et 3) entraîneurs/dirigeants de sports/programmes. Afin de mieux comprendre les expériences sportives des enfants selon leur poids, la phase 2 a consisté en une collecte de données qualitatives au moyen d'entrevues semi-structurées avec les parents et les entraîneurs recrutés lors de la phase 1 de la recherche.

---

### **Résultats de la recherche**

## Résultats quantitatifs

### Mes parents pensent que je peux jouer... peut-être : relations entre l'EPPS, l'efficacité personnelle et l'efficacité des parents et des autres dans les sports pour jeunes

On croit que les perceptions liées à l'efficacité personnelle découlant de la persuasion sociale (EPPS) (la façon dont une personne voit la compétence d'une autre personne) sont importantes dans les relations où il y a un rapport de force (entraîneur-athlète, parent-enfant). Les enfants qui ont participé à cette étude avaient une EPPS élevée (parents :  $M=8,29$ ) et une auto-efficacité élevée ( $M=8,25$ ) alors que les parents ont déclaré une efficacité des autres plus faible ( $M=7,83$ ,  $p<0,001$ ). Les parents et les entraîneurs ont indiqué que les perceptions liées à l'EPPS étaient positivement associées à l'auto-efficacité de l'enfant et à une plus grande satisfaction par rapport au sport et qu'une auto-efficacité plus élevée était associée à une plus grande satisfaction ( $p<0,001$ ). Des analyses de régression ont révélé que l'EPPS (parents) et l'APPS (entraîneurs) étaient des prédicteurs significatifs de l'auto-efficacité, comptant respectivement pour 54 % et 9 % de la variance globale. En outre, le soutien de la famille ( $B=0,39$ ) et l'efficacité des autres (parents) ( $B=0,18$ ) ont été des prédicteurs significatifs de l'EPPS ( $R^2_{aj}=0,20$ ). Ces données donnent une idée initiale de ces interrelations avec le sport chez les jeunes et elles servent également à souligner à quel point il est important de montrer aux enfants athlètes à avoir confiance en leurs habiletés.

### Identité sociale et développement positif des jeunes au sein du sport récréatif

Les identités que se forment les jeunes lors de leur appartenance à des équipes sportives (c.-à-d. des identités sociales) influencent le comportement des coéquipiers et les performances de l'équipe. Une analyse de régression a été effectuée séparément pour quatre résultats liés au développement positif des jeunes (habiletés personnelles et sociales, établissement d'objectifs, initiative, expériences négatives) en utilisant comme prédicteurs les trois dimensions de l'identité sociale. Les analyses de régression ont révélé que les liens à l'intérieur du groupe ( $B=0,14$ ,  $B=0,11$ ) et l'affect en groupe ( $B=0,13$ ,  $B=0,08$ ) ont été associés de manière positive à l'amélioration des habiletés personnelles et sociales ( $R^2_{aj}=0,31$ ) et à l'établissement des objectifs ( $R^2_{aj}=0,16$ ). D'autres liens à l'intérieur du groupe ( $B=0,11$ ) ont été des prédicteurs significatifs de l'initiative ( $R^2_{aj}=0,17$ ), alors que la centralité cognitive ( $B=0,08$ ) et l'affect en groupe ( $B=-0,20$ ) étaient associés à des expériences négatives ( $R^2_{aj}=0,08$ ). Les conclusions dépassent la recherche précédente, soulignant les avantages de l'identité sociale sur le comportement des coéquipiers et la performance de l'équipe et démontrant comment l'identité sociale peut contribuer au développement positif des jeunes en pratiquant un sport.

## Constatations qualitatives

### Est-ce la fin de la spontanéité? Explorer le soutien et les difficultés afin d'offrir des expériences sportives réussies pour les jeunes ayant un surplus de poids

Même si la recherche effectuée par le passé a exploré les raisons pour lesquelles les enfants peuvent abandonner la pratique d'un sport, ces raisons n'ont pas été pleinement explorées chez les jeunes qui pratiquent toujours un sport. Dans ce projet, les parents ont décrit des expériences positives et des défis à l'égard de la pratique d'un sport chez leurs enfants. Les expériences positives étaient liées à la formation d'une identité d'équipe, à l'apprentissage de l'appartenance à une équipe, aux avantages des réseaux sociaux élargis, au renforcement des habiletés, de l'estime de soi et de la confiance, ainsi qu'aux bienfaits liés à l'activité. Les défis touchaient la structure et le manque de spontanéité ainsi qu'aux aspects du jeu associés à la participation aux sports/loisirs structurés. Une recherche approfondie est nécessaire pour explorer de manière critique les pressions qui s'étendent au sport récréatif chez les jeunes en vue de maintenir et de favoriser les éléments positifs.

Conclusions liées à la méthode mixte

### Pourquoi les jeunes ayant un surpoids sont sous-représentés dans le sport? Une étude à méthodes mixtes portant sur les points de vue des pairs et des entraîneurs

Même si l'importance des perceptions qu'ont les athlètes ayant un surpoids sur eux-mêmes a été bien établie, la manière dont ces perceptions de soi sont établies est moins claire. L'analyse qualitative a permis d'établir un récit centré sur l'importance des perceptions de soi et des expériences de maîtrise dans le contexte des sports d'équipe. Les conclusions quantitatives ont révélé que les enfants considèrent les athlètes ayant un surplus de poids différemment des athlètes de grande taille et que la confiance en soi moindre est un facteur important de cette différence. Mises ensemble, ces conclusions soutiennent l'idée selon laquelle les jeunes ayant un surplus de poids, comme tous les autres jeunes, sont préoccupés par leurs expériences en matière de performance, et que la nature interdépendante des sports d'équipes peut renforcer cette préoccupation et les expériences négatives associées.

---

### **Incidences sur les politiques**

La formation des entraîneurs devra être mieux axée sur la nature sociale du sport et sur la manière dont certains processus sociaux sont associés aux résultats importants tels que les expériences réussies dans le sport. La présente étude suggère que l'identité sociale, l'efficacité personnelle découlant de la persuasion sociale et des expériences de maîtrise authentiques (p. ex. échec d'une performance) seraient des variables qui doivent être comprises.

En particulier, il pourrait être avantageux d'entraîner les entraîneurs de sorte qu'ils s'assurent que les athlètes ayant un surplus de poids puissent connaître le succès sans se sentir ciblés ou marginalisés d'une façon ou d'une autre.

Nos conclusions qualitatives indiquent que le sport spontané chez les jeunes est une forme significative de sport qui connaît un grave déclin. Les politiques qui font la promotion du sport spontané ou peu organisé peuvent être importantes. De plus, le besoin de continuer d'insister sur les principes de l'esprit sportif (et d'appuyer ces principes) est essentiel à la promotion d'expériences positives.

Des méthodes améliorées de recrutement de jeunes entraîneurs qui possèdent les habiletés nécessaires au développement des jeunes pourraient être nécessaires. Nos conclusions qualitatives indiquent que les parents, les entraîneurs et les clubs sportifs reconnaissent tous le besoin d'avoir des entraîneurs formés adéquatement, mais que leur nombre est actuellement insuffisant.

REMARQUE : Comme note étude était fondée sur des corrélations, les causes ne peuvent pas être interprétées à partir des résultats. Par conséquent, nous ne pouvons que suggérer des incidences possibles sur les politiques et ne pouvons prédire les résultats de ces changements proposés avec certitude. Néanmoins, notre groupe tiendra un atelier avec Sport Nova Scotia au cours des prochains mois afin de discuter des applications possibles découlant de nos conclusions, y compris la manière dont ces résultats peuvent avoir une influence sur les organismes provinciaux de sport.

---

### **Prochaines étapes**

Les difficultés que nous avons connues dans le recrutement d'athlètes ayant un surplus de poids semblent découler de leur absence dans les programmes sportifs pour les jeunes. Cette (absence de) constatation semble indiquer que les athlètes ayant un surplus de poids ne participent pas à des programmes sportifs aussi souvent que les athlètes ayant un poids santé, ou qu'ils abandonnent avant

l'âge de 11-12 ans. Une étude future pourrait devoir enquêter sur le rôle des parents qui ont des enfants ayant un surplus de poids ou se concentrer sur l'étude des athlètes ayant un surplus de poids à un très jeune âge.

Mieux examiner si les expériences de maîtrise sont le facteur principal de l'abandon de la pratique d'un sport chez les jeunes ayant un surplus de poids.

Plus d'études expérimentales et longitudinales sont nécessaires pour mettre ces mécanismes à l'essai et faciliter des expériences réussies dans le sport. Ces mécanismes incluent la façon dont l'identité sociale est liée au développement positif des jeunes et à la manière dont les croyances liées à l'efficacité personnelle découlant de la persuasion sociale ont une influence sur l'auto-efficacité d'une personne.

Mieux examiner les préjugés qui peuvent miner les expériences des athlètes ayant un surplus de poids.

Mieux comprendre ce qui est nécessaire pour soutenir l'esprit sportif au sein du sport chez les jeunes, plus particulièrement au sein du sport de compétition.

Explorer quels facteurs contribuent aux expériences positives qui favoriseront chez les jeunes plus âgés une participation toute la vie durant.

---

#### **Principaux intervenants et avantages**

- Entraîneurs
- Parents
- Athlètes
- Clubs sportifs pour jeunes
- Association canadienne des entraîneurs