

## **Barakat, Caroline**

**Institut universitaire de technologie de l'Ontario**

**Nick Wattie et Shilpa Dogra**

**Subvention Savoir 2016**

*Examiner et éliminer les obstacles à la participation au sport des adolescentes de différents groupes ethniques*

---

### **Résumé du projet**

Cette étude faisant appel à des méthodes mixtes avait pour objectif d'évaluer les obstacles individuels, environnementaux et liés aux activités qui ont une incidence sur la participation au sport chez les adolescentes de différents groupes ethniques, et d'examiner les liens entre les obstacles qui peuvent avoir une influence sur la participation au sport. Les analyses quantitatives ont été fondées sur un échantillon de 825 adolescentes résidant en Ontario, au Canada. Les principaux obstacles ayant une incidence sur la participation au sport comprenaient les conditions météorologiques (obstacle environnemental), le stade de développement et l'âge (obstacles individuels), et l'intensité de l'activité sur le plan physique (obstacle lié aux activités). Aucun lien notable n'a été relevé entre ces obstacles. Les résultats qualitatifs laissent croire que les obstacles individuels et environnementaux se combinent pour jouer sur la participation au sport des adolescentes de différents groupes ethniques.

---

### **Méthodes de recherche**

Cette étude visait à recueillir des données auprès d'adolescentes au moyen d'un sondage. Nous avons fait appel à une méthode d'échantillonnage volontaire non probabiliste afin de recruter des participantes par l'intermédiaire de conseils scolaires, de programmes d'enseignement privés, d'organismes communautaires et de publicités dans les médias sociaux. Pour concevoir le sondage, nous nous sommes appuyés sur deux cadres théoriques – le modèle de Newell (K. M. Newell, 1986) et le cadre de pratique adaptée au développement (Scales, 1999) – ainsi que sur un examen exhaustif de la littérature visant à cerner les obstacles à la participation au sport. Le sondage comprenait 67 questions sur les obstacles individuels, environnementaux et liés aux activités, de même que sur les caractéristiques démographiques comme l'âge, le statut d'immigration, le niveau de scolarité des parents, le physique et l'emploi. Les obstacles environnementaux comprenaient quatre obstacles distincts et sept indices connexes. Ces indices étaient l'accès, l'environnement bâti, le soutien de la famille, le soutien social, la perception de la collectivité, l'environnement physique et les conditions météorologiques. Les obstacles individuels comprenaient quatre obstacles distincts (âge, état de santé général, origine ethnique et physique) et trois indices connexes (identité, valeurs et stade de développement). Nous avons examiné huit obstacles liés aux activités, soit l'aspect compétitif, la nature récréative, l'intensité sur le plan physique, les règles strictes, la mixité, les

contacts entre les joueurs, la durée importante et la persévérance. Le principal critère d'évaluation pris en compte dans cette étude était la participation régulière à des activités sportives (trois fois par semaine ou plus). Les analyses quantitatives ont été effectuées au moyen du logiciel d'analyse statistique IBM SPSS. Nous avons étudié les différences entre les groupes de personnes qui participent régulièrement à des activités sportives et les groupes de personnes qui n'y participent pas en effectuant des tests t pour les variables continues et des tests de khi carré pour les variables nominales. Nous avons eu recours à un ensemble de modèles de régression logistique binaire ajustés et non ajustés ainsi qu'à trois modèles de régression logistique exploratoire à deux variables pour déterminer quels obstacles permettaient de prédire de manière significative la participation au sport ( $p < 0,05$ ). Dans le cadre du volet qualitatif de l'étude, deux chercheurs ont mené une analyse thématique consistant à dépersonnaliser les données et à analyser les principaux thèmes qui s'étaient dégagés de cinq groupes de discussion et de deux entrevues individuelles semi-structurées.

---

### Résultat de la recherche

Notre analyse quantitative s'appuyait sur les réponses de 825 adolescentes âgées de 13 à 19 ans de l'Ontario, au Canada. Au total, 53,2 % des participantes participaient régulièrement à des activités sportives. L'âge moyen des participantes était de 16,8 ans (écart-type = 1,2), et la plupart d'entre elles étaient des personnes blanches (63,7 %) nées au Canada (85,7 %) dont l'état de santé général, selon leur autoévaluation, était de 3,35 (écart-type = 0,95) sur 5, en moyenne. Par rapport aux répondantes participant régulièrement à des activités sportives, une plus grande proportion des personnes n'y participant pas était des immigrantes ( $p = 0,032$ ), des personnes se disant en surpoids ( $p = 0,000$ ), des personnes sans emploi ( $p = 0,000$ ) ou des personnes dont les parents avaient un faible niveau de scolarité ( $p=0,000$ ). Par rapport aux personnes ne participant pas à des activités sportives, celles y participant régulièrement ont obtenu, en moyenne, des notes nettement plus élevées (ce qui signifie qu'elles perçoivent moins d'obstacles) pour tous les indices relatifs aux obstacles environnementaux, individuels et liés aux activités. Les obstacles individuels non indiciels ont permis de montrer qu'il existe des écarts importants entre l'état de santé général, selon l'autoévaluation, des personnes participant à des activités sportives (moyenne = 3,65, écart-type = 0,876) et des personnes ne le faisant pas (moyenne = 3,02, écart-type = 0,911). La proportion de participantes qui ont indiqué être aux prises avec des obstacles liés aux activités était nettement plus élevée dans le groupe de personnes ne participant pas à des activités sportives que celui des personnes y participant, et ce, pour toutes les catégories d'obstacles liés aux activités.

Parmi les indices liés aux obstacles environnementaux, les conditions météorologiques (RC = 1,093), le soutien social (RC = 1,216) et le soutien de la famille (RC = 1,178) étaient tous des éléments fortement susceptibles de favoriser la participation au sport. Le stade de développement (RC = 1,163), les valeurs (RC = 1,124), l'identité (RC = 1,193) et le bas âge (RC = 0,791) étaient tous des éléments positifs fortement susceptibles de favoriser la participation au sport. Les personnes qui ont indiqué être plus susceptibles de pratiquer des sports de compétition (RC = 1,821), des sports exigeants sur le plan physique (RC = 1,953), des sports dont les parties sont longues (RC = 2,031) et des sports nécessitant de la persévérance (RC =

3,490) étaient plus susceptibles de participer à des activités sportives que les autres participantes. Les répondantes qui ont indiqué être plus susceptibles de pratiquer des sports récréatifs (RC = 0,682) étaient nettement moins susceptibles de participer à des activités sportives que les autres. Lorsque toutes les variables explicatives importantes des trois catégories d'obstacles ont été entrées ensemble dans un modèle distinct, les conditions météorologiques, le stade de développement et l'intensité de l'activité sur le plan physique sont celles qui sont demeurées associées à une forte probabilité de participation au sport. Le modèle de régression final n'a révélé aucun lien significatif entre les divers types d'obstacles.

L'analyse qualitative a révélé trois sous-thèmes liés aux obstacles individuels qui ont une incidence sur la participation au sport. Il s'agit des perceptions et des croyances (p. ex. les stéréotypes), des expériences (p. ex. sentiment de ne pas être la bienvenue) et du temps ou de l'énergie à consacrer à l'activité. Les sous-thèmes cernés pour les obstacles environnementaux sont le réseau de soutien, l'accessibilité et le milieu familial. Pour ce qui est des obstacles liés aux activités, il a été déterminé que les exigences du sport et la nécessité d'acquérir des habiletés étaient des obstacles importants. L'analyse a révélé un lien entre les facteurs individuels et environnementaux qui ont une incidence sur la participation au sport, notamment la confiance en soi et le soutien des parents.

---

### **Incidence par rapport aux politiques et aux programmes**

Nos résultats mettent en évidence le rôle des expériences favorisant le développement (expériences sportives antérieures, sentiment d'appartenance et attitudes) et des croyances pour prédire la participation au sport chez les filles. L'intensité sur le plan physique du sport, les conditions météorologiques et l'âge étaient également des facteurs liés à la participation au sport. Le sentiment de compétence perçu, le niveau d'habiletés perçu, l'estime de soi et des facteurs internes comme la confiance en soi, la confiance en ses capacités et la peur d'être embarrassé sont des éléments qui ont une incidence sur la participation au sport chez les filles. Les obstacles environnementaux, comme le soutien social et de la famille ainsi que les conditions météorologiques, avaient aussi une incidence sur la participation au sport chez les répondantes. Même si les obstacles liés aux activités jouaient un rôle moins important dans notre échantillon, certains facteurs liés à d'autres obstacles avaient une incidence sur la participation au sport. Par exemple, l'intensité de l'activité sur le plan physique peut être liée au sentiment de compétence perçu, dans la mesure où une participante peut avoir le sentiment que si le sport est trop exigeant, c'est parce qu'elle n'a pas les compétences nécessaires pour y participer. Ces constatations peuvent orienter le secteur canadien du sport afin d'améliorer la participation au sport des filles. Les initiatives de participation au sport devraient cibler les filles dès leur jeune âge en vue de leur offrir des expériences positives axées sur le plaisir et le renforcement des sentiments d'efficacité personnelle et d'utilité dans le sport. De plus, les messages liés au genre peuvent porter sur les aspects positifs de la participation au sport et affirmer que celle-ci n'est pas incompatible avec l'« image de la féminité ». Les initiatives

sportives devraient proposer des activités qui ont différentes intensités, qui se déroulent dans des environnements physiques variés et qui tiennent compte de divers environnements sociaux, notamment pour tirer parti du soutien de la famille et des pairs, afin d'éliminer les obstacles cernés dans cette étude.

---

### **Prochaines étapes**

Bien que l'analyse quantitative n'ait pas révélé de lien entre les obstacles, cette étude offre un cadre pour les prochaines études qui examineront, dans un échantillon plus important, les aspects complexes de la participation au sport chez les jeunes femmes. Il faut également réaliser des études de type prospectif pour examiner les liens de causalité ou les associations entre les différents types d'obstacles et la participation au sport. De plus, même si les obstacles examinés dans cette étude sont tirés de la littérature existante, il se peut qu'ils n'aient pas été assez étudiés pour rendre compte des liens complexes ayant une influence sur la participation au sport des femmes. Il est possible que certains obstacles importants aient été omis. Par exemple, nous avons peut-être omis des obstacles liés aux normes sociales ou aux attentes propres aux adolescentes ainsi que d'autres liés aux troubles mentaux, comme la dépression et l'anxiété, qui surviennent généralement à l'adolescence et qui touchent les personnes de sexe féminin de manière disproportionnée. Compte tenu des effets de la participation au sport sur l'état de santé futur, il s'agit là de questions importantes à considérer dans les travaux de recherche à venir.

---

### **Application des connaissances**

Le présent rapport devrait être distribué à tous les organismes communautaires de sport qui proposent des programmes aux jeunes filles. Nous prévoyons également d'assurer un suivi en offrant des produits d'application des connaissances qui ciblent les jeunes filles, les parents et le secteur du sport. Nous songeons d'abord à créer des documents infographiques qui seront diffusés dans les médias sociaux.

---