

Itinéraires sportifs et vieillissement : étude comparative des pratiques sportives de femmes et d'hommes suisses âgés de plus de 55 ans

Marie-José Manidi Faes

Volume 9, numéro 2, 1996

Les âges de la vie

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/057892ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/057892ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Recherches féministes

ISSN

0838-4479 (imprimé)

1705-9240 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Faes, M.-J. M. (1996). Itinéraires sportifs et vieillissement : étude comparative des pratiques sportives de femmes et d'hommes suisses âgés de plus de 55 ans. *Recherches féministes*, 9(2), 147–154. <https://doi.org/10.7202/057892ar>

Résumé de l'article

Une étude sur les pratiques sportives a été conduite dans le milieu associatif suisse comme illustration de l'hétérogénéité des parcours de vie de femmes et d'hommes âgés de plus de 55 ans. Les résultats montrent que ces différences sont à la fois synchroniques (les femmes pratiquent différemment le sport que les hommes au moment de l'enquête), mais également diachroniques (l'ensemble du parcours sportif atteste de ces différences). Les raisons en sont à la fois sociologiques, historiques et liées au vieillissement.

Itinéraires sportifs et vieillissement: étude comparative des pratiques sportives de femmes et d'hommes suisses âgés de plus de 55 ans

Marie-José Manidi Faes

Jusqu'ici, peu d'études ont été menées sur l'aspect biographique des pratiques sportives en général et sur les différences femmes-hommes de ces itinéraires sportifs. Deux raisons principales peuvent être évoquées: premièrement, la plupart des études sur le sport mettent en évidence l'aspect médical, plus particulièrement les effets préventifs du sport sur la santé à un âge avancé; deuxièmement, les nouvelles cohortes de personnes âgées ont des parcours où le loisir actif occupe toujours plus de place, par opposition à une sédentarisation de l'activité professionnelle. De plus, la majorité des études dans ce domaine ont amalgamé hommes et femmes, alors qu'un ensemble de preuves biologiques, sociologiques et historiques sont là pour attester de la divergence des activités de toutes sortes entre la femme et l'homme âgés de 55 ans et plus (pour une revue de la question, voir Arber et Ginn 1991).

Objectifs de l'étude et population étudiée

Nous avons conduit à Genève une étude sur les pratiques sportives exercées dans le milieu associatif comme illustration de l'hétérogénéité des parcours de vie de femmes et d'hommes âgés de plus de 55 ans. Les personnes choisies répondaient aux critères de sélection suivants: 1) avoir 55 ans ou plus; 2) vivre à domicile; et 3) faire partie d'une des associations sportives de la Ville de Genève. Celles-ci ont été choisies en fonction de l'éventail des activités sportives qu'elles offraient à leurs membres, ainsi qu'en fonction de l'importance que cette association donnait au sport des aînés et des aînées (Gymnastique Senior Genève, des associations de la Ville de Genève et divers clubs sportifs plus particuliers, proposant par exemple ski, curling, tennis de table).

L'étude s'est déroulée en deux temps. En 1993-1994, 4 742 questionnaires ont été envoyés par la poste à domicile aux personnes choisies (enquête transversale). Puis, en 1994-1995, 24 entretiens approfondis semi-directifs ont été conduits, à domicile, auprès d'un sous-échantillon de la première enquête (enquête qualitative du type biographique).

Référentiel théorique

Une telle problématique implique une réflexion préalable à quatre niveaux. Premièrement, pourquoi avoir choisi les pratiques sportives comme révélateur d'une temporalité sexuellement différenciée? Deuxièmement, les récits de vie de

femmes et d'hommes âgés de 55 à 90 ans ne peuvent être étudiés sans prendre en considération l'évolution historique du contexte. Troisièmement, dans une perspective gérontologique, hommes et femmes ont un parcours de fin de vie différencié, qui a pour effet de maximiser les variations. Enfin, en quatrième lieu, la question est de dire pourquoi avoir opté pour une méthode comparative femmes-hommes, allant du général au particulier (ou du quantitatif au qualitatif), plutôt que pour une approche précisément axée sur les femmes valorisant l'analyse de cas.

Les apports de la sociologie du sport

Dans la perspective de la sociologie du sport, les pratiques sportives sont considérées comme un sous-ensemble du loisir (Dunning et Elias 1994), celui-ci étant lui-même un paramètre constitutif de la structure sociale des sociétés postindustrielles; il est reconnu comme étant l'un des principes organisateurs des nouvelles classes d'appartenance sociale (Lalive d'Épinay 1991). De manière plus large, Bourdieu (1978) rattache les pratiques sportives aux pratiques corporelles, elles-mêmes liées aux habitus corporels, représentatifs des habitus de classes. Laberge et Sankoff (1988) ont appliqué ce modèle des habitus corporels en montrant, auprès de femmes habitant à Montréal et venant de divers milieux socio-économiques, la signification sociale – cohérente dans chacune des classes – de leurs pratiques sportives par rapport à d'autres comportements corporels et à d'autres activités de loisir. Laberge et Sankoff ont, en particulier, mis en évidence que les femmes de la classe moyenne, soit essentiellement des secrétaires, étaient les plus actives, contrairement aux ouvrières qui considéraient les activités sportives comme inutiles. Les universitaires, elles, avaient plutôt un discours sur le sport sans véritablement s'y adonner, alors que les femmes de la bourgeoisie pratiquaient les sports les plus coûteux, en famille, comme moyen de reproduction des valeurs de leur classe sociale. Dans cet ordre d'idée, notre première hypothèse est que, malgré certaines exceptions, les pratiques sportives rendent compte quantitativement et qualitativement de la différence sociale de genre (statut social et culturel).

La perspective historique et les itinéraires sportifs

Dans une perspective plus diachronique, l'activité physique et sportive a, depuis l'Antiquité, joué un rôle déterminant dans la constitution des valeurs sociales et culturelles. Historiquement, plusieurs recherches européennes ont montré que, dès le début du XX^e siècle, diverses évolutions des pratiques sportives féminines se manifestent. Dans le domaine éducatif, la gymnastique pour les jeunes filles se développera à la fois dans les écoles supérieures anglaises et allemandes (Pfister 1996); en outre, dans les milieux associatifs, on observe le développement de la gymnastique volontaire en France, de la gymnastique rythmique en Italie, de la gymnastique suédoise dans les pays du nord de l'Europe (Amar 1994; Herzog 1995). Toujours est-il que le nombre de femmes «sportives» reste faible, et cela, même dans le sport associatif où, selon certaines données, les femmes ne représentent en moyenne que de 10 à 15 p. 100 des membres (Louveau 1993). Allen Guttmann (1991) donne une excellente description de la réalité des pratiques physiques et sportives

féminines tout au long du XX^e siècle. Il évoque avec précision la gamme des pratiques autorisées à la femme durant les années 20: la culture physique ou la danse rythmique, certains sports comme le basket-ball, la natation et l'athlétisme. Les femmes du XX^e siècle en Europe se trouvent placées devant un double message: d'une part, la censure condamne la pratique par la femme de certains sports, justifiant cette exclusion par des exigences de pudeur et par le respect dû à la fonction maternelle; ces injonctions sont présentes dans plusieurs discours médicaux, en URSS, dans les collèges américains ou dans l'Italie fasciste; d'autre part, dès le début du XX^e siècle, les femmes sont incitées, par les hygiénistes et par les textes officiels, à pratiquer la gymnastique sportive, et ce, dans le but de renforcer la race. Ce mouvement a été amorcé dans les écoles supérieures dès la fin de la Seconde Guerre mondiale puis il s'est étendu à l'ensemble des femmes, aux paysannes des régions rurales et aux femmes de la classe moyenne dans les cités, grâce aux sociétés de gymnastique féminines – territoire unique réservé exclusivement aux femmes comparativement à l'ensemble du territoire sportif masculin – où l'accent était mis sur la grâce et la santé. Notre seconde hypothèse est que les biographies sportives étudiées rendent bien compte de l'incidence du double message dans la manière dont les femmes font du sport et du paradoxe vécu par la femme dans son rapport différent à certains sports qui restent réservés à l'autre sexe.

Le vieillissement différentiel

En Suisse, la femme à sa naissance peut espérer vivre 6,9 ans de plus qu'un homme (voir tableau 1); à 65 ans, 4,2 ans et à 85 ans, encore 1,1 an de plus. En outre, même si elle est probablement atteinte de plus d'incapacités (handicaps) que l'homme, elle vit plus longtemps que lui (Stückelberger et Höpflinger 1996).

Tableau 1: Espérance de vie sans incapacité, à différents âges (à la naissance, à 65 ans et à 85 ans) selon le sexe en Suisse, 1988-1989

	<i>Espérance de vie en années</i>					
	À la naissance		À 65 ans		À 85 ans	
	H	F	H	F	H	F
<i>Espérance de vie totale</i>	74,0	80,9	15,4	19,6	5,0	6,1
<i>Espérance de vie sans incapacité</i>	67,1	72,9	12,1	14,8	2,5	2,7
<i>% d'espérance de vie sans incapacité sur l'espérance de vie totale</i>	90 %	90 %	79 %	76 %	50 %	44 %

Source : Annuaire statistique de la Suisse (1993).

Puisque les femmes vivent plus longtemps, elles sont non seulement plus nombreuses, mais elles sont également aux prises plus fréquemment que les

hommes avec les différentes crises liées à la vieillesse, telles le veuvage, la solitude ou les incapacités : ainsi, elles se retrouvent plus souvent seules et sont amenées à mobiliser un réseau de soutien plus vaste. Notre hypothèse est donc que, *dans ce contexte, les profils du vieillissement de la femme et de l'homme divergent fortement.*

Les avantages de l'analyse «couplée»

Sur le plan méthodologique, enfin, nous avons choisi de faire une analyse conjointe ou «couplée» à la fois des pratiques sportives et de leur distribution différentielle en fonction de l'appartenance sexuelle, tout en essayant de comprendre, dans un second temps, pourquoi l'un et l'autre sexes préfèrent certains sports particuliers, et enfin, en dernière analyse, en montrant comment ces sports se distribuent tout au long de l'axe des années d'une vie et quelles sont les raisons qui font qu'un sport est interrompu ou abandonné. Nous formulons une dernière hypothèse, inspirée de Catherine Louveau (1996), qui consiste à dire que *l'étude conjointe ou «couplée» met l'accent sur les différences plutôt que sur les inégalités. De ce fait, dans le domaine particulier des pratiques et des biographies sportives, elle enrichit la problématique de genre et rend mieux compte de l'identité sexuelle.*

Méthode

Le questionnaire épistolaire se compose de trois parties: 1) les caractéristiques personnelles des répondantes et des répondants; 2) des indications sur les pratiques sportives actuelles; et 3) un tableau à double entrée où la personne est incitée à énumérer et à décrire la manière dont elle a pratiqué les cinq principaux sports, qu'elle juge comme essentiels, tout au long de sa vie au sein d'associations, mais aussi en dehors.

En ce qui concerne la deuxième partie de l'enquête, 24 sujets ont été sélectionnés (12 femmes et 12 hommes) sur la base des réponses au questionnaire (toutes et tous se déclarent sportifs et ont pratiqué au moins trois sports durant leur itinéraire sportif) et sur la base de leur souhait explicitement exprimé de participer à la seconde phase de l'enquête. Les entretiens ont pour objectif de compléter, de préciser, d'enrichir les questionnaires des biographies sportives, des récits de vie et du contexte historique général décrit par les personnes interviewées. La codification des 24 entrevues, d'une durée d'une heure trente minutes en moyenne, s'est faite en deux temps. Nous avons commencé par isoler sept catégories (éléments de facilitation, contraintes et effets des pratiques, aspects positifs et négatifs des structures associatives et définition que chacun et chacune donnait du sport et de la vieillesse). La seconde analyse s'est faite de manière graphique et manuelle en organisant autour de l'axe du temps les principaux événements cités, les pratiques sportives effectuées dans le contexte d'une association ou hors de ce cadre et les événements historiques généraux décrits par la personne.

Résultats

Sur les 4 742 questionnaires envoyés, 1 428 ont été retournés (33 p. 100 de réponses): 55 p. 100 proviennent des femmes (n=789) et 45 p. 100 des hommes (n= 639).

La répartition femmes-hommes au sein des associations

Nous présentons à la figure 1 la répartition proportionnelle des hommes et des femmes dans les principales associations sportives étudiées. Nous avons différencié ces associations en deux catégories: la première est représentative des groupements des aînés et des aînées où l'on propose en priorité de la gymnastique et où les frais sont peu élevés; la seconde correspond aux clubs sportifs qui offrent des activités sportives diverses exigeant un engagement financier plus important.

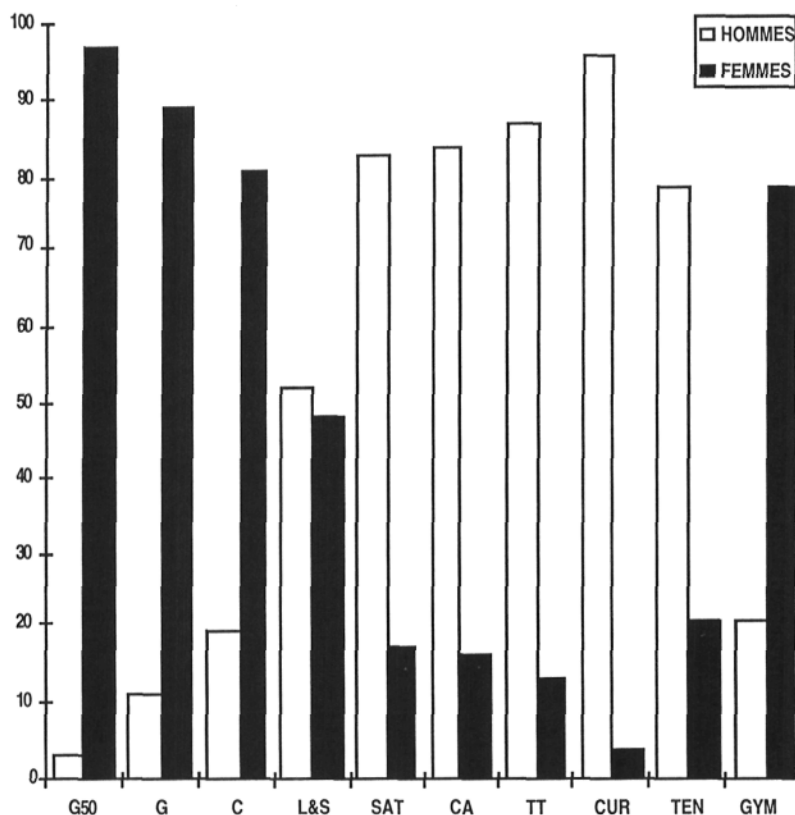


Figure 1: Répartition des 1 428 sujets de l'étude selon le sexe et les principales associations sportives échantillonnées

Catégorie «groupements des aînés et des aînées»	Catégorie «clubs sportifs»
G50 = Gym 50	CA = Club alpin suisse
G = Gymnastique senior Genève	TT = Association de tennis de table
C = Centre social protestant	CUR = Club de curling
L & S = Loisirs et sports	TEN = Groupement des clubs de tennis
SAT = Satus	GYM = Association de gymnastique

En analysant la figure 1, nous remarquons que les femmes sont les plus nombreuses dans les quatre associations où se pratique la gymnastique (Gym 50, Gymnastique senior Genève, Centre social protestant et Association de gymnastique). Les deux associations appartenant à la catégorie «groupement des aînés et des aînées» qui proposent des activités sportives variées comptent soit plus d'hommes (Satus), soit autant d'hommes que de femmes. Ce résultat vient confirmer l'hypothèse que les femmes de plus de 55 ans, dans une tradition historique encore très présente, optent pour une pratique de la gymnastique. Au-delà des raisons historiques, nous avons essayé de comprendre leur choix.

Les caractéristiques des personnes

Notre étude a montré que la majorité des femmes pratiquant des activités sportives sont, pour l'essentiel, retraitées (nées avant 1932) (92 p. 100)¹, elles sont veuves ou célibataires et vivent seules (87 p. 100). Les hommes sont préretraités ou sur le point de prendre leur retraite (nés après 1929) (86 p. 100), ils sont mariés et ils vivent en couple (78 p. 100). La majorité des femmes interrogées n'ont pas de diplôme (52 p. 100) ou ont un diplôme de formation professionnelle (diplôme d'apprentissage) (29 p. 100). Les hommes se répartissent de manière plus équilibrée entre les formations professionnelles (64 p. 100) et les formations supérieures (écoles secondaires, techniques et universités) (32 p. 100).

Les profils types d'itinéraires sportifs

Des données, telles que la liste des types de sports, la durée et les interruptions de leur pratique, recueillies pendant les 24 entretiens approfondis ont été organisées temporellement pour chacun des sujets. Puis, nous les avons regroupés par ressemblance. Quatre profils types exclusifs d'itinéraires sportifs ont été mis en évidence reflétant les différentes évolutions des pratiques sportives tout au long de la vie:

- 1) *Les personnes non-sportives* sont des personnes qui prétendent faire du sport, mais, en approfondissant leur propos, on découvre que le sport décrit n'a été pratiqué que de manière irrégulière, sporadique et inconstante. De plus, une partie de ces personnes n'ont pas ou peu fait de sport durant leur cycle de vie;
- 2) *Les personnes ayant des pratiques diversifiées* ont, durant toute leur vie, exercé de nombreux sports. Lorsqu'elles commencent leur retraite et qu'elles ont enfin du temps, elles expriment un engouement pour des sports originaux tels que la plongée, la planche à voile, les claquettes, le parapente, la danse, etc.; ces pratiques sont très souvent liées à une dynamique familiale où les enfants ou les petits-enfants découvrent un nouveau sport qui devient un nouvel axe de socialisation «transgénérationnelle»;
- 3) *Les personnes ayant une ou plusieurs interruptions* pratiquent généralement de nombreux sports durant leur jeunesse. Vers la trentaine ou la

1. Les pourcentages sont présentés par sexe.

quarantaine, elles interrompent toute activité physique et recommencent au moment de la retraite;

- 4) *Les personnes dont la pratique est unique et constante* ont vécu durant leur vie des changements, tels que des déménagements, le mariage, la naissance d'enfants, mais elles ont continué à pratiquer régulièrement les mêmes sports tout au long de leur vie. Il arrive que cette constance les amène à atteindre un haut niveau de performance.

Nos résultats montrent (voir tableau 2) une répartition différente des hommes et des femmes en fonction des profils types.

Tableau 2: Répartition des 24 profils en quatre profils types d'itinéraires sportifs

Profils types	Femmes	Hommes	Total
Personnes non sportives	4	-	4
Personnes dont les pratiques sont variées	2	3	5
Personnes dont les pratiques sont tardives ou connaissent des interruptions	4	6	10
Personnes dont la pratique est unique et constante	2	3	5

Nous remarquons au tableau 2 que le tiers des femmes interrogées ne sont effectivement pas des sportives, alors que nous n'avions pas pu le déceler dans le questionnaire envoyé par la poste. Le second tiers a vécu des interruptions importantes, enfin le dernier tiers a fait régulièrement du sport tout au long de sa vie. Les femmes présentent un profil général qui tend vers la sédentarisation avec quelques-unes parmi elles qui pratiquent du sport de manière foisonnante. Les hommes sont, pour la moitié, de véritables sportifs, soit ils innovent en changeant souvent de sport, soit ils sont inscrits dans la tradition en l'exerçant de manière constante toute leur vie. Quant à l'autre moitié de ces hommes, ils se rapprochent plus du comportement sportif féminin, car ils ont fréquemment interrompu leur pratique.

Discussion

Les résultats quantitatifs (Manidi Faes, à paraître) relatifs aux sports pratiqués tout au long de la vie donnent l'illusion d'une unité entre femmes et hommes: les unes et les autres ont pratiqué régulièrement, comme premier choix², la marche et la gymnastique et, comme second choix, des sports de saison tels que le ski, la natation et le tennis.

2. Nous faisons référence à la question où les répondantes et les répondants devaient indiquer par ordre d'importance les pratiques sportives qui avaient le plus compté dans leur vie.

Par contre, des analyses plus approfondies mettent en évidence une forte disparité entre femmes et hommes, à la fois quant aux *types de pratiques* (les femmes font de la gymnastique, alors que les hommes pratiquent des sports variés), quant aux *associations* dans lesquelles se pratiquent ces sports (les femmes préfèrent les groupements pour les aînés et les aînées, alors que les hommes préfèrent les clubs où personnes jeunes et moins jeunes sont représentées), quant au *statut personnel* (les femmes sont plus âgées, elles sont en majorité veuves et il est probable qu'elles ne bénéficient, pour la plupart, que de la rente de vieillesse étant donné leur niveau professionnel, alors que les hommes sont en majorité mariés et qu'ils ont un statut socio-économique confortable) et, enfin, on note une disparité quant à la *manière de pratiquer le sport*. Avec la particularité que les femmes que nous avons interviewées affirment être sportives, alors que l'analyse des protocoles indique que les deux tiers ne le sont pas ou l'ont été de manière irrégulière.

De tels résultats confirment les hypothèses présentées en introduction comme quoi le fait sportif est aussi le signe de la différence sociale de genre, le phénomène étant maximisé et amplifié par l'avancement des personnes.

Les biographies sportives des femmes de plus de 55 ans sont ainsi le reflet, d'une part, du paradoxe historique où les femmes de la première moitié du siècle ont été incitées à faire du sport, mais en devant se limiter souvent à la gymnastique et, d'autre part, du double message où tout à la fois les discours officiels incitent à une pratique sportive et l'empêchent en rendant incompatible la pratique engagée d'un sport et le rôle de femme au foyer et de mère de famille. Nous supposons que cette exclusion implicite est à l'origine d'une incohérence entre ce que les femmes que nous avons interrogées font réellement et le discours qu'elles ont sur leurs pratiques, le phénomène ayant par ailleurs été amplifié par le dispositif expérimental de l'enquête, puisque nous étions nous-mêmes perçues par les personnes interrogées comme des représentantes des milieux sportifs.

Si nous élargissons notre réflexion à l'identité exprimée à travers les itinéraires sportifs, force nous est de constater que, comme le soulignent Birrell et Cole (1994), et si l'on tient compte de la perspective postmoderne, femmes et hommes ont non seulement une compréhension différente de la pratique sportive, mais chaque individu crée son propre système explicatif, et ce, au-delà du dualisme de genre. Dans le même ordre d'idée, Hall (1996) décrit son évolution d'une compréhension positiviste de la réalité sportive des femmes à une approche où doit impérativement s'établir une déconstruction du discours sportif à l'aide d'une méthode dite critique.

Enfin, il est difficile de traiter un tel thème sans tenir compte de la perspective socioconstructiviste qui amène à se demander quelles influences sociohistoriques subit le discours sportif. Épistémologiquement, il reste à définir quelle est la part de la charge de l'histoire dans la construction de l'identité sportive féminine au XX^e siècle. Afin de répondre à la question, une recherche débutera dans notre unité, «Études femmes/Études de genre», dès le début de 1997.

Marie-José Manidi Faes
Université de Genève

RÉFÉRENCES

AMAR, Marianne

- 1994 «La «sportive rouge» (1923-1939): Pour une histoire des femmes au sein du sport ouvrier français», in Pierre Arnaud, *Les origines du sport ouvrier en Europe*. Paris, L'Harmattan: 167-192.

ARBER, Sara et Jay Ginn

- 1991 *Gender and Later Life, A Sociological Analysis of Resources and Constraints*. Londres, Sage Publications.

BIRREL, Susan et Cheryl L. Cole

- 1994 *Women, Sport, and Culture*. Champaign, Human Kinetics.

BOURDIEU, Pierre

- 1978 «Pratiques sportives et pratiques sociales», in *Actes du VII^e Congrès international de l'HISPA*, t. 1, Paris, INSEP.

DUNNING, Eric et Norbert Elias

- 1994 *Sport et civilisation, la violence maîtrisée*. Paris, Fayard.

EHRENBERG, Alain

- 1983 *Le corps militaire*. Paris, Aubier-Montaigne.

GUTTMANN, Allen

- 1991 *The Spectator. Women's Sport. A History*. New York, Oxford, Columbia University Press.

HALL, M. Ann

- 1996 *Feminism and Sporting Bodies: Essays on Theory and Practice*. Champaign, Human Kinetics.

HERZOG, Eva

- 1995 *Frisch, Frank, Fröhlich, Frau*. Basel-Landschaft, Verlag des Kantons Basel-Landschaft.

LABERGE, Suzanne et David Sankoff

- 1988 «Activités physiques, habitus corporels et styles de vie», in Jean Harvey et Hart Cantelon (dir.), *Sport et pouvoir: les enjeux sociaux au Canada*. Ottawa, Presses de l'Université d'Ottawa.

LALIVE D'ÉPINAY, Christian

- 1991 «Loisir: dynamique et différenciation sociales», *Sociétés*, 32: 163-171.

LOUVEAU, Catherine

- 1996 «Sport masculin/sport féminin: intérêts et apports de l'analyse couplée», in Pierre Arnaud et Thierry Terret (dir.), *Histoire du sport féminin*. Paris, L'Harmattan.
- 1993 *La part des femmes: sport, école, société*. Jointville-le-Pont, Actio.

MANIDI FAES, Marie-José

À paraître

Itinéraires sportifs de seniors du canton de Genève âgés de 55 ans et plus: hommes et femmes différents. Lausanne, Réalités sociales.

PFISTER, Gertrud

1996 «Her Story in Sport: Towards the Emancipation of Women», in Pierre Arnaud et Thierry Terret (dir.), *Histoire du sport féminin.* Paris, L'Harmattan.

STÜCKELBERGER, Astrid et François HÖPFLINGER

1996 *Vieillissement différentiel: hommes-femmes.* Zürich, Seismo.