La stigmatisation en EPS des élèves en surpoids dans le milieu scolaire

Ébauche de solutions

Résumé

Les camps scolaires sont des moments inoubliables d'une année scolaire où vie en communauté et activités sportives en font des outils pédagogiques incontournables. Le Centre sportif national de la jeunesse de Tenero (CST) offre une infrastructure complète avec pléthore de choix lorsqu'il s'agit de trouver un sport parmi la cinquantaine d'activités sportives proposées. Le CST accueille chaque année, 1100 cours avec hébergement, auxquels participent plus de 37 000 personnes. Environ 30% de ces camps sont organisés par des écoles. Un nombre croissant d'écoles préfèrent désormais organiser leurs camps de sport à la basse saison aspirant à la tranquillité elles apprécient cette époque de l'année pour la place dans les salles, l'ambiance quasi familiale qui se dégage du centre, et le climat doux du Tessin. Depuis plusieurs années, l'école secondaire de La Broye organise un camp au mois de janvier. Pour les enseignants, le lieu se prête parfaitement à la découverte de nouveaux sports.

Mots-clés : stigmatisation — surpoids — mesures professionnelles

Introduction

L'obésité devient de plus en plus un problème de santé publique extrêmement préoccupant. En effet, 1,9 milliards d'adultes souffrent du surpoids dans le monde, ce qui représente le quart de la population mondiale (Carraz, 2017). Concernant les enfants, la situation paraît également préoccupante avec un nombre de 45 millions d'enfants de moins de 5 ans étant en surpoids (Bernheim & al., 2016). Sur le plan suisse, le taux de personnes en situation de surpoids ou d'obésité atteindrait respectivement 40 % et 10 % de la population (OFSP, 2020). Chez les jeunes, il y a, selon Promotion Santé Suisse, 19 % des élèves (tous âges confondus) qui souffrent de surpoids (Promotion Santé Suisse, 2017).

Une des conséquences du surpoids sur le plan social est la stigmatisation (Carraz, 2017). Celle-ci se définit comme suit : « un processus de

discréditation et d'exclusion envers une personne étiquetée comme anormale » (Goffman, 2009, p. 164). Ce sont les conséquences sur le plan social qui nous intéressent dans cet article, car les enfants en situation de surpoids/d'obésité représentent la population la plus à risque de souffrir de stigmatisation (Sikorski, Luppa, Brähler, König, & Riedel-Heller, 2012), affectant jusqu'à 63% des filles et 58% des garçons (Neumark-Stzainer et al. 2002). Dans le cadre de la pratique de l'éducation physique, les comportements stigmatisants sont particulièrement présents et les enseignants ont un important rôle à jouer (Fox & Edmund, 2000).
Dans cet article, nous allons exposer les résultats de mon travail de Master (Jacot-Guillarmod, 2019), qui tente d'évaluer la présence de la stigmatisation d'enfants en situation de surpoids/obésité, de récolter des informations sur leurs vécus ainsi que leurs opinions sur certaines mesures visant à réduire la stigmatisation. Les résultats se basent sur des entretiens d'une dizaine de minutes avec des sujets en situation de surpoids pratiquant de l'activité physique dans le cadre de la Fondation Sportsmile[12].

La stigmatisation dans le cadre de l'éducation physique

Nous avons observé que 60% des sujets ressentent une forme de stigmatisation dans le cadre de leur pratique de l'éducation physique scolaire. Dans le contexte de la Fondation, la situation est inversée puisque la quasi-totalité des sujets (90%) se sentent inclus. Il y a plusieurs facteurs qui expliquent cette différence que les sujets expriment, notamment le fait que l'enseignant de la Fondation explique les exercices aux élèves d'une manière qui fait que ces derniers se sentent intégrés et compris, puis donne également des feedbacks et montre une certaine empathie à ses élèves. Ces derniers ont également mentionné d'autres facteurs notamment le fait que l'enseignant adapte les exercices ou fasse des activités de groupe.
Le fait de subir de la stigmatisation peut naturellement impacter l'estime personnelle des sujets ainsi que l'intérêt que ces derniers ont pour l'activité physique. Dans mon étude, la grande majorité des élèves ont un intérêt pour l'activité physique ainsi qu'une estime personnelle supérieure dans le contexte de la Fondation que par rapport à celui de l'école. La question à laquelle nous essayons de répondre ici est la suivante : comment est-ce que l'école peut reproduire une situation similaire pour des élèves en situation de surpoids ?

Résultats de l'expérience : comment faire face à la stigmatisation ?

Ce chapitre évoque à la fois les variables du travail de Master et les mises en action possibles dans une situation réelle pour les enseignants. Les situations professionnelles permettant une diminution de la stigmatisation pour les élèves en surpoids sont notamment les suivantes : des explications et feedbacks ciblés, un climat d'apprentissage bienveillant, une adaptation des activités, une formation visant à réduire les préjugés et la connaissance d'autres aides institutionnelles. Ces cinq sous-chapitres sont discutés ci-après.

• Explications des exercices et feedbacks **:** L'explication des exercices et les feedbacks sont tous deux des facteurs importants afin de favoriser l'inclusion des élèves, comme l'attestent 30% des sujets pour chacun des deux points. Les sujets attachent de l'importance à ce que l'enseignant leur donne un retour sur les gestes qu'ils font. Ces résultats sont en lien avec les travaux montrant l'importance des feedbacks (Tingstrom, 2015).
• Climat de maîtrise et rassurant **:** Il paraît important de privilégier un climat de maîtrise par rapport à un climat de compétition, car il favorise l'apprentissage. Pour instaurer un climat de maîtrise, il faut bien sûr veiller à ne pas punir un élève qui n'obtient un bon score, car la punition ne contribue pas à améliorer les performances d'un enfant (Trout & Graber, 2009). Ensuite, il est important de mettre en place un climat rassurant, car les élèves y sont plus respectueux entre eux dans ce contexte-là (Roland et Galloway, 2002). Dans mon étude, 24% des sujets considèrent ce facteur comme important.
• Adapter les exercices **:** dans les résultats des entretiens, 8% des enfants soulèvent l'importance de l'adaptation des exercices. Afin de pouvoir adapter les activités, l'étude de Trout & Graber (2009) relève que les éducateurs devraient, faire des exercices afin que la visibilité des enfants en surpoids soit diminuée, par exemple en commençant à différents intervalles pour réduire les regards entre chaque élève. Il est aussi

[12] Malheureusement cette Fondation a été contrainte, en août 2019, d'arrêter ses activités par manque de moyens financiers.

important d'éviter les activités dans lesquelles il y a des jeux d'équipe, en particulier celles où les élèves tirent eux-mêmes les équipes, car d'une manière générale les enfants en surpoids sont tirés en dernier (Trout et Graber, 2009). Il serait pertinent de favoriser les activités d'aventures (Priest & Gass, 2005).

• Une formation visant à réduire les préjugés : Li et Rukavina (2012) affirment que les enseignants semblent participer d'une manière ou d'une autre à la stigmatisation en ayant des préjugés et en tolérant les remarques ou comportements inadéquats de la part des autres élèves. Pour cette raison, les auteurs affirment que les formations d'enseignants EPS devraient proposer des cours visant à réduire les préjugés à propos du surpoids.

• Aide extrascolaire **:** lorsque l'EPS scolaire ne satisfait pas aux besoins de ces élèves, il reste heureusement pour eux, quelques fondations, comme Sportsmile, qui viennent en aide à des élèves en situation de surpoids. Pratiquer de l'activité physique au sein de cette Fondation a un effet favorable sur leur vie comme le démontre un résultat de mon mémoire où les sujets prétendent avoir gagné en confiance ou perdu en timidité.

Conclusion

En se basant sur le taux d'élèves suisses en surpoids, à ceux qui sont stigmatisés dans le cadre scolaire par rapport à leur poids, il est dès lors urgent de prendre des mesures pour leur venir en aide. L'éducation physique est un facteur considérable pour construire notre relation au sport pour le reste de notre vie. L'école doit transmettre des normes d'intégration, de tolérance afin d'apprendre à vivre ensemble malgré les différences qu'il y a entre nous. Ce sont d'ailleurs des apprentissages qui sont présents dans le PER, dans les compétences transversales (coopération) et dans la formation générale (bien-être et vivre ensemble) notamment. Je finirais cet article en établissant une dernière réalité. Jannick Grin affirme que « C'est le bien-être qui améliore le poids et ce n'est pas le poids qui améliore le bien-être. » Dans ce cadre-là, il semble important N'attendons pas alors des élèves en surpoids de changer avant même que nous ayons mis en place ou que les enseignants mettent en place des mesures qui permettent aux élèves en surpoids de pratiquer l'EPS avec le même plaisir que les autres.

Tom Jacot-Guillarmod[1], Serge Weber[2], Vincent Hagin[2]
[1]*Enseignant d'éducation physique, HEP-VD*
[2]*Haute École Pédagogique du Canton de Vaud (HEP-VD), Lausanne, Suisse*
Contact : tomjacot87@gmail.com

Bibliographie

Bernheim, P., Golay, A., Farpour-Lambert, N., & Pataky, Z. (2016). *L'obésité et les problèmes de poids.* Chêne-Bourg, Suisse: Medecine & Hygiene.

Carraz, J. (2017). *Comprendre et traiter l'obésité* (Elsevier). Issy-les-Moulineaux, France: Dimograf

Fox, K. R., & Edmunds, L. D. (2000). Understanding the World of the "Fat Kid": Can Schools Help Provide a Better Experience? *Reclaiming Children and Youth*, *9*(3), 177–81.

Goffman E. Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity. Simon and Schuster; 2009. 164 p.

Jacot- Guillarmod, T. (2019). *La stigmatisation des élèves en surpoids dans le milieu scolaire en EPS.* Mémoire de recherche, Master en Didactique de l'Education Physique et du Sport (MADEPS). Lausanne : HEP Vaud.

Li, W., & Rukavina, P. (2012). The Nature, Occurring Contexts, and Psychological Implications of Weight-Related Teasing in Urban Physical Education Programs. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 83*(2), 308–317

Neumark-Sztainer, D., Falkner, N., Perry, C., Hannan, PJ., M., & Mulert, S. (2002). Weight-teasing among adolescents: correlations with weight status and disordered eating behaviors. *International Journal of Obesity, 26*(1) 123-31. http:// DOI: "https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0801853" \t "_blank"

Priest, S., & Gass, M. A. (2005). *Effective Leadership in Adventure Programming*. Human Kinetics.

Roland, E., & Galloway, D. (2002). Classroom Influences on Bullying. *Educational Research, 44*(3), 299–312.

Sikorski, C., Luppa, M., Brähler, E., König, H. H., & Riedel-Heller, S. G. (2012). Obese Children, Adults and Senior Citizens in the Eyes of the General Public: Results of a Representative Study on Stigma and Causation of Obesity. *PLoS ONE*, *7*(10). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0046924

Tingstrom, C. A. (2015). *Addressing the Needs of Overweight Students in Elementary Physical Education Creating an Environment of Care and Success.pdf.* https://doi.org/10.1080/08924562.2014.980875

Trout, J. and K. C. Graber (2009). Perceptions of overweight students concerning their experiences in physical education. Journal of Teaching in Physical Education **28**(3): 272-292.

Lien internet :
https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/gesund-leben/gesundheitsfoerderung-und-praevention/koerpergewicht/uebergewicht-und-adipositas.html
https://www.plandetudes.ch/per
https://promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/6-ueber-uns/medien/medienmitteilungen/180424_Communique_de_presse_Monitoring_IMC.pd