



CONSTRUCTION DU FÉMININ PAR LE SPORT, CONSTRUCTION DU SPORT PAR LE FÉMININ : L'EXEMPLE DU FITNESS

Colloque Omnisports pour elles
8 mars 2019 à U.S. Metro à Antony
Jeanne-Maud Jarthon
Docteure en Sociologie

Présentation de l' étude

- ▣ Etude a commencé en 2010
- ▣ A partir de questions simples :
 - *Le fitness est-il une pratique sportive et culturelle propre au culte du corps des sociétés occidentales modernes qui vise tout à la fois à la performance du moins à suggérer l'idée de performance (Amadieu, 2002) et à une certaine manière de présentation de soi (Goffman, 1956) ?*
 - *Ou participe-t-il à la construction des identités féminines en offrant un espace, un lieu et un temps particuliers auxquels les femmes adhèrent et participent plus facilement que dans le sport « traditionnel » ou institutionnalisé ?*
 - *Mais, dans ce cadre la pratique est-elle (librement) choisie ou induite par tout à la fois une volonté personnelle mais également des injonctions faites aux femmes, le fussent-elles de manière feutrée ?*
- ▣ *Une pratique et une expérience individuelle*

Définition du fitness

- ▣ Une activité physique de loisir
- ▣ Mixte
- ▣ Collective et/ou individuelle
- ▣ Non institutionnelle (pas de fédération)
- ▣ Inscrite dans des stratégies commerciales et de marketing (ex : « *Mills* »)
- ▣ A travers une gestion du temps personnellement choisie, du moins qui s'adapte à une multitude de créneaux possibles
- ▣ Avec des tarifs très variés qui dépendent de la salle, des services, des équipements, de la marque...

Identité et genre : quelques repères

- ▣ L'identité sexuée (Kaufmann, 2001; Heinich, 1999):
 - est construite,
 - dépend de normes et de valeurs induites par la société
 - ▣ Amadieu : Corps et réussite professionnelle
 - ▣ Littérature féminine
- ▣ Le genre fait référence (Héritier, 1999) :
 - à des représentations symboliques et matérielles associées aux hommes et aux femmes dans une société
 - vise à différencier : masculin *vs* féminin

Questionnement de l'objet

- ▣ Pourquoi les pratiquantes s'engagent dans cette pratique ?
- ▣ Pourquoi les femmes davantage que les hommes, peut-être ?
- ▣ Quelles sont leurs attentes ? Que cherchent-elles ?
- ▣ Sur quels critères esthétiques se basent elles ? (médiatisation du corps)
- ▣ S'agit-il d'un rapport proprement individuel au corps et donc d'un objectif personnel ? (corps genré et séduction)
- ▣ Ou bien au contraire la pratique est-elle en (grande) partie induite par les normes sociales véhiculées, notamment, à travers les médias ?
- ▣ Dit autrement, quelle est la part de logique de l'acteur (actrice) et de domination dans le choix d'une telle pratique ?
- ▣ **Un objectif** : *comprendre cette pratique à partir de l'observation et de la parole des acteurs eux-mêmes (approche ethnographique).*

Méthodologie en deux temps

Deux outils principaux :

- ▣ Entretiens semi-directifs

- Pratiquantes de fitness de deux salles non franchisées de Rennes et Saint Grégoire.
- 25 femmes interrogées, âgées de 19 à 74 ans.
- 6 récits de vie
- Propriétaires de clubs

- ▣ Observation participante d'une période d'un an dans chaque salle.

L'observation participante

- ▣ L'organisation des salles : des espaces spécifiques
- ▣ Des temporalités précises : dans la journée et en fonction des saisons
- ▣ Des activités diversifiées et genrées
- ▣ Une population variée
- ▣ Les manières de pratiquer
- ▣ Le rapport au corps (manière de s'habiller, d'être, de faire, de regarder les autres, de se regarder...)

Entretiens semi-directifs

- ▣ 25 entretiens passés et retranscrits
- ▣ 3 grands thèmes interrogés:
 - *Les représentations partagées de l'activité fitness (santé hygiène de vie, etc.)*
 - *Les significations données à la pratique en lien avec l'image de soi*
 - *Le corps et le regard des autres*
- ▣ 6 pratiquantes réinterrogées sur une période de deux ans sous forme de récits de vie de manière à voir l'évolution de leurs pratiques

Présentation des salles

- ▣ Salle de fitness de Rennes (1954)
 - ▣ Salle familiale
 - ▣ Située en centre ville
 - ▣ 500 m² de surface
- ▣ Salle de fitness de Saint Grégoire (2011)
 - ▣ Située dans une galerie marchande
 - ▣ 1 200 m² de surface

| | |
|---------------|-------------|
| Hommes | 41 % |
| Femmes | 59 % |

| | |
|---------------|-------------|
| Hommes | 33 % |
| Femmes | 67 % |

Le fitness un « outil » de lutte contre le vieillissement

- ▣ Vieillir et rester ferme avec et dans son corps : une volonté partagée par nombre de pratiquantes

- *Les rides marques des années qui passent*

- « Ah bah oui. Je peux le dire, alors, ça les rides c'est quelque chose que je n'accepte pas [...] Ça, ça me gêne, ça me gêne. Tu vois je suis souvent devant la glace en train de faire ça, (elle se tire le visage) tu vois. Je me dis merde, même si tout le monde me dit que les rides me vont bien, moi je dis vous êtes gentille, moi les rides ça me fait chier! » (Claudine)

- *Un corps qui se dégrade. Pour soi et aux yeux des autres ou dans ce que l'on imagine de ce que pensent les autres*

- « Alors que bon j'ai tout ce qu'il me faut à la maison, j'ai un homme, je ne vais pas être miss Ille et Vilaine demain à mon âge. Mais oui ça me gêne de ne plus paraître, de ne plus avoir d'aussi belles jambes qu'avant. » (Nicole)

- *Tonicité corporelle et souplesse performance sociale ?*

- « Mais j'ai toujours fait du sport en salle. Mais avant, je faisais des cours collectifs, mais j'ai arrêté parce que vis à vis des jeunes, je voulais faire comme elles et comme je n'y arrivais pas ça me stressait un peu plus ,[...] Je cherche un corps plus ferme, moins mollasson, mais voilà. » (Huguette)

Le fitness un « outil » de lutte contre le vieillissement

- ▣ Spectre d'une « déchéance » : être et ne plus être ; être et avoir peur de ne plus être

- *Perte d'autonomie*

« J'ai vu mon mari, je l'ai conduit à l'hôpital ça a remis pas mal de choses en question. Et puis, oui. Et puis je me dis que finalement. Moi j'ai dit à mon mari on prendra une pilule et hop! De l'autre côté ça me serait complètement égal. Vous ne voulez pas vous voir diminuer? Ah non ça. Mais, ce qui m'énerve c'est que le jour où je dis que le jour où je voudrais le faire, je ne serai peut-être plus en état de le faire, donc ça m'énerve. » (Huguette)

- *L'image et la représentation des parents vieillissants*

« Elle faisait attention à sa ligne ça c'est sûr. Oui, oui elle était toujours apprêtée très féminine et elle faisait attention à sa ligne oui, ça c'est sûr. Mais par contre pas de sport. » (Delphine)

- *Pourquoi continuer à prendre soin de soi et séduire quand on est vieille ?*

« Alors que bon j'ai tout ce qu'il me faut à la maison, j'ai un homme, je ne vais pas être miss Ille et Vilaine demain à mon âge. Mais oui ça me gêne de ne plus paraître, de ne plus avoir d'aussi belles jambes qu'avant. » (Nicole)

Le fitness outil de prévention pour des femmes qui souhaitent répondre aux normes sociales prescrites

- ▣ Lutter contre le laisser aller
 - *Toujours bien présenter/bien se présenter*
 - *Image attendue et image désirée (norme esthétique)*
 - *La maladie : Etre bien dans son corps et rapport/peur de la maladie*
- ▣ *Rester au « goût du jour »*
 - *Maintenir une présentation de soi attendue/désirée*
 - *Reste dans l'air du temps*
 - *« Être une grand-mère moderne »*
- ▣ *Répondre aux injonctions sociales (Bourdieu, Louveau)*
 - *Le poids de la presse féminine au lendemain des fêtes et en amont des vacances d'été : de retrouver un ventre plat à préparer la plage*
 - *Le poids des recrutements dans les entreprises : on voit qui est recruté (retour sur Amadieu) ; lorsque vieillir revient à ne plus être compétent ; lorsque vieillir « nuit » aux contacts clients*
 - *Rester « présentable » : émissions de télévisions (santé, chirurgie esthétique...)*

Le fitness outil de prévention pour des femmes qui souhaitent répondre aux normes sociales prescrites

▣ « Il faut souffrir pour être belle »

■ *Souffrance choisie ou justifiée*

« « La douleur fait partie du résultat?

« Oui bien sûr oui. » » (Chantale)

■ *Souffrance subie*

« Mais c'est comme les gens qui ont mal au dos... Ils font pas de sport parce qu'ils ont mal au dos et ils ont mal au dos parce qu'ils ne font pas sport ! » (Rires) (Delphine)

■ *Souffrance acceptée pour obtenir des « avantages »*

« Et avoir la sensation du corps aussi, sentir que le corps travaille, qu'on va chercher là où ça fait mal... » (Tiphaine)

Le Fitness au féminin

- ▣ Une terminologie genrée
 - « les hommes font de la musculation...
 - les femmes du fitness »
- ▣ Des activités genrées
 - Pratiques chorégraphiées pour les femmes
 - Pratiques de renforcement musculaire plus mixtes voir uniquement masculines
- ▣ Des stratégies commerciales basées sur femmes
 - Apparition du babyfitness: « les femmes font leur sport et nous on gère les enfants »
 - Multiplication/ diversification des créneaux de pratique : types/ modalités/ horaires...

Conclusion

- ▣ Le fitness est une activité physique de loisir qui permet aux femmes :
 1. D'activer leurs corps et qui permet, pour certaines, de retarder l'effet du vieillissement (psychologiquement et physiquement)
 2. D'assurer une « *présentation de soi* » pour soi et aux yeux des autres
 3. De se forger un « *pare-être* » et d'ainsi nier le vieillissement
 4. Qui n'est pas toujours faire pour soi...

MERCI !

Jeanne-Maud Jarthon

jeanne-maud.jarthon@hotmail.fr

