

UNIVERSITE ABDERRAHMANE MIRA BEJAIA

FACULTE DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES

Département des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

Mémoire de fin de Cycle

En vue de l'obtention du diplôme de master en STAPS

Filière : Activité Physique et Sportive Educative

Spécialité: Activité Physique et Sportive Scolaire

Thème :

**Image corporelle et estime de soi :
Impact des activités physiques et sportives, Etudes auprès des élèves du
secondaire.**

Réalisé par :

M^{elle}: SLIMANI WISSEM
M^{elle} : SOUILAH CHERIFA

Encadreur :

M^R : Idir Abdenour

Année Universitaire 2018-2019

Remerciements

Tout d'abord nous remercierons le Bon Dieu pour sa Bienveillance.

Nous tenons à exprimer notre gratitude à l'égard de toutes celles et ceux qui ont contribué à la réalisation de ce travail. Nous remercierons

Particulièrement

Notre promoteur, monsieur Idir Abdenour pour son accueil et ses orientations tout au long de ce travail.

Nos familles: SLIMANI ET SOUILAH

Nos remerciements vont aussi à chacun des membres du jury pour avoir bien voulu lire, analyser et évaluer ce mémoire.

Sans oublier de remercier aussi toute la famille pédagogique des STAPS, ainsi avec nos plus vifs remerciements aux enseignants D'EPS de l'établissement qui nous a accueilli pendant la durée du stage pratique pour leur accueil et les facilités lors de distribution de questionnaire, pour les connaissances remarquables qu'ils ont transmis et pour les énormes sacrifices qu'ils ont consentis et leurs orientations.

dédicaces

Je dédie ce modeste travail :

❖ *A mes chers et respectueux parents*

En guise de remerciement pour leurs encouragements, leurs soutiens,

Leurs amours et tous leurs sacrifices

❖ *A mes très chers frères et sœurs Krimou, Hani, Meriem, Sarah.*

❖ *A tous les membres de ma famille*

❖ *A mes amis chacun de son nom.*

❖ *Au binôme.*

A tous ceux qui ont participé pour la réalisation de ce travail.

S.WISSEM

dédicaces

Je dédie ce modeste travail :

- ❖ *A mes chers parents, à ma grand mère, à mes sœurs,*
- ❖ *A tous les membres de la famille,*
- ❖ *A mes amis chacun de son nom.*
- ❖ *Au binôme.*

A tous ceux qui ont participé pour la réalisation de ce travail.

S.CHERIFA

Sommaire

Remerciements	I
Dédicace I	II
Dédicace II	III
sommaire	IV
Liste des tableaux	VII
Liste des figures	X
Liste des abréviations	XII
Introduction	02
Problématique	03
Hypothèses	03
Objectifs de la recherche	04
Partie théorique	
Chapitre I : adolescents et EPS / rapport au corps	
Section I : Adolescence et rapport au corps	
1. définition de l'adolescence	06
1.2. psychologie de l'adolescent	06
1.2.1. le développement cognitif	06
1.2.2. le développement métacognitif	07
1.2.3. le développement moral	07
1.3. l'adolescent face à son corps	08
1.3.1. Rapport au corps réel	08
1.3.1.1. le schéma corporel	08
1.3.2. rapport au corps perçu	09
-le corps idéal	09
-l'apparence	09
1.3.1.2. l'apparence sexuelle et image corporel	10
Section II : EPS et Rapport au corps	
2. définition terme EPS	11
2.1. entre pratique corporelle et savoir	12
2.2.1. le rapport au corps	12
2.2.2. le cours d'EPS : comme	12
-Lieux de construction identitaire	12
-un obstacle pour les adolescents insatisfaits de leur corps	12
2.2. Engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS	13
2.2.1. Rôle de l'estime de soi dans l'engagement en cours d'EPS	14
-l'engagement de l'pratique prenant appui sur 04 critères de la motivation	14
Chapitre II : Estime de soi et Image corporelle	
Section II : Image corporelle	
1. définition d'image corporelle	16
1.1.Importance de l'apparence corporelle a l'adolescence	17
1.1.1. l'évolution de la satisfaction de son image corporelle selon l'âge et le sexe	17
-Image corporelle négative chez les filles	18
-Image corporelle négative chez les garçons	18
1.2. les facteurs associés a l'insatisfactions de l'image corporelle	18

1.3. Conséquence de surpoids et de l'obésité sur l'image corporelle	19
1.4. conséquences d'une insatisfaction de son image corporelle	20
Section II : Estime de soi	
2. définition de l'estime de soi	21
2.1. l'évolution de l'estime selon l'âge et le sexe	22
-différences entre filles et garçons	22
2.2. l'estime de soi physique à l'adolescence	23
2.3. les facteurs associés à l'estime de soi	23
2.4. conséquences de surpoids et de l'obésité sur l'estime de soi	24
2.5. conséquences d'une faible estime de soi et d'une insatisfaction de son image	25
2.6. les relations entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son image	26
partie méthodologique	
Chapitre III : la méthodologie de la recherche	
1. la démarche de la recherche	28
2. l'intérêt de la recherche	28
3. la population d'étude	29
4. description de la recherche	30
5. les outils de la recherche	30
6. l'étude statistique	32
Partie pratique	
Chapitre VI : Discussion et analyse des données	
1. les données de l'analyse	35
2. discussion de résultats.	84
Conclusion générale	87
Référence bibliographique	90
Annexes	94
Résumé	

Liste des tableaux

Tableaux	Titre De Tableaux	Pages
N° 01	Récapitulatif de La Population Etudie.	30
N° 02	Moyennes, Pourcentages des Réponses des Adolescents Sportifs et Non Sportifs Au Premier Item De RSES.	35
N° 03	Moyennes, Pourcentages Des Réponses des Adolescents Sportifs et Non Sportifs Au Deuxième Item De RSES	36
N° 04	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents d'EPS Sportifs Et Non Sportifs Aux Troisième Item De RSES	37
N° 05	Moyennes, Pourcentages Des Réponses des Adolescents d'EPS Sportifs Et Non Sportifs Au Quatrième Item de RSES	38
N° 06	Moyennes, Pourcentages des Réponses des Adolescents d'EPS Sportifs Et Non Sportifs Au Cinquième Item De RSES.	39
N° 07	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses des Adolescents d'EPS Sportifs et Non Sportifs Au Sixième Item de RSES	40
N° 08	Moyennes, Pourcentages Des Réponses Des Adolescents d'EPS Sportifs et Non Sportifs Au Septième Item De RSES.	41
N°09	Moyennes, Pourcentages Des Réponses Des Adolescents d'EPS Sportifs Et Non Sportifs Au Huitième Item De RSES.	42
N° 10	Moyennes, Pourcentages Des Réponses Des Adolescents d'EPS Sportifs et Non Sportifs Au Neuvième Item De RSES.	43
N° 11	Moyennes, Pourcentages Des Réponses Des Adolescents d'EPS Sportifs et Non Sportifs Au Dixième Item De RSES.	44
N° 12	Récapitulatif Des Moyennes Générales Des Deux Groupes	45
N° 13	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La Première De Item RSES	46
N° 14	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 2eme De Item RSES	47

N° 15	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 3eme De Item RSES	48
N° 16	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 4eme De Item RSES	49
N° 17	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 5eme De Item RSES	50
N° 18	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 6eme De Item RSES	51
N° 19	Moyennes ; Pourcentages des Réponses des Adolescents Praticants du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 7eme De Item RSES	52
N° 20	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 8eme De Item RSES	53
N° 21	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 9eme De Item RSES	54
N° 22	Moyennes ; Pourcentages Des Réponses Des Adolescents Praticants Du Sport Collectifs Et Individuel Sur La 10eme De Item RSES	55
N° 23	Récapitulatif De La Comparaison Entre Adolescents Sportifs Et Non Sportifs	56
N° 24	Moyenne, Pourcentages De l'Echelle D'estime Globale De Soi De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sport Et Non Sport	57
N°25	Moyenne, Pourcentage De l'Echelle La Valeur Physique Perçue De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sport Et Non Sport.	58
N°26	Moyenne, Pourcentage De l'Echelle De Condition Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sport et Non Sport.	60
N°27	Moyenne, Pourcentage de l'Echelle De Compétence Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sport Et Non Sport.	61
N° 28	Moyenne, Pourcentage De l'Echelle De L'apparence Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sport Et Non Sport.	62
N°29	Moyenne, Pourcentage De l'Echelle De La Force De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sport et Non Sport.	63
N°30	Comparaison Des Moyennes Entre Praticants Et Non Praticants	64

VIII

N° 31	Comparaison Des Moyennes De l'Echelle De L'estime De Soi Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sportifs (Fille, Garçon) et Non Sportifs (Fille, Garçon).	66
N°32	Comparaison Des Moyennes De l'Echelle De La Valeur Physique Perçue De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sportifs (Fille, Garçon) Et Non Sportifs (Fille, Garçon)..	67
N° 33	Comparaison Des Moyennes De l'Echelle De Condition Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sportifs (Fille, Garçon) Et Non Sportifs (Fille, Garçon).	69
N° 34	Comparaison Des Moyennes De l'Echelle De Compétence Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sportifs (Fille, Garçon) Et Non Sportifs (Fille, Garçon).	71
N° 35	Comparaison Des Moyennes De l'Echelle De L'apparence Physique De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sportifs (Fille, Garçon) Et Non Sportifs (Fille, Garçon).	73
N° 36	Comparaison Des Moyennes De l'Echelle De La Force De L'ISP Pour Les Deux Groupes Sportifs (Fille, Garçon) Et Non Sportifs (Fille, Garçon).	74
N° 37	Comparaison Des Scores Des 4 Dimensions De L'ISP	75
N°38	Moyenne De l'Echelle D'estime Globale De Soi De L'ISP Pour Les Praticants Intragroupe	77
N° 39	Moyenne De l'Echelle De La Valeur Physique Perçue De L'ISP Pour Les Praticants Intragroupe	78
N° 40	Moyenne De l'Echelle De Condition Physique De L'ISP Pour Les Praticants Intragroupe	79
N° 41	Moyenne De l'Echelle De Compétence Physique De L'ISP Pour Les Praticants Intragroupe	79
N° 42	Moyenne De l'Echelle L'apparence Physique De L'ISP Pour Les Praticants Intragroupe	80
N° 43	Moyenne De l'Echelle De La Force De L'ISP Pour Les Praticants Intragroupe	81
N° 44	Comparaison Intragroupes Entres Les Disciplines (Judo, Volley-Ball, Athlétisme, Football)	82

Liste des figures

Figure	Titre des figures	Pages
N° 01	Représentatif de logiciel test student	32
N° 02	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportif au premier Item de RSES	36
N° 03	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 02eme Item de RSES	37
N° 04	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 03eme Item de RSES	38
N° 05	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 04eme Item de RSES	39
N° 06	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 05eme Item de RSES	40
N° 07	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 06eme Item de RSES	41
N° 08	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 07eme Item de RSES	42
N° 09	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 08eme Item de RSES	43
N° 10	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 09eme Item de RSES	44
N° 11	Représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 10eme Item de RSES	45
N° 12	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la première Item de RSES	47
N° 13	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 02eme Item de RSES	48
N° 14	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 03eme Item de RSES	49
N° 15	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 04eme Item de RSES	50
N° 16	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 05eme Item de RSES	51
N° 17	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 06eme Item de RSES	52
N° 18	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 07eme Item de RSES	53
N° 19	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 08eme Item de RSES	54
N° 20	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 09eme Item de RSES	55
N° 21	Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 10eme Item de RSES	56

N° 22	Représentation des scores de la dimension de (EG).	58
N° 23	Représentation des scores de la dimension de (VPP).	59
N° 24	Représentation des scores de la dimension de (S)	60
N°25	Représentation des scores de la dimension de (CS)	61
N° 26	Représentation des scores de la dimension de (A).	63
N° 27	Représentation des scores de la dimension de (F).	64
N° 28	Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (EG)	66
N° 29	Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (VPP)	68
N° 30	Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants (S)	70
N° 31	Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants (CS)	72
N° 32	Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (A)	73
N° 33	Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (F)	75
N° 34	Représentation des scores des 4 dimensions de l'ISP	76
N°35	Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (EG)	77
N°36	Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (VPP)	78
N°37	Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (S)	79
N°38	Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (CS)	80
N°39	Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (A)	81
N°40	Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (F)	81

Liste des abréviations

Abréviation	Signification
IIC	Insatisfaction de l'image corporelle.
IMC	Indice de masse corporelle.
EPS	Education physique et sportive.
APS	Activités physique et sportive.
%	Pourcentages.
ISP	Inventaire de soi physique.
RSES	Echelle d'estime de soi de Rosenberg.
Pratiquants	Les élèves du secondaire pratiquants(es) une APS.
Non pratiquants	Les élèves du secondaire non pratiquants(es) une APS extrascolaire.
Test t	Tests statistiques paramétriques où la statistique de test calculée suit une loi de Student lorsque l'hypothèse nulle est vraie.
MSSS	Ministère de la santé et des services sociaux.
SLSJ	Le Saguenay–Lac-Saint-Jean est l'une des 17 régions administratives du Québec.

Introduction

Introduction

L'estime de soi correspond à la valeur que chaque individu s'attribue en tant que personne et nous renseigne sur le degré de satisfaction de soi-même. L'estime de soi apporte une dimension affective à la représentation de soi et reflète ainsi son côté subjectif (Oubrayrie & al, 1994). Ainsi, Elle oriente la prise de conscience de soi et de la connaissance de soi par l'appréciation positive ou négative que le sujet porte sur lui-même en comparaison avec autrui (Sordes-Ader F., Leveque G., Oubrayrie N. & Safont-Mottay C, 1998).

L'estime de soi est donc une construction psychosociale qui prend son origine dans un système d'interactions complexes entre le sujet et des autres significatifs mettant en jeu une dynamique de comparaison sociale. Les adolescents subissent des grands changements Aussi bien sur le plan corporel que psychologique. De plus qu'à l'adolescence, l'estime de soi n'évolue pas nécessairement de la même façon chez les filles et les garçons. Plusieurs auteurs ont noté la présence de différences en faveur des garçons dans l'estime de soi globale à l'adolescence (Alsaker, Olweus. 1993) ; (Seidah, Bouffard. 2007). Chez les jeunes, l'insatisfaction à l'égard du corps serait aussi associée à l'anxiété et à la dépression. (Caroline Trudeau, Anouck Sénécal. 2012). La perception du corps joue donc un rôle important dans la construction de l'estime de soi, et plus particulièrement à l'adolescence. (Harter, 1999) a montré qu'au cours de l'adolescence, l'apparence physique est le domaine le plus important et le plus fortement corrélé à l'estime de soi globale. (Seidah & al, 2004) confirment que les jeunes qui ont une attitude positive envers leur apparence physique ont tendance à avoir une estime de soi générale élevée.

Le développement de l'identité de chaque adolescent fait partie d'un processus de construction interactif où il évolue. La plupart des chercheurs s'accordent aujourd'hui pour concevoir l'estime de soi comme un concept multidimensionnel, une entité à multiples facettes (Harter, 1982). Ainsi, l'estime de soi est envisagée à la fois comme une évaluation globale de la personne tout en intégrant des perceptions différenciées selon les domaines.

Envisager l'estime de soi comme un processus dynamique et continu signifie concevoir que cette perception de soi évolue tout au long de la vie. Bien que les premiers liens privilégiés que l'enfant instaure dans son cadre familial dès son plus jeune âge contribuent à définir la base de l'estime de soi, d'autres points de repères interviennent progressivement, influençant à leur tour cette perception (Seidah et Bouffard, 2007).

Depuis une vingtaine d'années, les sous-composantes du concept de soi physique sont de plus en plus étudiées, et le concept de soi physique émerge comme une construction clé (Bruchon, 1999). En effet, par son apparence, ses attributs corporels et ses compétences physiques, le sujet étaye son soi physique, et dans certaines conditions renforce son estime de soi globale (Harter, 1999). Les recherches en psychologie du sport ont confirmé l'importance de la perception du corps dans la construction de l'estime de soi.

En Algérie, l'enfant s'applique à pratiquer des activités sportives de façon hebdomadaire à partir de la première année moyenne jusqu'à la terminale. Par cette recherche, nous voulons connaître le parcours que se fait l'adolescent de son estime de soi à travers les composantes physiques perçues influencées par une pratique physique a des cours d'EPS et un athlète pratiquants une activité physique et sportive extrascolaire.

1. Problématique :

Notre recherche a pour but l'analyse de l'estime de soi chez des adolescents, Il s'agit de comparer divers mesures de satisfaction corporelle Et d'étudier les relations entre diverses évaluations de l'estime de soi, en fonction de l'âge, du sexe et du type de sport pratiqués. Quel impact des APS sur ces composantes.

Ce qui nous mène à travers cette étude de poser la question suivante : est-ce que l'effet de l'activité physique a une évolution sur l'estime de soi, en fonction du genre et l'effet du type de sport pratiqué sur le concept de soi physique et ces composantes ?

2. Nos hypothèses sont les suivantes :

- On s'attend à ce que le niveau d'estime soi chez les adolescents non pratiquants de l'activité physique soit moins élevés que les adolescents pratiquants.
- On s'attend à ce que les filles expriment davantage moins d'estime de soi que les garçons.
- On s'attend à ce que le type d'activité physique pratiqué est une influence sur l'estime de soi.

3. L'objectif de notre recherche consiste à :

A partir d'un recueil de donnée auprès des élèves du secondaire, nous proposons d'évaluer

L'estime de soi et l'image corporelle chez les adolescents pratiquants et non pratiquants de l'activité physique extrascolaire.

En revanche, des profonds changements physiques, psychologiques et sociaux qui affectent cette phase du développement d'une personne, l'objet de ce travail de recherche est de préciser quelles sont les répercussions possibles de ces transformations sur l'estime de soi en fonction du genre et en rapport à l'activité physique.

Pour pouvoir répondre à ces interrogations nous avons structuré notre travail en trois chapitres. Le premier, fera un rappel sur les fondements de l'adolescence et son rapport au corps, dont nous allons consacrer la première section de définir les différents concepts ainsi que de voir comment ces concepts sont abordés par les sciences telles que la sociologie, la psychologie...etc. et la deuxième section porte sur: L'EPS et rapport au corps qui est considéré comme la moyenne de développement des capacités organiques et foncières, acquisition des techniques motrices qu'offre la culture sportive, la gestion de la vie physique à l'âge adulte, la formation d'un citoyen cultivé, lucide et autonome. Le deuxième chapitre est réservé à la présentation théorique de l'estime de soi et l'image corporelle, dont nous allons voir les avantages de cette nouvelle approche ainsi que leur rôle sur l'adolescent et on terminera par le dernier chapitre qui est réservé à la méthodologie de recherche ; nous avons à ce niveau fait part de nos options méthodologiques, du déroulement de nos enquêtes À l'aide de deux outils scientifiquement validés (échelles de Rosnberg et ISP), pour évaluer le niveau d'estime de soi chez des adolescents pratiquants et non pratiquants d'une APS extrascolaire. Ainsi une deuxième partie qui regroupe la présentation, le commentaire, l'interprétation et discussion des résultats.

Nous achèverons notre travail, par une conclusion générale, quelques perspectives et la bibliographie ainsi que les annexes.

chapitre 01

L'Adolescent et Rapport au Corps

1. L'adolescent et rapport au corps :

1.1. Définition de l'adolescence

Selon le dictionnaire Hachette « à l'âge compris entre la puberté et l'âge adulte ». Cette période s'échelonne généralement de «11-12» à «17-18» ans. (A. HEBRARD dans un corrigé d'écrit 2 du CAPEPS, en 1997).

L'adolescence est comme étant une période d'évolution de l'individu, conduisant de l'enfance à l'âge adulte. Elle débute de la puberté et s'accompagne d'importantes transformations biologiques, psychologiques et sociales.

Selon (Pierre G. Coslin, 2010) il l'a défini comme suit, une période transitoire caractérisée par le double mouvement de reniement de l'enfance et de recherche du statut d'adulte qui constitue l'essence même de la crise que l'adolescent traverse.

- Chez les filles, la croissance débute vers 11 ans, une prise de poids ; surtout de masse grasse est marquée ; elles se disent moins performantes que les garçons et moins fières de leur apparence (Rodriguez et Tome 1997).
- Chez les garçons, la croissance commence vers 13 ans : la prise de poids a lieu notamment grâce aux muscles qui se développent ; on constate une variation de périmètre des membres inférieurs et de leurs capacités respiratoires. Ils sont plutôt satisfaits de leur corps (Rodriguez et Tome 1997). (cité par Émilie Fourcade Lacrouts).

1.2. Psychologie de l'adolescent

1.2.1. La théorie piagétienne

1.2.1.1. Développement cognitif de l'adolescent :

L'adolescent devient sensible à la contradiction logique, choisit le type de raisonnement qui ouvre au plus grand nombre de d'éductions possibles et cherche à créer ses propres critères, ses propres normes, refusent celles qu'il n'a pas élaborées et que la société veut lui imposer. La pensée adolescente cherche son indépendance. Ce n'est plus la réalité de telle ou telle affirmation qui compte pour le jeune, mais les relations qu'elles entretiennent : l'adolescent (s'aperçoit que, s'il affirme telle chose, il s'engage par la même à affirmer telle autre) (Piaget, 1963).

1.2.1.2. Métacognition et cognition sociale :

Les adolescents ne sont pas conscients de l'ensemble des caractéristiques de leurs pensées. Le stade formel les conduits à avoir la capacité de penser à leurs pensées, c'est à dire à la métacognition, connaissance ou activités cognitive concernant ou contrôlant

l'activité cognitive (Flavell, 1985). Comme elle les amène à analyser ce que pensent les autres.

1.2.2. Le développement métacognitif :

La pensée formelle est capable de dépasser le réel, de se libérer du concret et de formuler des hypothèses (Cloutier, 1996), cité par (Groupe d'études de psychologie ; Maria da Conceição., Taborda-Simões).

- La cognition sociale

La cognition sociale désigne l'étude des processus cognitifs à l'œuvre dans la perception d'autrui et le rôle du contexte social dans cette perception (Askevis-Leherpeux, Baruch et Cartron, 1998). La cognition sociale porte sur la compréhension de la pensée des autres, de leur point de vue, de leurs sentiments et de leurs attitudes (Flavell, 1985) ; (Cloutier, Renaud. 1990).

1.2.2. Le développement moral :

- Jugement moral et comportement :

Le déroulement du progrès moral de l'adolescent ne consiste pas, en une succession simplificatrice d'une morale imposée par l'autorité, à une autre consentie et fondée sur la coopération. Cette évolution s'effectue par le jeu de hiérarchisations et de réajustements successifs entre les conduites et les normes qui les dirigent. C'est à l'approche des jugements moraux et des systèmes auxquels ils appartiennent que s'adonne la psychologie morale (Moessinger, 1989). Le courant cognitivo-développementaliste portant moins sur les actions que sur les conceptions et la pensée morale, et celui relatif aux apprentissages s'intéressant plutôt aux conduites (Coslin, 1999). Comme le rappelle (Bidaud, 1980). Les théories les plus complètes du jugement moral sont celles de (Freud, Piaget, 1932) et de (Kohlberg, 1958).

- La perspective freudienne :

Dès 1914, Freud, définit l'idéal du moi, instance autonome qui propose au sujet un modèle auquel il peut-il peut se conformer, modèle ou s'agrègent l'appréciation narcissique et l'identification aux parents. L'idéal du moi confronte l'enfant à une image de soi qui peut être aimée et désirée par l'autre, en particulier le parent. L'enfant doit se conformer à cette

Image narcissiquement valorisée et à celle renvoyée par l'amour parental. Une telle instance n'est pas censurante. Ce n'est qu'avec l'introjection des exigences des parents que le surmoi apparaît en tant qu'instance censurant, faite l'interdits et de jugements moraux

(Smirnoff, 1978). Le concept de surmoi, différenciation d'une partie du moi, correspond aux forces répressives rencontrées par le sujet au cours de son développement, s'opposant à la gratification inconditionnelle des pulsions. Externes au sujet, à l'origine, ces forces sont intériorisées, donc vécues comme internes, et non comme imposées de l'extérieur. Le moi est obligé de tenir compte de ces forces, comme d'ailleurs des dangers extérieurs, ce qui le conduit à renoncer à satisfaire certaines pulsions (Freud 1939). L'activité du surmoi se manifeste dans les conflits avec le moi sous la forme d'émotions se rattachant à la conscience morale (Lagache, 1955).

- **La perspective piagétienne**

C'est dans un ouvrage intitulé le jugement moral chez l'enfant que Piaget, en 1932 ; étudie le développement de la compréhension des contraintes régissant le fonctionnement de la société dans laquelle vit l'enfant. Piaget analyse ainsi en fonction de l'âge l'évolution de l'acceptation et de la compréhension du jeu de billes et le développement du jugement moral et du sentiment de la justice, tant à partir des règles morales prescrites par l'adulte qu'en fonction des rapports des enfants entre eux. L'essentiel de l'analyse piagétienne peut être présentée en référence à la recension par (Bideaud, 1978).

1.3. L'adolescent face à son corps

1.3.1. Rapport au corps réel

A l'adolescence le corps subit des transformations anatomiques liées à la puberté. Ces modifications physiques touchent à la fois la taille, le poids, la musculature, la morphologie et les proportions corporelles.

Pour évaluer le poids corporel d'un individu en fonction de normes communes, le calcul de l'indice de masse corporelle (IMC) est très souvent utilisé par les cliniciens et les chercheurs.

Il s'agit d'une mesure qui se base sur la masse corporelle et la taille d'un individu pour obtenir le poids de santé idéal.

Pour calculer l'IMC, il faut diviser le poids corporel (en kilogramme) par la taille (en mètre au carré). Le calcul est le suivant (McArdle et al. 2004) :

$IMC (kg. m^{-2}) = \text{masse corporelle (kg)} / \text{Taille}^2 (m)$.

1.3.1.1. Le schéma corporel

« Le fait de dire que la structuration du schémas corporel est terminé vers 12 ans signifie qu'à cet âge l'enfant possède normalement une connaissance suffisante de son corps pour lui permettre de s'adapter aux différentes circonstances de la vie». (Boldu ;

2007). A l'adolescence, le schéma corporel n'est pas en développement mais il doit être adapté en fonction de l'actualisation de l'image du corps.

1.3.2. Rapport au corps perçu

Selon (Bob Price, 1998). directeur de l'enseignement par correspondance au Royal Collège à Londres, définit l'image corporelle en trois composantes : **le corps réel, le corps idéal et l'apparence.**

Selon (P.G.Coslin) «les transformations liées à la puberté fragilisent l'adolescent». « L'adolescent doit s'identifier à l'image qu'il a de son corps, s'approprier ce corps tant au plan proprioceptif que représentatif (...) L'image de soi est une image du corps chargée d'affects qui est en relation avec l'estime de soi, c'est-à-dire avec le caractère positif ou négatif que le sujet perçoit de lui-même ».

✓ **Le corps idéal :**

Selon (N.Catheline, V.Bedin) Pour conjurer cette impression d'étrangeté à soi-même, l'adolescent essaye des styles, des looks différents. Le vêtement devient un élément constitutif de son identité. Les adolescents se cherchent des identités provisoires qui constituent autant de carapaces pour camoufler les changements corporels qui les affectent.

Pour les filles, la volonté de normalité se traduit très souvent par la nécessité d'être mince, de ressembler aux mannequins vedettes. Etre mince, pour se rapprocher d'un corps modèle et, donc, être intégrées, mieux acceptées, pensent-elles. Perdre du poids pour plaire à l'autre avant tout et éviter le risque de la moindre remarque sur son apparence physique.

✓ **L'apparence :**

Selon (J. Baudrillard) « Tout témoigne aujourd'hui que le corps est devenu l'objet de salut. Il est complètement substitué à l'âme dans sa fonction morale et idéologique ».

Le corps réel s'harmonise rarement avec l'image qu'on se fait du corps idéal et c'est pour essayer de faire correspondre le rêve à la réalité que l'on se présente d'une certaine façon aux yeux des autres. L'apparence est, littéralement, la façon dont on présente son corps au monde extérieur : la façon de s'habiller, de se coiffer et de soigner sa présentation, de marcher, de parler, de bouger

1.3.1.2. Appartenance sexuelle et image corporelle

Parmi les variables descriptives et explicatives des phénomènes associés à l'image corporelle, l'insatisfaction corporelle et les troubles alimentaires, il en est une qui occupe une place de choix : l'appartenance sexuelle. De nombreuses recherches ont

montré que les femmes sont généralement plus insatisfaites de leur apparence physique que les hommes (Furnham, Calnan, 1998 ; Furnham, Badmin, Sneade, 2002). Les femmes ont, par exemple, tendance à se voir plus grosses qu'elles ne le sont, alors que les hommes se perçoivent comme étant plus minces ; cette distorsion perceptive est d'autant plus importante chez les femmes que leur idéal corporel est d'être mince (Emslie, Hunt et coll., 2001 ; Makkar, Strube, 1995). Il est important de noter que les femmes ont tendance à se juger en surpoids, alors qu'objectivement selon les normes médicales définies avec l'IMC – elles ne le sont pas (Furnham, Calnan, 1998).

Tout au long de l'enfance, la prévalence de l'insatisfaction de l'image corporelle s'avère similaire chez les filles et les garçons, mais à l'adolescence, on observe l'émergence d'une différenciation sexuelle relativement à l'insatisfaction corporelle (Bearman, Presnell, Martinez & Stice, 2006).

En effet, selon les études recensées, la prévalence de l'insatisfaction de l'image corporelle varie de 24% à 80% chez les adolescentes et de 9% à 55% chez les adolescents dépendamment de l'instrument utilisé pour la mesurer (Bearman et al, 2006. Blackburn et al., 2008 ; Cantin et Stan, 2010; Cortese et al., 2010; Jones, 2004. Kostanski & Gullone, 1998 ; Lawler & Nixon, 2011; Ledoux et al., 2002 ; Markey & Markey, 2005). De plus, cette insatisfaction se manifesterait différemment chez les garçons et les filles. Par exemple, les résultats de l'étude de Gaudreault, Veillette, Blackburn, Laberge, Gagné, et Perron (2004). Démontrent que la majorité des adolescentes (64,9 %) désirent une silhouette plus mince et que deux adolescents sur cinq (39 %) espèrent être plus costauds.

Cette différenciation sexuelle pourrait s'expliquer en partie par le processus de maturation (Attie & Brooks-Gunn, 1989; Bearman et al. 2006; Davison & McCabe. 2006).

En effet, il favorise chez les filles le développement de cellules adipeuses, ce qui les éloigne de leur idéal de minceur, tandis qu'il favorise chez les garçons le développement des muscles, les rapprochant de leur désir d'avoir une bonne masse musculaire (Attie et al., 1989; Bearman et al., 2006; Davison et al., 2006).

Il semblerait que les filles soient généralement de moins en moins satisfaites de leur corps à mesure qu'elles vieillissent durant l'adolescence, alors qu'on observe la tendance contraire chez les garçons (Bearman et al. 2006). Selon (Kostanski et Gullone 1998), la majorité des adolescentes perçoivent leur silhouette comme étant de deux à

plusieurs fois plus corpulentes à la figure idéale souhaitée. Ainsi, chez plusieurs jeunes filles, le mécontentement général vis-à-vis de leur corps serait provoqué par des idéaux liés au poids inatteignable (Mendelson et al. 1996 ; Stice et al. 2001). En effet, pour la grande majorité, la norme de minceur serait difficile à atteindre (Sheinin, 1990), ce qui laisse peu de place aux modifications corporelles qui surviennent naturellement au cours de la vie (Paxton et al, 2006a ; Rice, 1995).

En outre, un adolescent qui n'est pas satisfait de son corps est davantage susceptible de croire que c'est le résultat d'un manque de volonté puisque les sociétés occidentales ont tendance à considérer que les caractéristiques comme la maigreur, le poids corporel et la musculature dépendent d'un contrôle individuel (Paxton et al. 2006). Par ailleurs, le contexte social peut également contribuer à expliquer cette différenciation sexuelle, car il préconise deux silhouettes distinctes, soit une silhouette mince pour les filles et une silhouette mésomorphique (caractérisée par une masse musculaire importante, peu ou pas de tissus adipeux et des épaules plus larges que les épaule) pour les garçons (Barlett, Vowels et Saucier, 2008).

2. EPS et rapport au corps :

2.1. Définition de l'EPS :

Il n'est pas facile de trouver une définition de l'EPS. Et encore plus difficile d'en trouver une qui soit consensuelle.

Selon (Bruno, 2012). « L'EPS reste une discipline scolaire dynamique, où l'activité corporelle (corps sujet) organisée par un enseignant, produit sur ce même corps (corps objet) des effets multiples traduits, pour la plupart, en termes d'objectifs généraux ».

Ainsi selon (S. Faure, 2011) .L'EPS c'est la discipline qui, par définition, fait «apprendre par corps». Comme expliqué dans le manuel fédéral (classeur gris, Manuel 6, brochure 1), Dans cette phase de recherche identitaire qu'engendre la puberté, les adolescent(e)s doivent s'approprier leur nouveau corps et prendre conscience des transformations corporelles qu'ils/elles ont subies. L'EPS tente de répondre à ces besoins. La pratique de l'EPS, permet selon (Répond 2000) :

- l'expérience corporelle (développement des perceptions des sensations de son corps, le respect de son corps, etc.).
- l'expérience cinétique (intégration du mouvement dans la vie quotidienne, etc.).
- l'expérience sportive (plaisir et enthousiasme propre à la pratique, etc.).

Dans cette évolution de l'individu, « la pratique d'activités physiques diversifiées développe les fonctions motrice, les qualités sociales et permet de connaître et d'expérimenter ses limites, de mieux entendre son corps en alternant tension et relâchement, charge repos » (répond, 2000).

EPS et rapport au corps : entre pratique corporelle et savoirs :

2.2.1. Le rapport au corps :

Selon (Merleau-Ponty, 1976). Affirme que « c'est par notre corps que nous percevons le monde. Ce corps vit, agit, ressent, voit. Il est en relation avec le monde».

Ainsi selon (A. Damasio, 2001) « L'être humain est un organisme vivant et non un cerveau désincarné ou un esprit décérébré (...) il est inconcevable de comprendre comment fonctionne les émotions et les sentiments si on oublie le corps. Les émotions n'existent que parce que l'organisme doit s'adapter à l'environnement».

Mais le corps est aussi une caisse de résonance de l'affectif, et les activités physiques et sportives doivent travailler cette dimension « notre corps ne se confond ni avec sa réalité biologique, en tant qu'organisme vivant, ni avec sa réalité imaginaire, en tant que fantasme, ni avec sa réalité sociale en tant que configuration et pratique sociale. Il est l'assemblage des trois» (Bernard, 1995).

2.2.2. Le cours d'EPS : COMME

▪ **lieux de construction identitaire :**

La construction identitaire d'un adolescent selon (Cloutier et al. 2008). Et par conséquent le développement de son image corporelle) s'effectue notamment au travers des expériences vécues dans son environnement. L'école joue donc un rôle fondamental puisqu'elle correspond au lieu où il passe une majeure partie de son temps, c'est sa principale communauté extrafamiliale.

En plus de ce qui précède ; (Michaux, 2000), affirme que la construction de l'identité des adolescents(es) s'effectuent autour de deux pôles ; le pôle narcissique et le pôle objectal :

- **Le pôle narcissique** : Concerne l'appropriation de son corps, d'une certaine maîtrise des émotions et les compétences réflexives. En fait, il s'agit de tous les mouvements qui permettent l'autonomisation des adolescents(es).

- **Le pôle objectal** : correspond à la nécessaire interdépendance avec autrui et à la capacité d'entretenir une relation avec l'autre.

- L'EPS permet d'agir sur ces deux pôles. Selon toujours (Michaux, 2000).

D'une part, « le rapport au corps, aux sensations, l'apprentissage de la maîtrise de soi, une bonne coordination des mouvements, ainsi qu'une bonne gestion de son énergie et de son stress » sont des aspects de la pratique caractéristiques du pôle narcissique. D'autre part, « l'effort en équipe, le défi du jeu, l'exploit du groupe sont eux inscrits dans l'apprentissage de la relation à l'autre » et concerne le pôle objectal.

Selon (Neumark-Sztainer et Collab. 2002,. Presnell et Collab, 2004,. Stice et Whiteman, 2002). Ont déclaré que, 24% à 46% des adolescentes et 9% à 26% des adolescents rapportent de l'insatisfaction quant à leur image corporelle.

L'EPS agit directement sur le corps. En effet, le corps est le premier sollicité afin de donner une éducation « du » physique (développement de la motricité), « par » le physique (apprentissage de savoirs et de pratiques) et « au » physique (développement d'une pratique respectueuse de son corps, recherche de la santé). (Répond, 2000).

Toutefois, dans les cours d'EPS, ceci alors que les adolescentes vivent une période de transformations et de changements qui les rendent particulièrement attentives à leur corps et ce que peuvent penser les autres de leur corps. En effet, « le cours d'EPS est un lieu où les interrogations sur son corps s'épanouissent ; qui suis-je, comment les autres me voient, quoi montrer, quoi cacher ?... » (Michaux, 2000). D'ailleurs, certaines pratiques sportives confrontent directement les adolescentes à leur corps et leur image corporelle.

2.2. Engagement dans la pratique sportive en cours d'EPS :

2.2.1. Rôle de l'estime de soi dans l'engagement en cours d'EPS :

Une recherche menée auprès de lycéens français a étudié l'association entre l'estime de soi et l'insatisfaction corporelle des adolescentes. Les résultats ont montré que l'insatisfaction corporelle est associée à une faible estime de soi (Dany et al. 2010).

A l'adolescence, l'apparence physique est un domaine très important et très fortement corrélé avec l'estime de soi (St-Hilaire et al. 2005). Comme (Cloutier et al. 2008) le précise, « l'image corporelle est une des composantes les plus importantes de l'estime de soi durant cette période (l'adolescence)».

- **L'engagement dans la pratique sportive prenant appui sur les 4 critères de la motivation :** Décrits par (Famose, 2001). les résultats montrent que :
 - la plupart des élèves (n=23) choisis de s'investir dans certaines activités plus que d'autres,
 - une majorité (n=18) déclare persévérer pour réussir les activités proposées,

- une bonne partie (n=14) s'investit mentalement et physiquement à 100% durant le cours d'EPS,
- pour la plupart (n=20), elles n'ont aucune motivation à poursuivre les activités proposées en dehors du cours d'EPS.

CHAPITRE 02

ESTIME DE SOI ET L'IMAGE CORPORELLE

1. Image corporelle

Vue d'ensemble sur l'insatisfaction de l'image corporelle à l'adolescence :

1.1. Définition de l'image corporelle

L'image corporelle est la perception cognitive et affective, consciente et inconsciente, qu'un individu a de son corps, acquise au cours de son développement et à travers ses relations sociales (définition du Plan d'action gouvernemental, MSSS).

Au sein des représentations de son propre corps, le concept d'image corporelle occupe une place centrale pour penser ce « corps perçu ». L'image du corps peut être considérée comme l'ensemble des sentiments, attitudes, souvenirs et expériences, qu'un individu a accumulés à propos de son propre corps et qui se sont plus ou moins intégrés dans une perception globale chargée d'affects. L'insatisfaction à l'égard de son poids et de son image corporelle se réfère à l'évaluation subjective négative de son corps ou de certaines parties de son corps (Bruchon-Schweitzer, 1987). (Mendelson, Mendelson, White, 2001). Distinguent la satisfaction générale de l'individu à l'égard de son apparence physique, sa satisfaction envers son poids et les évaluations qu'il attribue aux autres sur sa propre personne.

Cette image est constituée de perceptions et représentations, qui nous servent à évoquer et évaluer notre corps, non seulement en tant qu'objet doué de certaines propriétés physiques (taille, poids, couleur, forme), mais aussi comme sujet ou partie de nous-mêmes, chargée d'affects multiples et, parfois, contradictoires (Bruchon-Schweitzer, 1990). Cette image est évolutive et change avec l'âge. Elle se constitue dès la première enfance et se trouve au fondement de l'identité (Erikson, 1968 ; Levine, Smolak, 2002). Cette « pression corporelle » s'exerce par les médias, les pairs, la famille et conduit à l'intériorisation des normes par les individus (Heinberg, 2000).

(Cantin et Stan, 2010). Ont démontré qu'au fil du temps, les sentiments négatifs que les jeunes entretiennent au début de l'adolescence face à leur image corporelle semblent se consolider et s'accroître. De plus, la prise de conscience et la sensibilité de l'adolescent peuvent l'amener à être plus critique et à avoir une auto-évaluation négative de lui-même (Tiggemann, 2005). En somme, l'image corporelle est une notion complexe qui s'avère fortement influencé par l'environnement et implique divers aspects individuels (psychologique, somatiques, etc.).

En somme, l'image corporelle est une notion complexe qui s'avère fortement influencée par l'environnement et implique divers aspects individuels (psychologiques, somatiques, etc.) (Ledoux et al, 2002).

1.1.1. Importance de l'apparence corporelle à l'adolescence :

En 2000, une étude sur la préoccupation personnelle des adolescents (es) a été menée au Canada (Cloutier et al. 2008). Les auteurs ont érigé une liste des préoccupations personnelles des adolescents (es) ainsi que l'importance accordée à celles-ci selon le sexe des répondants.

Les résultats attestent que les adolescentes accordent une grande importance à leur apparence corporelle. En effet, l'item « mon apparence » s'est classée en haut de liste. Plus précisément, 51% des répondantes ont déclaré « être beaucoup préoccupée » ou « être passablement préoccupée » par leur apparence corporelle.

1.1.2. L'évolution de la satisfaction de son image corporelle selon l'âge et le sexe :

L'insatisfaction de son image corporelle tend à fluctuer selon l'âge et le sexe. Ainsi, dans l'étude longitudinale de (Tiggemann ; 2005), les filles se perçoivent de plus en plus corpulentes et sont de plus en plus insatisfaites de leur silhouette durant l'adolescence.

Les deux auteurs, (Cohen et Pope, 2001) ont cependant noté que les garçons rapportaient légèrement moins d'insatisfaction à l'égard de leur corps que les filles. D'après les études recensées, (Neumark-Sztainer et al. 2002 ; Presnellet al. 2004 ; Stice et Whitenton, 2002) 24% à 46% des adolescentes et de 9% à 26% des adolescents rapportent de l'insatisfaction vis-à-vis de leur corps.

Une étude a été faite montre que l'image corporelle tend à diminuer avec l'âge chez les jeunes filles (Mendelson et al. 1996 ; Polce-Lynch et al. 2001) mais aussi chez les garçons (Polce-Lynch et al, 2001). Plus particulièrement, dans l'étude de (Polce-Lynch et ses collègues, 2001), les garçons avaient une perception plus positive de leur image corporelle que les filles à 10 ans et 13 ans, mais non à 17 ans, âge où les filles et les garçons avaient une perception de leur image corporelle comparable. Selon (Mendelson et ses collabos, 1996), de 8 à 15 ans, la satisfaction à l'égard de son image corporelle diminuerait davantage chez les filles que chez les garçons. Toujours selon ces auteurs, les idéaux liés au poids seraient inatteignables, provoquant chez plusieurs jeunes filles un mécontentement général vis-à-vis de leur corps. D'autres études indiquent pareillement que la satisfaction de l'image corporelle est plus élevée chez les garçons que chez les filles à l'adolescence (Huang et al, 2007; Seidah et al, 2004). Les problèmes liés à l'image

corporelle seraient attribuables à la pression sociale incitant les jeunes femmes à souscrire à un idéal irréaliste de beauté féminine (Rice, 1995).

✓ **L'image corporelle négative chez les filles :**

L'insatisfaction corporelle chez les filles est associée à l'augmentation normale des tissus graisseux à la puberté. Plus elles vieillissent, plus elles deviennent insatisfaites de leur corps et plus elles tendent à juger sévèrement certaines parties, les cuisses, les hanches, les seins, les fesses et le ventre. Nombreuses aussi sont les adolescentes qui cherchent à être plus minces que ce que prescrit le poids santé. Les jeunes filles semblent suivre le modèle des femmes adultes qui, en majorité, désirent avoir un poids moindre.

✓ **L'image corporelle négative chez les garçons :**

Aujourd'hui, les garçons sont plus familiarisés avec les traits masculins et tentent souvent de ressembler aux images véhiculées dans les médias. Les préadolescents ont tendance à ressentir de la pression s'ils sont « trop petits » et estiment qu'ils doivent gagner de la masse musculaire. Alors que leur corps commence à mûrir, les différences entre leur corps et celui des autres augmentent, ce qui peut augmenter la pression exercée sur les jeunes qui ne veulent être ni trop gros ni trop minces. Ils ont également tendance à consommer des médias, surtout des jeux vidéo, montrant des personnages musclés, durs à cuire et violents.

1.2. Les facteurs associés à l'insatisfaction de son image corporelle :

De tous les facteurs reliés à l'insatisfaction de son image chez les jeunes, il semble que l'indice de masse corporelle (IMC) soit le facteur le plus fortement corrélé (McCabe et Ricciardelli, 2003 ; Paxton et al. 2006). Les actions de modification du poids entreprises par les jeunes constituent un autre facteur relié à l'indice de satisfaction à l'égard de l'image corporelle (Ledoux et al. 2002).

Plusieurs facteurs peuvent expliquer une insatisfaction de l'image corporelle, tels que le degré de surpoids, le fait d'être une femme, l'impulsivité alimentaire, l'âge de la survenue de l'obésité, la race/l'ethnicité, la recherche d'une prise en charge et une faible estime de soi (Berdah, 2010; Cantin et Stan, 2010; Schwartz et Brownell, 2004).

L'âge de début de l'obésité n'influence pas nécessairement l'image corporelle. Cependant, plus l'obésité est précoce, plus l'insatisfaction corporelle perdurera dans le temps (Schwartz et Brownell, 2004). D'un point de vue esthétique, il y a une dévalorisation de l'image corporelle reliée à l'excès de masse graisseuse.

Il ne s'agit pas seulement de l'apparence physique du corps, il peut aussi y avoir de l'insatisfaction au niveau cutané, c'est-à-dire que les vergetures sont souvent présentes

principalement au niveau du ventre et des bras (Lefèvre, 2015). Aussi, la taquinerie et la stigmatisation quant au poids, non seulement par les pairs, par les parents, mais aussi par le corps médical, sont corrélées avec une plus grande insatisfaction de l'image corporelle chez les enfants et les adolescents, (Cantin et Stan, 2010; Schwartz et Brownell, 2004 ; Smolak, 2004).

Par ailleurs, la stigmatisation à l'égard des jeunes obèses peut également avoir des impacts sur l'éventuel changement dès leurs habitudes de vie. Selon (Cahnman, 1968). La stigmatisation reliée à l'obésité fait référence « au rejet et la disgrâce qui sont associé à ce qui est vu (obésité) comme une déformation physique et une aberration comportementale (cité dans Derbah, 2010). (Cité par Laureline Salaun).

L'individu se trouve à être réduit aux caractéristiques de l'étiquette, effectuant du même coup les autres qualités derrière le stigmaté. Il peut alors s'en suivre une série de discrimination et de mesures d'exclusion plus au moins sévère (Berdah, 2010). Ainsi, il peut survenir une dépréciation personnelle qui aboutit à une altération de l'image de soi conduisant ainsi la personne à considérer comme normaux et légitimes les comportements discriminatoires à son égard (Tibere et al. 2007).

Cette stigmatisation semble être expliquée non seulement par la norme sociale entourant le culte de la minceur, mais aussi par le discours médical (Basdevant et Guy-Grand, 2004). En outre, l'obésité est associée à un risque accru de conséquences psychosociales pouvant également contribuer à une insatisfaction de l'image corporelle (Harriger et Thompson, 2012).

1.2. Conséquences du surpoids et de l'obésité sur l'image corporelle :

L'obésité est souvent associée à une plus grande insatisfaction de l'image corporelle (Schwartz et Brownell, 2004). Selon (Sudres et ses Collaborateurs, 2013), l'image corporelle est perturbée chez les enfants et les adolescents souffrant de surpoids ou d'obésité. Cependant, ce ne sont pas tous les adolescents souffrant de surpoids ou d'obésité qui sont insatisfaits de leur image corporelle (Schwartz et Brownell, 2004).

Différents chercheurs ont largement démontré que les jeunes souffrant d'obésité ont une plus grande propension à l'insatisfaction de l'image corporelle en comparaison avec les jeunes ayant un poids santé (Harriger et Thompson, 2012 ; Heinberg et Thompson, 2009 ; Smolak et Thompson, 2009). En effet, selon (Lefèvre ; 2015). Chez une population d'adolescents souffrant d'obésité, une adolescente sur deux et un adolescent sur cinq présenteraient une insatisfaction de leur image corporelle.

Pendant l'enfance, la prévalence de l'insatisfaction de l'image corporelle s'avère relativement comparable chez les garçons et chez les filles. Toute fois à l'adolescence, il y a l'émergence d'une différenciation entre les garçons et les filles quant à l'insatisfaction corporelle (Bearman, Presnell, Cantin, et Stan, 2010; O'dea, 2006). Par exemple, plusieurs études ont démontré que les adolescentes ont davantage tendance à se déprécier que les jeunes hommes du même groupe d'âge (Mendelson, White, et Mendelson, 1995; O'dea, 2008).

De telles différences concernant le concept de soi se sont révélées être particulièrement saillantes chez les adolescentes chez qui le poids est particulièrement élevé (Furnham, Badmin, et Sneade, 2002 ; Mendelson, et Andrews, 2000).

Dans l'étude de (Lefèvre et ses collabos ; 2011), portant sur 200 adolescents pris en charge dans un service visant à prévenir et à traiter l'obésité, il a été remarqué que la demande de prise en charge était principalement effectuée par les filles, soit deux filles pour un garçon, malgré une quasi-parité entre les deux sexes au moment de la prise en charge.

Cette même étude a aussi permis de constater que le principal motif de consultation demeurait un mal-être physique et psychologique.

En effet, les principales raisons évoquées étaient «se sentir trop gros», «difficultés à se vêtir», «être avec les autres et pour faire comme les autres» (Lefèvre et al. 2011 ; Lefèvre, 2015).

Par contre, les conséquences potentielles de l'obésité en ce qui a trait à son état de santé physique affectent peu les jeunes, puisque seulement un adolescent sur cinq avait consulté pour une crainte de complications médicales futures (Lefèvre et al. 2011).

1.4. Conséquences d'une insatisfaction de son image corporelle :

Une insatisfaction de l'image corporelle a des conséquences potentiellement néfastes sur la santé psychologique (détresse psychologique, anxiété, symptômes dépressifs), physique (troubles alimentaires), sociale (retrait social) et académique (déscolarisation) (Martyn-nemeth) et al. 2009 ; Paxton et al. 2006). Ces conséquences sont davantage observables chez les adolescents obèses (O'dea, 2006). Pendant l'adolescence, ces conséquences se maintiennent et peuvent même s'aggraver (Martyn-Nemeth et al. 2009 ; O'dea, 2006).

En effet, des préoccupations associées à l'image corporelle sont intimement reliées à une plus faible estime de soi et à des sentiments de détresse psychologique

(Sudres et al, 2013). Les perceptions négatives quant à l'image corporelle et à l'estime de soi sont fortement liées à une faible satisfaction de la vie chez les adolescentes obèses (Forste et Moore, 2012). (Friedman et al. 2002) montrent également que l'insatisfaction corporelle module la relation entre le degré d'obésité et la détresse psychologique, mais qu'il n'y a pas de relation linéaire.

On peut alors supposer que l'ensemble de ces manifestations amène une altération de la qualité de vie des adolescents en surpoids (Lefèvre, 2015). L'estime de soi ayant aussi une influence sur la détresse psychologique, laisse croire qu'elle joue un rôle médiateur entre l'image corporelle et la détresse psychologique. Ainsi, une bonne estime de soi diminuerait la relation entre l'insatisfaction de l'image corporelle et les symptômes d'anxiété et de dépression (Duchesne, 2014).

2. Estime de soi :

Vue d'ensemble sur l'estime de soi à l'adolescence.

2.1. Définition Estime de soi :

Dans l'usage commun, l'estime de soi signifie avoir une opinion favorable de soi-même. Nombreux sont les auteurs qui ont donné des définitions allant toutes dans ce sens. Par exemple, (Rogers, 1951) : «au degré selon lequel un individu s'aime, se valorise et s'accepte lui-même». Ainsi La définition de (Cooper-Smith, 1967), est l'une des plus populaires et des plus pertinentes pour l'application au domaine physique. Selon lui, est «l'évaluation que l'individu fait et qu'il entretient habituellement : elle exprime une attitude d'approbation ou de désapprobation, et indique le degré selon lequel il se croit lui-même capable, important, en pleine réussite et digne. En bref, l'estime de soi est un jugement personnel de mérite qui s'exprime dans les attitudes que l'individu véhicule vers les autres par des communications verbales et par d'autres comportements expressifs». Toujours selon (Cooper-Smith 1984) « Chacun construit son appréciation selon l'importance subjective qu'il leur accorde ».

2.2.L'évolution de l'estime de soi selon l'âge et sexe :

D'après la recension des écrits de (Seidah et ses collègues, 2004), « La perception de soi dans divers domaines (ou dimensions) est en constante évolution au cours de l'existence et varie selon les individus ». Les études indiquent des résultats contradictoires quant à l'augmentation ou à la diminution du niveau d'estime de soi durant l'adolescence et quant à la différence entre les garçons et les filles.

Cependant, (Deschesnes et ses collègues, 2003). Ont noté, quant à eux, que l'estime de soi augmenterait selon l'âge dans les études transversales alors qu'elle serait relativement stable ou présenterait une légère hausse dans les études longitudinales. Certains auteurs (Robins et al. 2002). Parlent également « de fluctuations légères du niveau d'estime de soi au cours de l'existence ». Les résultats d'une étude réalisée sur Internet auprès de plus de 325 000 individus âgés de 9 à 90 ans ont indiqué que le niveau d'estime de soi est élevé durant l'enfance, diminue à l'adolescence, pour augmenter graduellement à l'âge adulte.

De façon générale, (Huang et al, 2007) ; (Seidah et al. 2004) ; (Wilgenbusch et Merrell, 1999). les recherches effectuées auprès des adolescents soutiennent la présence de différences sexuelles quant à l'estime de soi globale en faveur des garçons.

Par exemple, les résultats d'une méta-analyse selon (Klinget al. 1999). Regroupant les données de près de 50 000 adolescents ont démontré que le niveau d'estime de soi est légèrement plus élevé chez les garçons que chez les filles. Aussi, Par exemple, dans l'étude transversale selon (Polce-Lynch et ses Collabos, 2001). Ces différences entre les sexes varieraient selon l'âge.

En somme, selon (Block et Robbins, 1993). Les différences retrouvées à l'adolescence quant au niveau d'estime de soi selon l'âge et le sexe pourraient aussi bien s'expliquer par la méthodologie employée, notamment le type de devis de recherche utilisé, que par les populations étudiées. Enfin, l'estime de soi pourrait aussi varier selon l'importance accordée par l'individu aux dimensions qui y sont reliées (Wilgenbusch et Merrell, 1999).

✓ **Différences entre les filles et les garçons :**

L'étude de (Seidah, Bouffard et Vezeau, 2004), sur la différence de la « perception de soi entre les filles et les garçons à l'adolescence, Cette recherche a été réalisée montrent que les garçons une estime de soi générale plus élevée que les filles. (Seidah, 2004). **«Justifie cet écart par le fait que les garçons ont tendance à surestimer leurs capacités au contraire des filles qui seraient plus sévères et critiques dans l'évaluation d'elle-même ».**

(Harter, 1999). Décrit cette période de transformation de la manière suivante : « La puberté aurait pour effet d'éloigner le soi réel des filles de leur soi-idéal, alors qu'elle permettrait aux garçons de se rapprocher leur soi réel de leur soi idéal».

2.3.L'estime de soi physique à l'adolescence :

Le rôle de l'estime de soi dans le processus de personnalisation, en particulier à l'adolescence, n'est plus à démontrer. Au cours de cette période, on observe des changements qualitatifs importants au niveau du contenu des représentations de soi. L'image corporelle fait partie des représentations de soi et revêt une importance particulière à l'adolescence, période de transitions et de bouleversements. En effet, à un moment où le corps se métamorphose et où certaines de ces transformations physiques peuvent être délicates à vivre, l'adolescent est particulièrement focalisé sur son image corporelle (Bruchon-Schweitzer, M.L. 1999).

Les recherches en psychologie du sport ont confirmé l'importance de la perception du corps dans la construction de l'estime de soi. Les travaux de (Bibble, S. & Goudas. M. 1994) ont mis en évidence que le développement de la valeur physique perçue contribuait au renforcement de l'estime de soi. (Thornton et Rickman. 1991) ont souligné qu'il existe une relation entre l'estime de soi et l'apparence physique, quels que soient le genre et la période de l'adolescence. (Harter, 1999) a montré qu'au cours de l'adolescence, l'apparence physique est le domaine le plus important et le plus fortement corrélé à l'estime de soi globale. Enfin, (Seidah & al. 2004) confirment que les jeunes qui ont une attitude positive envers leur apparence physique ont tendance à avoir une estime de soi générale élevée. Ils constatent également que globalement les garçons rapportent une estime de soi plus élevée que les filles, y compris dans le domaine physique et athlétique.

2.4. Les facteurs associés à l'estime de soi :

Selon (Breton et Collab. 2002). Plusieurs facteurs peuvent être associés à l'estime de soi. Le soutien des parents et celui des pairs seraient notamment reliés positivement à l'estime de soi et agiraient comme des facteurs de protection.

De plus, de nombreux auteurs (Cantin & Boivin, 2002; Deihl, Vicary, & Deike, 1997; Seidah, 2004), rapportent que l'estime de soi devient moins positive durant la première partie de l'adolescence (vers 11-13 ans), particulièrement chez les filles. Par exemple selon (Bolognini, Plancherel, Bettschart, & Halfon, 1996). Entre (12 et 14 ans) l'estime de soi liée aux domaines de l'apparence physique et de la compétence sociale diminuerait alors que celle en lien avec la compétence scolaire augmenterait.

En effet, il semblerait qu'à l'adolescence, l'estime de soi n'évolue pas nécessairement de la même façon chez les filles et les garçons. Suivant les résultats de la méta-analyse de (Miller et Downey, 1999), il existerait par ailleurs une relation modérée

entre l'estime de soi et le poids, un niveau faible d'estime de soi étant relié à un poids plus élevé. En effet, (Ledoux *et al.* 2002). Les filles de 13 et de 16 ans ayant un excès de poids étaient proportionnellement moins nombreuses à posséder un niveau élevé d'estime de soi que celles de poids normal ou insuffisant, relation qui ne fut pas observée chez les garçons). Par ailleurs, certains auteurs (Miller et Downey, 1999 ; Tiggemann, 2005). Sont d'avis que la perception de son poids serait plus fortement associée à l'estime de soi que le poids réel.

Dans le même ordre d'idées, selon (DuBois *et al.* 2000 ; Harter, 1993 et 1998 ; Siegel, 2002). Ce serait la perception de son apparence physique qui serait la plus fortement reliée à l'estime de soi générale à l'adolescence.). Dans l'étude de (Seidah et Collabo. 2004)), les perceptions de son apparence physique et de ses compétences dans le domaine scolaire sont ainsi apparues comme étant les dimensions les plus fortement reliées à l'estime de soi générale.

D'ailleurs, l'enquête auprès des jeunes du SLSJ de 1997 avait révélé que la satisfaction à l'égard de son apparence physique était le facteur le plus fortement relié à l'estime de soi générale. Plus particulièrement, Selon (Perron *et al.* 1999). Les résultats de la seconde enquête auprès des jeunes du SLSJ, réalisée en 2002, ont révélé que l'insatisfaction à l'égard de son corps et de son apparence physique étaient les facteurs les plus fortement associés à l'estime de soi générale chez les filles.

2.5. Conséquences du surpoids et de l'obésité sur l'estime de soi :

L'obésité est trop souvent considérée comme un mal esthétique, pourtant au-delà se cache une maladie dont les conséquences peuvent s'avérer extrêmement sérieuses pour la santé. La surcharge pondérale est importante, plus les risques cardiovasculaires n'augmentent.

Selon (Ozmen *et al.* 2007), la relation entre l'obésité et l'estime de soi ne fait pas l'unanimité. Cependant, dans la majorité des études, l'estime de soi chez les jeunes en surpoids tend à être plus faible en comparaison à des jeunes de poids normal (Ketata, Aloulou, Charfi, Abid, et Amami, 2010 ; Lefèvre, 2015 ; Sudres *et al.* 2013).

En effet, une méta-analyse (Griffiths, Parsons et Hill, 2010). A démontré que six études sur neuf ont révélé une diminution de l'estime de soi globale chez les jeunes obèses en comparaison avec des jeunes de poids santé. Selon (Sudres *et al.* (2013), près d'un adolescent sur deux atteint de surpoids ou d'obésité présente un score d'estime de soi faible. Dans une autre étude, selon (Lefèvre *et al.* 2011) ; On dénote que trois

adolescents sur quatre atteints d'obésité ont une estime de soi altérée, sans corrélation avec l'IMC, l'âge ou le sexe. Abondant dans le même sens, une autre étude selon (Lefevre et al. 2011) ; évaluant des adolescents obèses au début d'une prise en charge tend vers les mêmes résultats en démontrant un score « faible » ou « très faible » sur l'échelle de (Rosenberg, 1965), correspondant à une très forte dévalorisation chez trois adolescents obèses sur quatre, sans différence avec l'âge, le sexe ou l'IMC.

2.6. Conséquences d'une faible estime de soi

Selon (Martyn-Nemeth et al. 2009 ; Paxton et al, 2006). Une faible estime de soi et une insatisfaction de l'image corporelle ont des conséquences néfastes sur la santé psychologique (détresse psychologique, anxiété, symptômes dépressifs), physique (troubles alimentaires), sociale (retrait social) et académique (déscolarisation).

Ces conséquences sont davantage observables chez les adolescents obèses. (O'dea, 2006). Selon (Mond, van den Berg, Boutelle, Hannan, & Neumark-Sztainer, 2011. Seidah et al, 2004), Le lien entre l'IMC et l'estime de soi serait également indirect, l'insatisfaction de l'image corporelle.

Alors que (Friedman et al. (2002). montrent également que l'insatisfaction corporelle module la relation entre le degré d'obésité et la détresse psychologique, mais qu'il n'y a pas de relation linéaire. On peut alors supposer que l'ensemble de ces manifestations amène une altération de la qualité de vie des adolescents en surpoids (Lefèvre, 2015).

2.7. La relation entre l'estime de soi et l'insatisfaction de son image corporelle :

Les études de (Eide, 1982), (Taggart, 1977) et (Ledoux et al. 2002). Ont démontré « qu'une modification de la perception de son image corporelle influence l'estime de soi, puisque celle-ci est une dimension du concept de soi ».

Néanmoins, plusieurs études comme (Furnham, Badmin, & Sneade, 2002 ; Mond & Hay, 2007; Wardle et Cooke, 2005). Indiquent que l'insatisfaction de l'image corporelle est associée à une plus grande détérioration de l'estime de soi et d'autres aspects du fonctionnement psychosocial, autant chez les femmes que chez les hommes.

Des chercheurs (Allgood-Merten, Lewinshohn, & Hops, 1990). Sont arrivés à la conclusion que l'image corporelle est un aspect important de l'estime de soi et n'est pas un construit séparé. Il est donc raisonnable de supposer selon (Van Der Berg et al. 2010) ; Que l'insatisfaction corporelle et l'estime de soi ont une relation réciproque et que cette relation commence tôt dans la vie.

L'insatisfaction de l'image corporelle a plusieurs conséquences. Notamment, des sentiments de détresse psychologique sont fortement associés à des préoccupations relatives de l'image corporelle (Kostanski & Gullone, 1998 ; Ledoux et al. 2002). Par ailleurs, la perception de son image corporelle a un plus grand impact sur le plan psychologique que le poids réel d'une personne (Bearman et al. 2006).

En somme, la direction causale de la relation entre l'image corporelle et l'estime de soi peut être précisée davantage. Ceux qui conceptualisent l'image de soi globale comme étant un composite de plusieurs domaines centraux à un individu stipulent que l'insatisfaction de son image corporelle a un impact sur l'estime de soi (Rosenberg et al. 1995; Harter, 1993). D'autres pensent plutôt qu'un niveau faible d'estime de soi est un précurseur direct de l'insatisfaction de son image corporelle, en association avec d'autres variables telles le poids et la stature, ou en interaction avec d'autres variables, dont le perfectionnisme (Tiggemann, 2005). Néanmoins, il est possible que les deux s'influencent mutuellement et de différentes façons selon l'âge.

CHAPITRE 03

Partie Méthodologique

La méthodologie est une partie intégrante de toute discipline qui se veut scientifique. Au cours de cette partie méthodologique, on va retracer l'ensemble des étapes suivies pour la réalisation de notre travail, à savoir la démarche de la recherche et la population d'étude.

Nous allons consacrer un premier chapitre à l'élaboration de notre problématique au regard des concepts théoriques élaborés précédemment.

Nous présenterons ensuite les différentes hypothèses de recherche auxquelles aboutissent cette problématique. Nous expliquerons ensuite avec quels procédés nous avons opéré pour obtenir nos résultats: les outils de mesure, l'échantillonnage, les variables, la méthode d'analyse, les procédures et enfin, le schéma de recherche seront ainsi présentés.

1. La démarche de la recherche.

A cette étape, nous présentons ou exposons les méthodes ou les paradigmes auxquels on fait recours puis décrit les instruments ou technique qui seront utilisées.

Divers instruments servent à mesurer les variables d'étude. Ces instruments peuvent fournir des informations de type qualitatifs (entretiens, observations...etc.) Ou de types quantitatifs (questionnaire, échelle de mesure).

2. L'intérêt de la recherche

- Mettre en pratique nos connaissances acquises à travers notre cursus d'études.
- Apporter du nouveau et un enrichissement à travers ce thème, à la recherche académique et aux futurs chercheurs de notre faculté.
- Profiter l'occasion pour être au prés de cette couche de pratiquants (élèves) et démontrer le niveau d'estime de soi et image corporelle ainsi identifier les principaux facteurs clinique et sociodémographique corrélés à une faible estime de soi chez les adolescents scolarisés pratiquants et non pratiquant de l'APS en l'EPS.
- Etudier la prévalence d'une faible estime de soi dans notre population étudiée.

3. La population d'étude et les caractéristiques du choix

Nous avons distribués 250 exemplaires, échelle de (Rosenberg sur l'estime de soi globale, et L'inventaire de soi physique (ISP) échelle multidimensionnelle, issue des travaux de (Fox et Corbin. 1989). Pour des élèves du secondaire qui représentent la totalité

de la population mère de notre étude. A noté que sur 250 on a pu récupérer seulement 160 exemplaires.

3.1. Population :

Notre population se divise en deux groupes qui sont :

- ✓ **Le premier groupe** : il se constitue d'un ensemble adolescents inclut dans des établissements ordinaire et non pratiquant pour l'activité physique et sportive extrascolaire en nombre de 80 élèves au niveau de de la Wilayas (Bejaia) âgés entre 15 ans et 18 ans, des deux sexes (Féminin /Masculin).
- ✓ **Le deuxième groupe** : il se constitue d'un ensemble adolescents inclut dans des établissements ordinaire et non pratiquant pour l'activité physique et sportive extrascolaire en nombre de 80 élèves au niveau de de la Wilayas (Bejaia) âgés entre 15 ans et 18 ans, des deux sexes (Féminin /Masculin).qui se devise en quatre sous-groupes pratiquants(es) des activités (judo, athlétisme, volleyball et football).

3.2. L'échantillon :

3.2.1. L'échantillon probabiliste :

Notre échantillon a été choisi selon la technique d'échantillonnage aléatoire simple, le but est de tirer des conclusions concernent certaine caractéristiques d'une population à partir des informations contenues dans un échantillon.

Cette enquête a ciblé les acteurs suivants :

- ✓ Niveau d'estime de soi Des élèves pratiquants de l'APS (80)
- ✓ Niveau d'estime de soi Des élèves non pratiquants de l'APS (80)

3.3. Lieu de l'enquête

Nous avons mené l'enquête dans des établissements de la willaya de Bejaia. Nous avons fait ce choix en fonction de nos possibilités de déplacement, mais aussi dans le but de diversifier les sites et les milieux d'études. Compte tenu des objectifs que nous nous sommes assignés nous avons jugé nécessaire de varier l'instrument de recueil de donnée (l'échelle de Rosenberg, l'échelle d'ISP) destiné à chacun des cibles.

Notre recherche a été effectuée au centre-ville de la wilaya de Bejaia.

- ✓ L'académie nous a communiquéés des données indiquant le nombre des élèves inclut dans des établissements ordinaires au centre-ville, les noms de ces derniers et l'effectif de chaque sexe.

Tableau N°1 : récapitulatif de la population d'étude

	Nombre des élèves	Garçons	filles
Bejaia ville	7425	3311	4114
Ibn Sina	513	219	294
El houria	450	185	265
chouhada annani	1071	456	615
chouhada stambouli	674	325	349

4. Description de la recherche :

La description consiste à déterminer la nature et les caractéristiques des phénomènes et parfois à établir les associations entre eux la description peut constituer l'objectif d'une recherche. Par exemple, faire ressortir tous les aspects d'un service d'un département d'une académie ou d'un établissement.

La description peut aussi constituer le premier stade d'une recherche dans ce cas elle peut exposer les résultats d'une observation ou d'une enquête exploratoire.

5. Les outils de la recherche :

Pour résoudre le problème de notre problème susmentionné, nous avons appliqué les moyens et méthodes suivantes :

5.1. La méthode descriptive :

La recherche descriptive ou recherche explicative, a pour objet de répertorier et de décrire systématiquement un certain ordre de phénomènes, d'établir des regroupements de données et des classifications. Ainsi pour rechercher des causes, des principes ou des lois qui permettent de rendre compte des phénomènes (Raymond Robert Tremblay et Yvan Perrier, 2006).

5.2. Instruments utilisés :

Pour la mesure d'estime de soi nous avons utilisé :

5.2.1. Le questionnaire :

Le questionnaire est anonyme et s'effectue en 30 minutes, il est important pour la validité des résultats. Et que les adolescents(es) doivent répondre aux questions de manière autonome et en toute franchise. C'est pourquoi, on a distribué le questionnaire dans un endroit calme (classe), et en insistant sur l'importance d'y répondre sur place.

5.2.2. Type de questions :

Notre échelle contient des items fermés, dont l'intéressé doit choisir une seule réponse, Les items fermés collectent des réponses précises. Sachant qu'il existe plusieurs types d'items.

L'échelle d'estime de soi de Rosenberg (Rosenberg Self-Esteem scale)

Cette échelle traduite et validée par (Vallière et Vallerand. 1990), est composée de 10 items qui sont présentés sous forme positive (items 1, 2, 4, 6 et 7) et cinq autres sous forme négative (items 3, 5, 8, 9 et 10), afin de limiter l'effet de désirabilité sociale. Les réponses sont généralement cotées sur une échelle de Likert en 4 point allant de tout à fait en désaccord à tout à fait en accord.

La cotation des items négatifs est inversée, c'est-à-dire qu'il faut compter 4 si la personne entoure le chiffre (1), (3) si elle entoure le 2, (2) si elle entoure le 3 et (1) si elle entoure le chiffre 4.

Et l'interprétation des résultats est identique pour une femme ou un homme.

- . Si on obtient un score inférieur à 25, l'estime de soi est très faible.
- . Si on obtient un score entre 25 et 31, l'estime de soi est faible-2-1
- . Si on obtient un score entre 31 et 34, l'estime de soi est dans la moyenne.
- . Si on obtient un score compris entre 34 et 39, l'estime de soi est forte.
- . Si on obtient un score supérieur à 39, l'estime de soi est très forte

L'Inventaire de soi physique (ISP) :

La version initiale de cette échelle multidimensionnelle, issue des travaux de (Fox et Cobrin. 1989) et traduite en langue française par (Ninot et al. 2000), se présente sous la forme d'un auto-questionnaire de 25 items composé de 6 échelles : au niveau général, une échelle d'estime globale de soi (EG) avec 5 items, dont 2 items sont présentés sous forme positive (items 1 et 23) et 3 items sous forme négative (items 7, 13 et 19) ; au niveau physique, une échelle de valeur physique perçue (VPP) avec 5 items positifs (2, 8, 14, 20 et 24) ; 4 autres sous échelles correspondent à la condition physique, évaluée sur la base de la course d'endurance (E) avec 5 items, dont 3 items positifs (items 9, 15 et 21) et 2 items négatifs (items 3 et 25), la compétence sportive (CS) constituée de 4 items sous forme positive (items 4, 10, 16, 22), l'apparence physique (A) composée de 3 items dont 1 item positif (item 11) et deux items négatifs (items 5 et 17) et la force (F) avec 3 items positifs (items 6, 12 et 18). Le calcul des résultats se fait en additionnant nos scores aux questions 1, 2, 4, 6, 7. Pour les questions 3, 5, 8, 9, 10, la cotation est inversée.

Les réponses sont cotées sur une échelle de Likert en 6 points allant de pas du tout à tout à fait.

6. L'étude statistique:

TEST. STUDENT utilise les données dans matrice 1 et matrice 2 pour calculer une statistique t non négative. Si l'argument uni/bilatéral = 1, TEST.STUDENT renvoie la probabilité d'une valeur supérieure de la statistique t selon l'hypothèse que matrice1 et matrice2 sont des échantillons de populations ayant la même moyenne. La valeur renvoyée par TEST.STUDENT lorsque l'argument uni/bilatéral =2 est le double de celle renvoyée l'argument uni/bilatéral =1 et correspond à la probabilité d'une valeur absolue supérieure de la statistique t selon l'hypothèse « même moyenne de population ».

	X 1	X2		T	P-VALUE
MOYENNE	4,425	3,550		1,516	0,269
ECART- TYPE	0,813	0,071			
VARIANCE	0,661	0,005			
N	2	2			
			ddl	2	
			T TABULE 0,05	4,30	NS
			T TABULE 0,01	9,92	
VC	0,333125		T TABULE 0,001	31,60	

Figure N°01 : représente le logiciel test student.

6.1. Le pourcentage :

Après avoir récupérer les questionnaires distribués, en compte les scores des réponses à chaque énoncé, puis on calcule le pourcentage de chaque réponse selon l'effectif totale.

L'effectif total \longrightarrow 100%

Fréquence des réponses \longrightarrow pourcentage (X)

$$X = \frac{\text{Fréquence des réponses}}{\text{L'effectif total}}$$

6.2 La moyenne :

La moyenne d'une série statistique est égale au quotient de la somme de toutes les valeurs de cette série par l'effectif total.

6.3 L'écart type :

C'est la variance de l'écart par rapport à la moyenne, cela veut dire la distance qui sépare les valeurs individuelles du groupe.

Chapitre 04

analyse et interprétation des résultats

Question N°1 : Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre.

(T.D) Tout à fait en désaccord, (P.D) Plutôt en désaccord, (P.A) Plutôt en accord et (T.A) Tout à fait en accord.

Tableau N° 2: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au premier Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	04	02	16	18	40	4.1
%	10	5	40	45	100%	
Garçons	02	04	12	14	40	2.55
%	05	10	30	35	100%	
Total						3,325
ECART- TYPE					1,096	
VARIANCE					1.201	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	03	02	15	22	40	3.5
%	7.5	05	37.5	55	100%	
garçons	00	03	07	30	40	3.67
%	00	7.5	17.5	75	100%	
Total						3,585
ECART- TYPE					0.120	
VARIANCE					0.014	
T CALCULE	0.333	Comparaison	NS		P-VALUE	0.770

Les résultats enregistrés sur le tableau ci-dessus démontrent que le score moyen (6.65) des non sportifs est inférieur au score moyen des sportifs qui est égale à (7.17). A noter que 45% des filles sont Tout à fait en accord avec le premier item de RSES. Alors que, 40% sont plutôt en accord. Ainsi les résultats des garçons sportifs démontrent que 35% sont Tout à fait en accord et 30% sont plutôt en accord.

Pour les non sportif filles 55% sont tout à fait en accord. Tandis que, 37.5% ont répondu par Plutôt en accord. Ainsi pour le groupe des garçons 75% sont tout à fait en accord Tandis que 17% ont répondu par Plutôt en accord.

On remarque dans cette évaluation entre les deux groupes (pratiquant une activité physique et sportive et non pratiquants) une différence non significative.

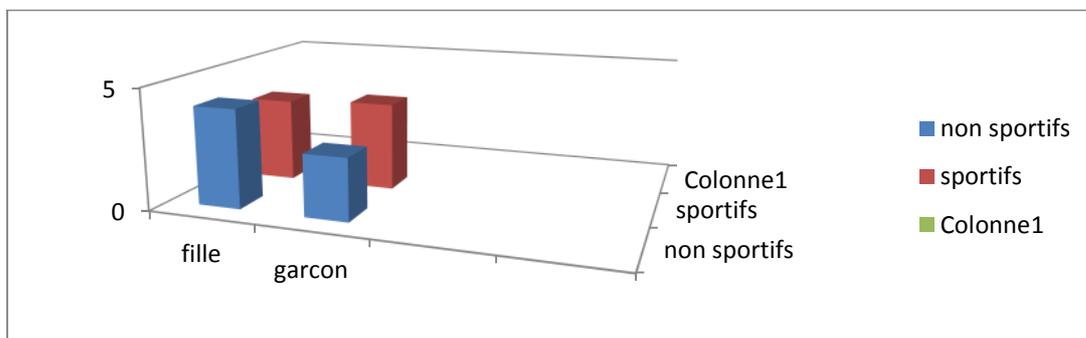


Figure N°02 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au premier Item de RSES.

Question N°2 : Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités.

Tableau N03° : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au deuxième Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	01	00	24	15	40	3.3
%	2.5	00	60	37.5		
Garçons	04	02	20	14	40	3.1
%	10	05	50	35	100%	
Total						3.200
ECART- TYPE					0.141	
VARIANCE					0.020	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	00	00	11	29	40	3.72
%	00	00	27.5	72.5		
garçons	00	00	13	27	40	3.67
%	00	00	32.5	67.5	100%	
Total						3.695
ECART- TYPE					0.035	
VARIANCE					0.001	
T CALCULE	4.802	COMPARAISON	significative à 0,05	P-VALUE	0.04	

72.5% des adolescentes ont répondu par Tout à fait d'accord avec ce deuxième item de RSES, 27.5% par Plutôt en accord, ainsi 67.5% des réponses des adolescents est de Tout à fait en accord et 32.5% sont des réponses de Plutôt en accord.

Alors que, 60% et 50% des réponses des non sportifs adolescent(e)s est de Plutôt en accord, 37.5% et 35% sont des réponses de Tout à fait en accord.

La moyenne pour ce deuxième item est plus élevée chez les pratiquants d'activité physique et sportive que chez les non pratiquants.

Après la comparaison des résultats sur le tableau ci-dessus, on observe l'existence d'une différence significative entre les deux groupes (P=0.05).

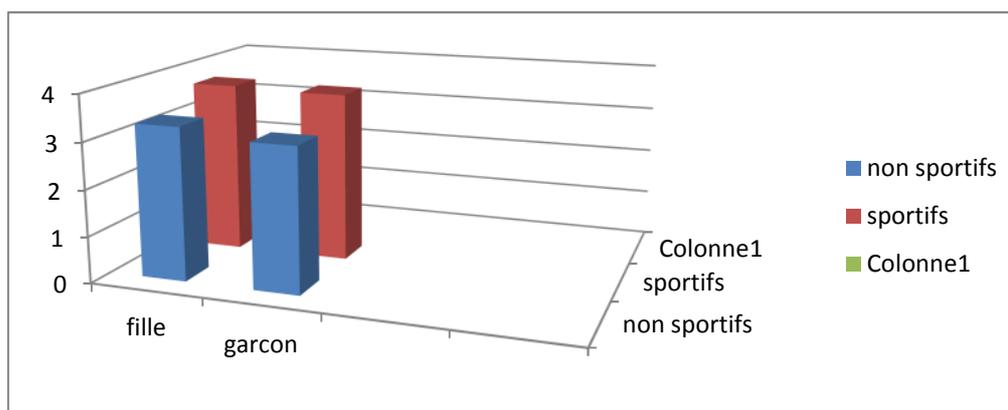


Figure N°03 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 02eme Item de RSES.

Question N°3 : Tout bien considéré, je suis porté à me considérer comme un raté.

Tableau N°04 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au 4eme Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	21	02	04	13	40	2.77
%	52.5	05	10	32.5	100%	
Garçons	04	18	04	14	40	2.3
%	10	45	10	35	100%	
Total						2.535
ECART- TYPE					0.332	
VARIANCE					0.110	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	34	06	00	00	40	3.85
%	85	15	00	00	100%	
garçons	35	03	01	01	40	3.77
%	87.5	7.5	2.5	2.5	100%	
Total						3.810
ECART- TYPE					0.057	
VARIANCE					0.003	
T CALCULE	5.349	COMPARAISON	significative à 0,05	P-VALUE	0.033	

Les réponses des non sportifs adolescent(e)s sont à 52.5% pour le Tout à fait en désaccord, 32.5% et 10% en Plutôt en accord et 32.5% en Tout à fait en accord avec cette l'Item 3 de RSES. Pour les garçons 45% sont Plutôt en désaccord, 35% Tout à fait en accord. Par contre du côté des sportifs la totalité est Tout à fait en désaccord avec l'item qui porte à se considérer comme un raté.

La moyenne des réponses pour l'Item est de 4 pour les sportifs, de (7.625) et (5.075) pour les non sportifs.

L'analyse des données de la présente recherche montre que la relation entre les pratiquants et non pratiquants est significative à 0.05.

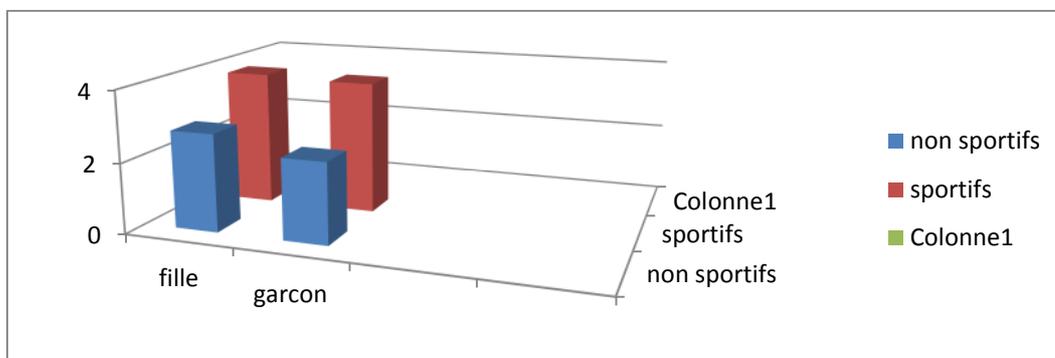


Figure N°04 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 03eme Item de RSES.

Question N°4 : Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens.

Tableau N°05 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au quatrième Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
Non pratiquants du sport					80	
Filles	00	00	23	17	40	3.42
%	00	00	57.5	42.5	100%	
Garçons	00	00	24	16	40	3.4
%	00	00	60	40	100%	
Total						3.410
ECART- TYPE					0.014	
VARIANCE					0000	
Pratiquants du sport					80	
Filles	00	00	10	30	40	3.75
%	00	00	25	75		
garçons	00	00	16	24	40	3.6
%	00	00	40	60	100%	
Total						3.675
ECART- TYPE					0.106	
VARIANCE					0.011	
T CALCULE	3.502	COMPARAISON		NS	P-VALUE	0.07

57.5% et 42.5% des non sportifs adolescent(e)s sont plutôt en accord avec l'item 4. Cependant, 42.5 et 40% qui restent sont tout à fait en accord avec ce dernier.

Quant au sportifs 75% et 60% ont répondu par Tout à fait en accord et 25% et 40% sont Plutôt en accord d'être capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens.

La moyenne des deux groupes reste élevée chez les sportifs avec un score de (7.1) et (6.825) pour les non sportifs.

L'analyse des données de la présente recherche montre que la relation entre les adolescents pratiquants(es) et non pratiquants(es) est non significative.

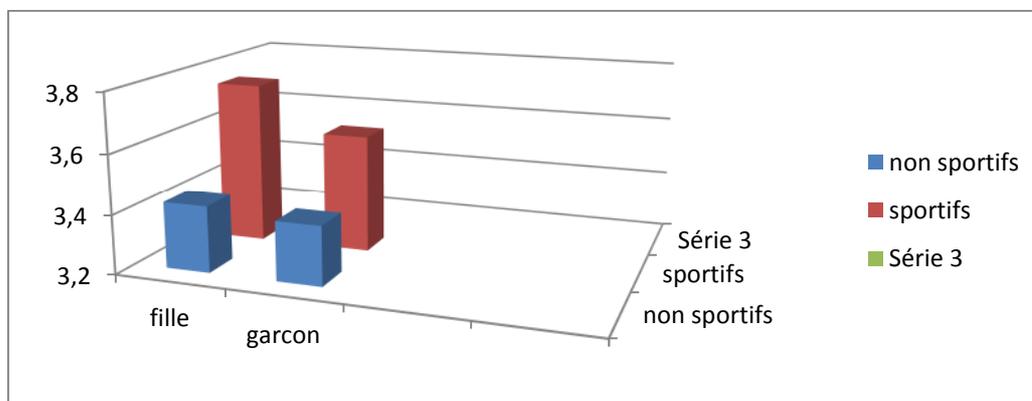


Figure N°05 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 04eme Item de RSES.

Question N°5 : Je sens peu de raisons d'être fier de moi.

Tableau N°06 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au cinquième Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	17	16	01	06	40	2.1
%	42.5	40	2.5	15	100%	
Garçons	20	10	10	00	40	3.25
%	50	25	25	00	100%	
Total						2.675
ECART- TYPE					0.813	
VARIANCE					0.661	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	31	09	00	00	40	3.77
%	77.5	22.5	00	00	100%	
garçons	34	06	00	00	40	3.85
%	85	15	00	00	100%	
Total						3.810
ECART- TYPE					0.057	
VARIANCE					0.003	
T CALCULE	1.969	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.188

Les résultats du tableau ci-dessus démontrent que 42.5% des filles non sportive sont Tout à fait en désaccord qu'il y a peu de raison d'être fier de soi, 40% sont plutôt en désaccord, 2.5% sont Plutôt en accord et le reste des 15% sont Tout à fait en accord. Ainsi

pour les garçons 50% sont Tout à fait en désaccord, 25% plutôt en désaccord et Plutôt en accord, le reste du pourcentage se considèrent comme raté.

77.5% et 85% des sportifs adolescents sont Tout à fait en désaccord avec l'item, 22.5% et 15% sont plutôt en désaccord.

La moyenne des deux groupes est de (5.35) pour les non sportifs et (7.625) pour les sportifs.

L'analyse des données de la présente recherche montre qu'il n'existe aucune différence entre les adolescents pratiquants(es) et non pratiquants(es).

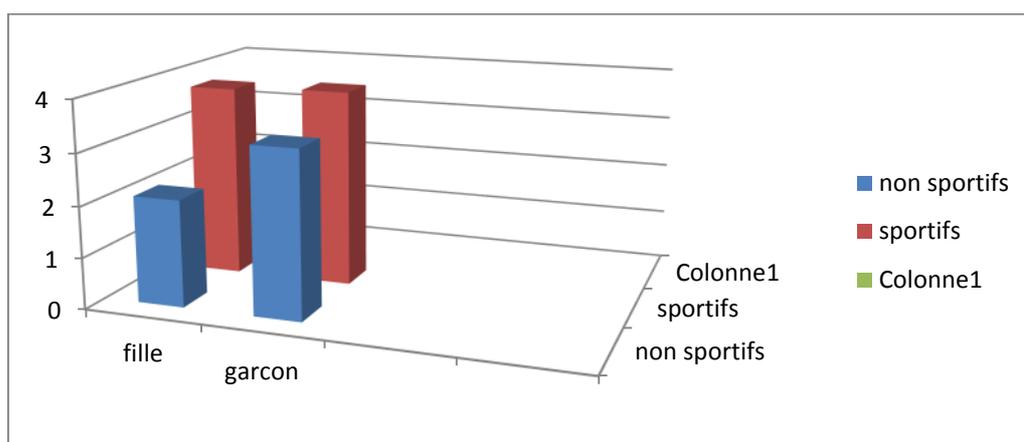


Figure N°06 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 05eme Item de RSES.

Question N°6 : J'ai une attitude positive vis-à-vis de moi-même.

Tableau N°07 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au sixième Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	04	03	08	25	40	3.35
%	10	7.5	20	62.5	100%	
Garçons	06	04	22	08	40	2.8
%	15	10	55	20	100%	
Total						3.075
ECART- TYPE					0.389	
VARIANCE					0.151	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	00	00	10	30	40	3.75
%	00	00	25	75	100%	
garçons	00	00	14	25	40	3.55
%	00	00	35	65	100%	
Total						3.650
ECART- TYPE					0.141	
VARIANCE					0.020	
T CALCULE	1.965	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.188

62.5% des non sportives adolescentes sont Tout à fait en accord d'avoir une attitude positive d'eux-mêmes, tandis que, 20% sont plutôt en accord. Ainsi pour les garçons adolescents 55% sont Plutôt en accord. Tandis que, 20% sont tout à fait en accord.

D'un autre coté 75% et 65% des sportifs adolescent(e)s sont Tout à fait en accord, et seulement 25% et 35% sont Plutôt en accord.

La moyenne est de (7.3) pour les sportifs et de (6.15) pour les non sportifs.

D'après L'analyse des données de la présente recherche on observe qu'il n'existe aucune différence entre les adolescents pratiquants (es) et non pratiquants(es).

Parce que si et seulement la valeur de (p) de votre test est inférieure à 0,05 (5%) le résultat sera significatif.

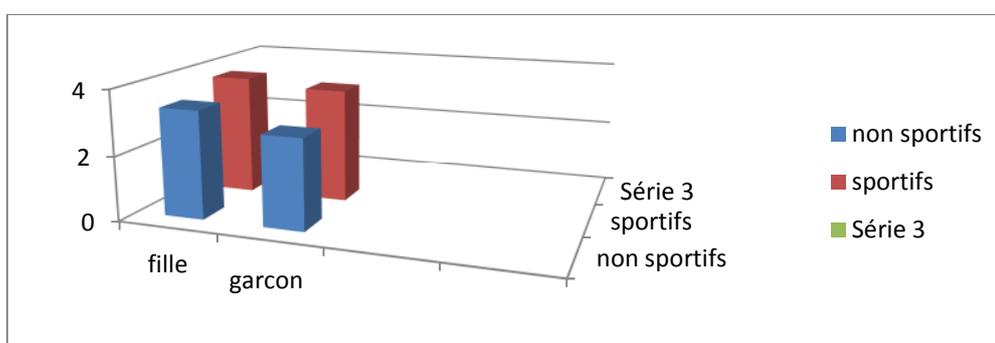


Figure N°07 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 06eme Item de RSES.

Question N°7 : Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi.

Tableau N°08 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au septième Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	00	00	26	14	40	3.35
%	00	00	65	35	100%	
Garçons	02	00	28	10	40	3.1
%	05	00	70	25	100%	
Total						3.225
ECART- TYPE					0.177	
VARIANCE					0.031	
	Pratiquants du sport				80	
FILLES	00	00	10	30	40	3.75
%	00	00	25	75	100	
Garçons	00	00	10	30	40	3.75
%	00	00	25	75	100%	
TOTAL						3.750
ECART- TYPE					0.0000	
VARIANCE					0.000	
T CALCULE	4.200	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.052

Les résultats du tableau ci-dessus démontrent que 75% des sportifs adolescents (es) sont Tout à fait d'accord, 25% sont Plutôt en accord que dans l'ensemble ils sont satisfait d'eux-mêmes, alors que 65% et 70% des non-sportifs ont choisi la réponse Plutôt en accord, 35% et 25% la réponse Tout à fait en accord.

Le score moyen reste élevé chez les sportifs.

D'après nos résultats il n'existe pas une différence significative entre les deux groupes (sportifs et non sportifs) pour cet item

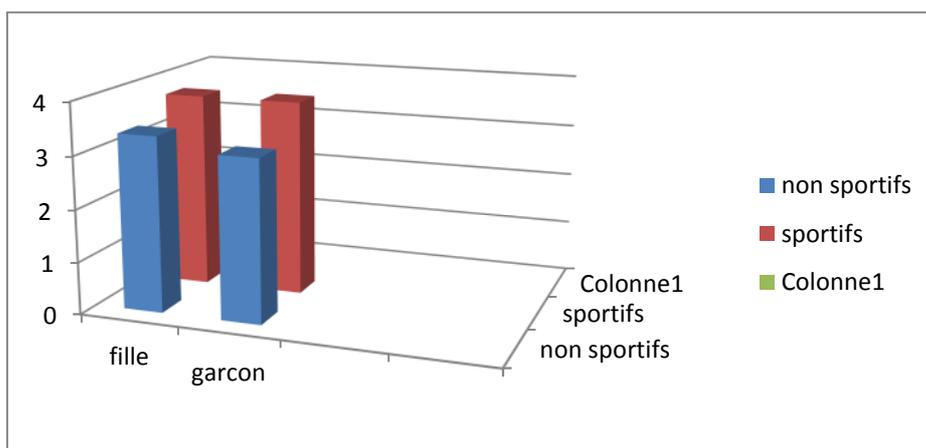


Figure N°08 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 07eme Item de RSES.

Question N°8 :J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même.

Tableau N°09 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au huitième Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	04	04	03	29	40	1.57
%	10	10	7.5	72.5	100%	
Garçons	22	18	00	00	40	3.55
%	55	45	00	00	100%	
Total						2.560
ECART-TYPE					1.400	
VARIANCE					1.960	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	09	09	03	19	40	2.2
%	22.5	22.5	7.5	47.5		
garçons	18	12	03	07	40	3.02
%	45	30	7.5	17.5	100%	
Total						2.610
ECART-TYPE					0.580	
VARIANCE					0.336	
T CALCULE	0.047	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.967

Les résultats du tableau ci-dessus indiquent que les sportifs adolescent(e)s sont à 22.5% tout à fait en désaccord et plutôt en désaccord en parallèle. Tandis que, 47.5% sont tout à fait d'accord par contre les sportifs adolescents 45% sont tout à fait en désaccord avec cet item. Et 55% des non sportifs adolescents sont tout à fait en désaccord, 45% plutôt en désaccord. Alors que, les non sportifs filles 72.5% sont tout à fait d'accord et 10% tout à fait en désaccord et plutôt en désaccord.

La moyenne est de (5.22) pour les sportifs et de (5.12) pour les non sportifs.

Les résultats du tableau ci-dessus nous indiquent l'existence d'une différence non significative entre les deux groupes pratiquants(es) et non pratiquants(es) de l'activité physique et sportive.

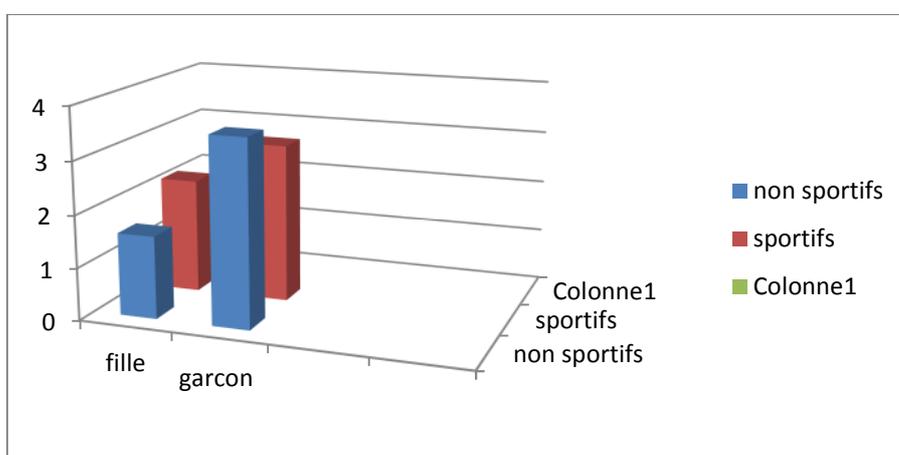


Figure N°09 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 08eme Item de RSES.

Question N°9 : Parfois je me sens vraiment inutile.

Tableau N°10 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au neuvième Item de RSES.

Point	T.D 4	P.D 3	P.A 2	T.A 1	TOTAL	moyenne
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	25	8	7	00	40	3.45
%	62.5	20	17.5	00	100%	
Garçons	22	10	08	00	40	3.35
%	55	25	20	10	100%	
Total						3.400
ECART- TYPE					0.071	
VARIANCE					0.005	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	28	07	04	01	40	3.52
%	70	17.5	10	2.5	100%	
garçons	28	05	03	01	40	3.32
%	70	12.5	7.5	2.5	100%	
Total						3.420
ECART- TYPE					0.141	
VARIANCE					0.020	
T CALCULE	0.179	COMPARAISON		NS	P-VALUE	0.875

Les résultats enregistrés dans le tableau ci-dessus nous indiquent que la moyenne total des sportifs qui est égal à (6.85) est légèrement supérieur à celle des non-sportifs qui est égale à (6.8), à noter que 62.5 % des non-sportif (filles) ont répondu par Tout à fait en désaccord, et 20% par Plutôt en désaccord. Pour les garçons 55% ont répondu par Tout à fait en désaccord et 25% par Plutôt en désaccord.

Et pour notre échantillon de sportif adolescent(es) 70% de la totalité a répondu d'être Tout à fait en désaccord avec l'item.

La différence entre les deux groupes a conclu qu'il existe une différence non significative entre les deux groupes.

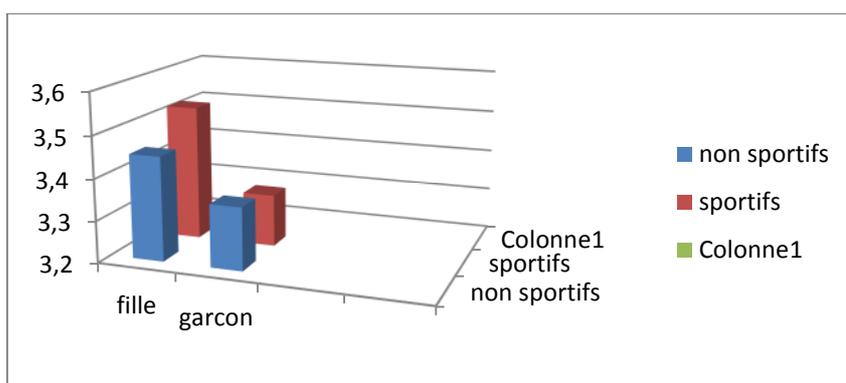


Figure N°10 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 09eme Item de RSES.

Question N°10 : Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien.

Tableau N°11 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents d'EPS sportifs et non sportifs au dixième Item de RSES.

Point	T.D 4	P.D 3	P.A 2	T.A 1	TOTAL	moyenne
	Non pratiquants du sport				80	
Filles	24	09	02	05	40	3.3
%	60	22.5	5	12.5	100%	
Garçons	18	10	04	08	40	2.95
%	45	25	10	20	100%	
Total						3.125
ECART- TYPE					0.247	
VARIANCE					0.061	
	Pratiquants du sport				80	
Filles	40	00	00	00	40	4
%	100	00	00	00	100%	
garçons	40	00	00	00	40	4
%	100	00	00	00	100%	
Total						4.00
ECART- TYPE					0.000	
VARIANCE					0.00	
T CALCULE	5.000	COMPARAISON	significative à 0,05	P-VALUE	0.03	

D'après les résultats du tableau ci-dessus, le score moyen des sportifs pour cet Item est de (08) qui sont supérieur à celui des non sportifs qui ont un score moyen de (6.25). A

noter que 60% des non-sportifs adolescent(e)s ont choisis la réponse Tout à fait en désaccord. Tandis que, 22.5 % sont plutôt en désaccord ainsi que 12.5% sont tout à fait en accord. Par contre pour les sportifs adolescent(e)s la totalité ont répondu par Tout à fait en désaccord.

Après comparaison des données indiquées sur le tableau ci-dessus entre les pratiquants(e)s et les non pratiquants(e)s de l'APS nous avons récolté une différence significative.

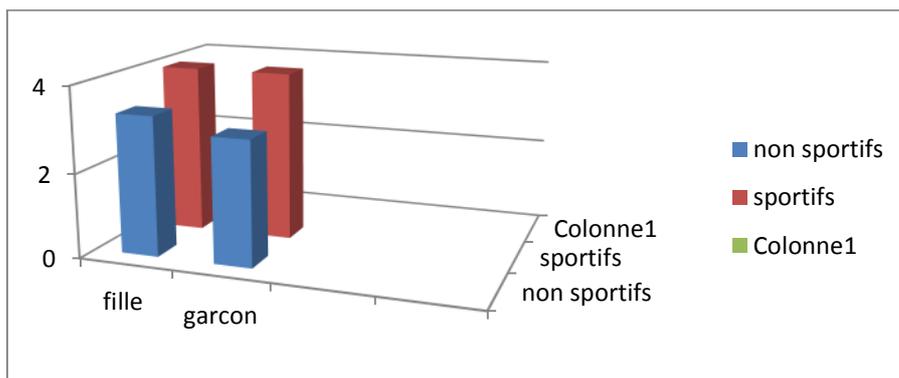


Figure N°11 : représentation des réponses des adolescents sportifs et non sportifs au 10eme Item de RSES.

Conclusion

Après avoir effectué le récapitulatif des moyennes générales entre les deux groupe pratiquants et non pratiquants de l'activité physique et sportive (filles/garçons) on conclut qu'il existe une différence significative a 0.01 entre ces deux groupes. Parce que si et seulement la valeur de (p) de notre test est inférieure à 0,05 (5%) le résultat sera significatif.

La pratique des activités physique et sportive chez les adolescents (filles et garçons), l'estime de soi est significativement plus élevée chez ceux pratiquant une activité physique et sportive régulière que chez ceux qui n'en pratiquent pas (Modrain et al., 1998. Fox, 2000). Le modèle de (Fox et Corbin. 1989), présente l'estime de soi comme étant reliée au domaine corporel par la valeur physique perçue, elle-même déterminée par la condition physique, la compétence, l'apparence physique et la force.

Tableaux N°12 : récapitulatif des moyennes générales des deux groupes

	MOYENNE	ECART TYPE	VARIANCE	T CALCULE	P VALUE	COMPARAISON
NON SPORTIFS	6.106	0.678	0.459	3.332	0.06	NS
SPORTIFS	7.178	0.759	0.576			

II- Comparaison des résultats entre les adolescents(es) pratiquants l'activité physique et sportive individuelle (**judo-athlétisme**) et l'activité physique et sportive collective (**volleyball-football**).

Question N°1 : Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre.

Tableau N°13: moyenne, pourcentages des réponses des adolescents pratiquants du sport collectif et individuel sur la première Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
	pratiquants du sport COLLECTIF					
Filles	01	00	04	15	20	3.65
%	05%	00%	20%	75%	100%	
Garçons	00	00	04	16	20	3.8
%	00%	00%	20%	80%	100%	
Total						3.725
ECART- TYPE					0.106	
VARIANCE					0.011	
	Pratiquants du sport individuel					
Filles	01	01	08	10	20	3.35
%	05%	05%	40%	50%	100%	
garçons	00	00	06	14	20	3.7
%	00%	00%	30%	70%	100%	
Total						3.525
ECART- TYPE					0.247	
VARIANCE					0.061	
T CALCULE	1.050	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.404

Les résultats enregistrés sur le tableau ci-dessus démontrent que dans le sport collectif 75% des filles ont répondu par Tout à fait en accord, 20% par plutôt en accord et 5% par tout à fait en désaccord. Tandis que, 80% des garçons ont répondu par Tout à fait en accord et 20% par plutôt en accord.

Dans le sport individuel 50% des filles ont répondu par tout à fait en accord, 40% par Plutôt en accord, Le reste ont répondu par plutôt en désaccord et tout à fait en désaccord. Tandis que, Les garçons 70% ont répondu par tout à fait et 30% par Plutôt en accord.

La moyenne totale des filles et garçons pratiquants le sport collectif est supérieur à la moyenne totale des filles et garçons pratiquants le sport individuel qui est égale à (7.05<7.45). Tandis que, le score moyen des garçons est supérieur à celui des filles dans les deux activités

On remarque dans cette évaluation entre les deux groupes pratiquants une APS collectif ou individuel l'absence d'une différence significative.

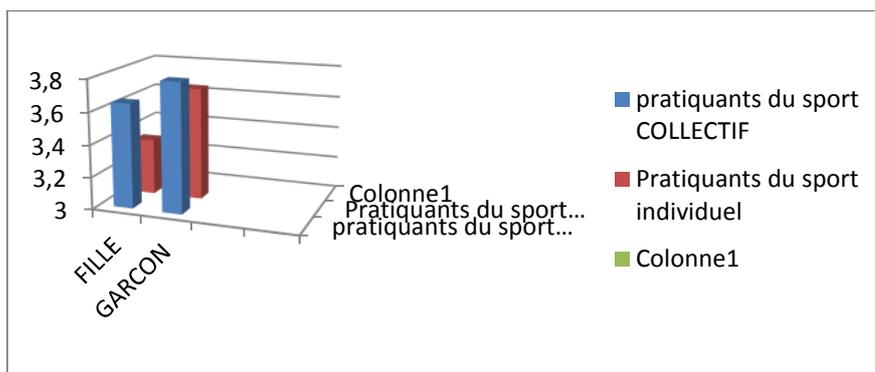


Figure N°12 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la première Item de RSES.

Question N°2 : Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités.

Tableau N°14: moyenne, pourcentages des réponses des adolescents à la 2eme Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
pratiquants du sport collectif						
Filles	01	00	04	15	20	3.65
%	05%	00%	20%	75%		
Garçons	08	02	03	07	20	2.45
%	40%	10%	15%	35%	100%	
total						3.050
ECART- TYPE					0.849	
VARIANCE					0.720	
Pratiquants du sport individuel						
Filles	00	00	05	15	20	3.75
%	00%	00%	25%	75%		
garçons	01	01	12	06	20	3.15
%	05%	05%	60%	30%	100%	
Total						3.450
ECART- TYPE					0.424	
VARIANCE					0.180	
T CALCULE	0,596	Comparaison	NS		P-VALUE	0,611

75% des adolescents pratiquants le sport collectifs ont répondu par Tout à fait d'accord, 20% par Plutôt en accord et 5% par tout à fait en désaccord, plutôt 40% des garçons sont tout à fait en désaccord, 35% sont Tout à fait en accord, 15% sont Plutôt en accord et 10% sont plutôt en accord.

Dans le sport individuel 75% des filles sont tout à fait d'accord et 25% Plutôt en accord. Tandis que, 60% des garçons ont répondu par plutôt en accord, 30% Tout à fait d'accord et le reste sont plutôt et tout à fait en désaccord.

La moyenne total des pratiquants du sport collectif est inférieure au moyenne total des pratiquants du sport individuel qui est égale à (6.1<6.9). Tandis que la moyenne des garçons est inférieure à celui des filles dans les deux activités.

Dans la comparaison entre les deux groupes pour cet item, on n'observe aucune différence significative.

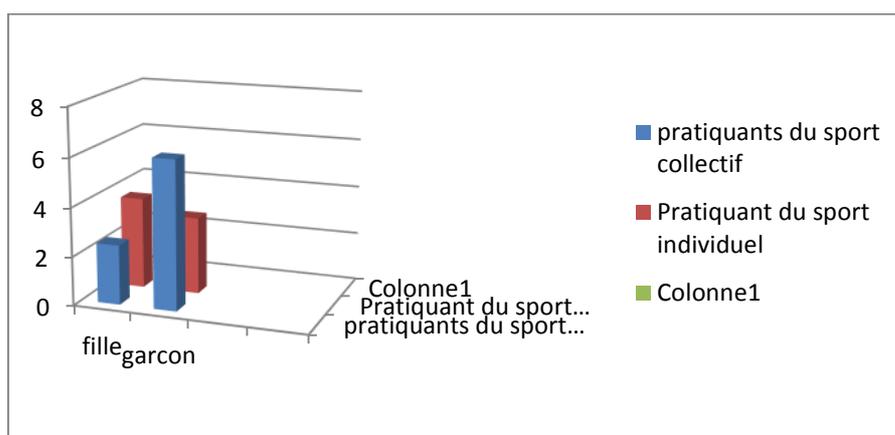


Figure N°13 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 02eme Item de RSES.

Question N°3 : Tout bien considéré, je suis porté à me considérer comme un raté.

Tableau N°15: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents à la 3eme Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	pratiquants du sport collectif				40	
Filles	05	05	08	02	20	2.65
%	25%	25%	40%	10%	100%	
Garçons	19	01	00	00	20	3.95
%	95%	5%	00	00	100%	
total						3.3
ECART- TYPE					0.919	
VARIANCE					0.845	
	Pratiquant du sport individuel				40	
Filles	09	01	06	04	20	2.75
%	45%	05%	30%	20%	100%	
garçons	09	09	01	01	20	2.85
%	45%	45%	05%	05%	100%	
Total						2.8
ECART- TYPE					0.071	
VARIANCE					0.005	
T CALCULE	0.767	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.523

40% des réponses des filles sont Plutôt en accord, 50% ont répondu Tout à fait en désaccord et plutôt en désaccord et 10% par tout à fait en accord. Par contre, les garçons ont répondu avec un pourcentage de 95 par tout à fait en désaccord et 5% par plutôt en désaccord.

90% des garçons pratiquants le sport individuels et 50% des filles sont tout à fait et plutôt en désaccord tandis que 35% et 25% sont plutôt et tout à fait en accord.

La moyenne totale des pratiquants du sport collectif est supérieur au moyenne totale des pratiquants du sport individuel qui est égale à $(5.6) < (6.6)$. Tandis que, la moyenne des filles du sport collectif est inférieur par rapport à celui des filles du sport individuel.

Pour les deux groupes collectif et individuel la différence n'est pas significative.

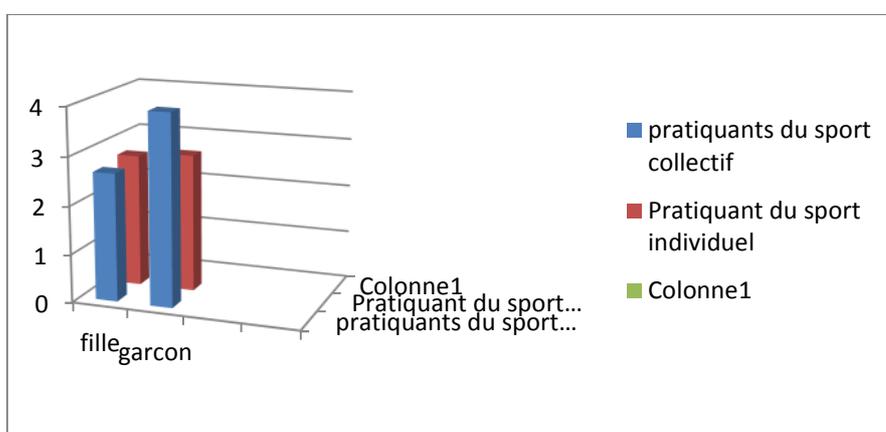


Figure N°14 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 03eme Item de RSES.

Question N°4 : Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens.

Tableau N°16: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents. Item 4eme de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
	pratiquants du sport collectif				40	
Filles	02	03	08	03	20	2.2
%	10%	15%	40%	15%	100%	
Garçons	00	02	09	09	20	3.35
%	00%	10%	45%	45%	100%	
total						2.775
ECART- TYPE					0.813	
VARIANCE					0.661	
	Pratiquants du sport individuel					
Filles	05	03	08	04	20	2.55
%	25%	15%	40%	20%	100%	
garçons	00	02	09	09	20	3.35
%	00%	10%	45%	45%	100%	
Total						2.950
ECART- TYPE					0.566	

VARIANCE				0.320	
T CALCULE	0.250	COMPARAISON	NS	P-VALUE	0.826

Pour les filles 40% sont plutôt en accord, 15% tout à fait d'accord et de même plutôt en désaccord et 10% sont tout à fait en désaccord. Ainsi que 90% des adolescents ont répondu par plutôt en accord et tout à fait d'accord et le reste par plutôt en accord.

En outre, les garçons du sport individuels ont les mêmes résultats que ceux du sport collectifs quant aux filles 40% sont Plutôt en accord, 25% tout à fait en désaccord, 20% tout à fait en accord et 15% sont plutôt en désaccord. La moyenne totale dans le sport collectif est inférieure au moyenne totale dans le sport individuel qui est égale à (5.55) < (5.9). Tandis que, la moyenne des garçons est égale.

Dans les résultats du tableau ci-dessus on ne constate que la différence entre les deux groupes est non significative.

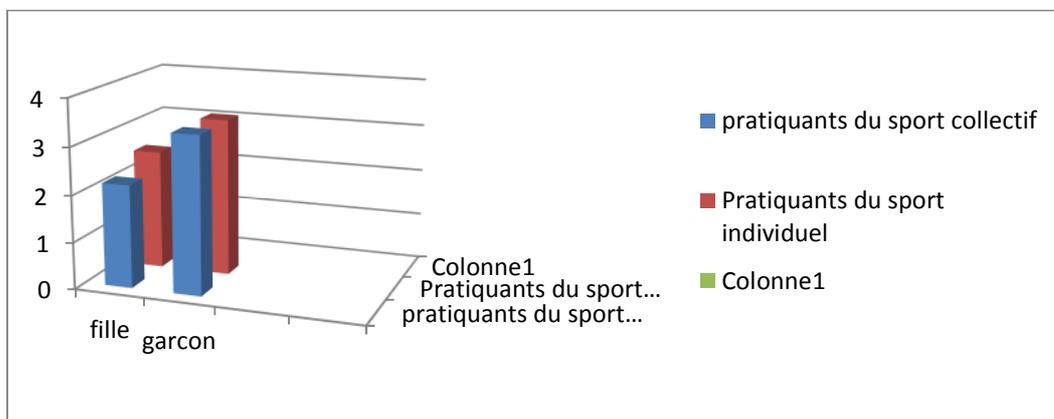


Figure N°15 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 04eme Item de RSES.

Question N°5 : Je sens peu de raisons d'être fier de moi.

Tableau N°17: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs au 05eme Item de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	Pratiquants du sport collectif					
Filles	07	07	04	02	20	2.95
%	35%	35%	20%	20%	100%	
Garçons	07	02	03	08	20	2.4
%	35%	10%	15%	40%	100%	
total						2.675
ECART TYPE					0.389	
VARIANCE					0.151	
	Pratiquants du sport individuel					
Filles	13	03	04	00	20	3.45
%	65%	15%	20%	00%	100%	
garçons	12	03	01	04	20	3.15

%	60%	15%	05%	20%	100%	
Total						3.300
ECART TYPE						0.212
VARIANCE						0.045
T CALCULE	1.995	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.184

Les résultats du tableau ci-dessus montrent que 65% des sportifs adolescent(e)s pratiquant(e)s le sport individuel sont Tout à fait en désaccord qu'il y a peu de raison d'être fier de soi, 15% sont plutôt en désaccord.

35% des sportifs adolescents(es) pratiquant(e)s du sport collectifs sont Tout à fait en désaccord avec l'item et 40% garçons sont tout à fait d'accord et 35% filles sont plutôt en désaccord.

La moyenne totale des filles et garçons pratiquants le sport collectif est de (5.35), qui sont inférieur à celui du sport individuel qui est de (6.6).

Les deux groupes présentent une différence non significative dans l'Item5

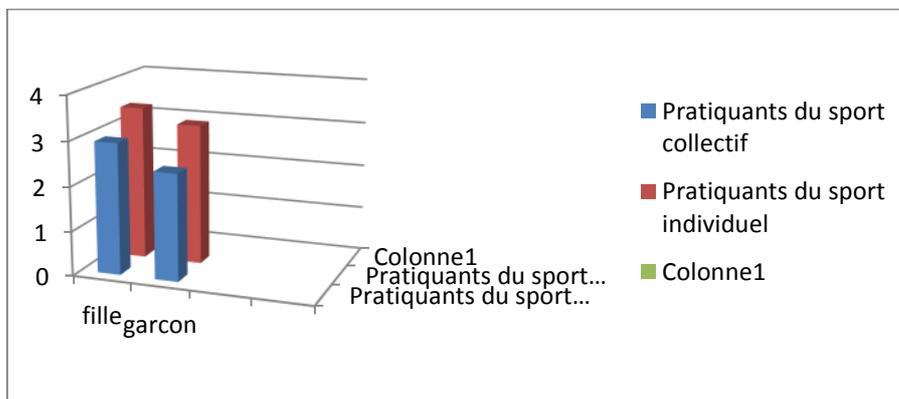


Figure N°16 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 05eme Item de RSES.

Question N°6 :J'ai une attitude positive vis-à-vis de moi-même.

Tableau N°18: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs Item le 06eme de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne	
Point	1	2	3	4			
Pratiquants du sport collectif					40		
Filles	02	02	05	11	20	3.25	
%	10%	10%	25%	55%	100%		
Garçons	01	01	09	09	20	3.3	
%	05%	05%	45%	45%	100%	6.55	
Total							3.275
ECART TYPE						0.035	
VARIANCE						0.001	
Pratiquants du sport individuel							
Filles	08	05	02	05	20	2.2	
%	40%	25%	10%	25%			
garçons	02	03	05	10	20	3.15	

%	10%	15%	25%	50%	100%	
Total						2.675
ECART TYPE						0.672
VARIANCE						0.451
T CALCULE	1.261	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.334

55% des adolescentes pratiquants(es) le sport collectifs sont Tout à fait en accord d'avoir une attitude positive d'eux-mêmes, 25% sont plutôt en accord. Contrairement aux garçons 90% sont tout à fait et Plutôt en accord d'avoir une attitude positive d'eux-mêmes tandis que, 20% sont tout à fait en désaccord.

D'une autre part 65% des filles pratiquants(es) le sport individuel sont Tout à fait et plutôt en désaccord d'avoir une attitude positive d'eux-mêmes. Et seulement, 35% sont Plutôt et tout à fait en accord, par contre les garçons 80% sont tout à fait et plutôt d'accord.

Le score des moyennes est toujours élevé dans le sport collectif.

D'après les résultats de ce tableau on remarque une différence non significative.

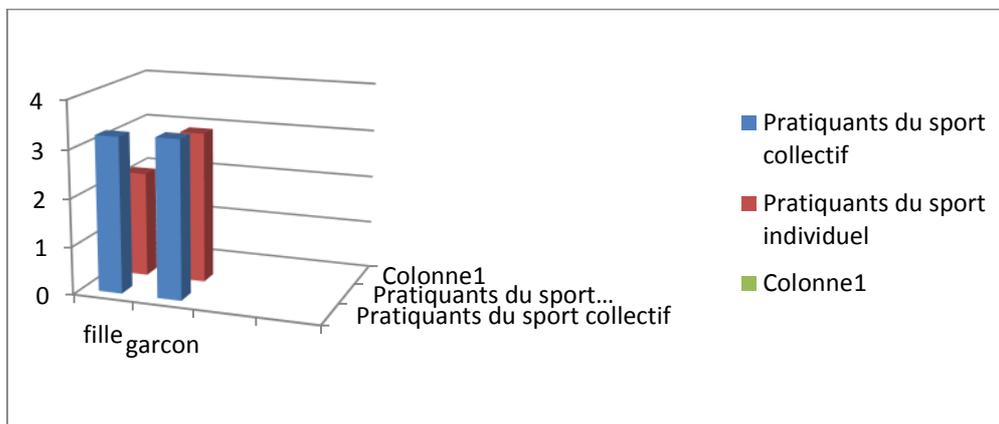


Figure N°17 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 06eme Item de RSES.

Question N°7 : Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi.

Tableau N°19: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs Item le 07eme de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	1	2	3	4		
Pratiquants du sport collectif					40	
Filles	01	00	09	10	20	3.4
%	05%	00%	45%	50%	100%	
Garçons	00	00	09	11	20	3.55
%	00%	00%	45%	55%	100%	
TOTAL						3.475
ECART TYPE					0.106	
VARIANCE					0.011	
Pratiquants du individuel					40	
FILLES	00	00	09	11	20	3.55
%	00%	00%	45%	55%	100	

Garçons	00	02	06	12	20	3.5
%	00%	10%	30%	60%	100%	
TOTAL						3.525
ECART TYPE						0.035
VARIANCE						0.001
T CALCULE	0.632	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.592

95% des filles sont plutôt et tout à fait en accord que dans l'ensemble ils sont satisfaites d'eux-mêmes 5% sont tout à fait en désaccord, plutôt le score des garçons est de 100%.

Contrairement au sport individuel les filles ont eu le score de 100% et garçons de 90%. La différence de la moyenne totale entre les deux groupes est de $p=0.7$.

Le tableau au-dessus résume qu'il n'existe pas une différence significative.

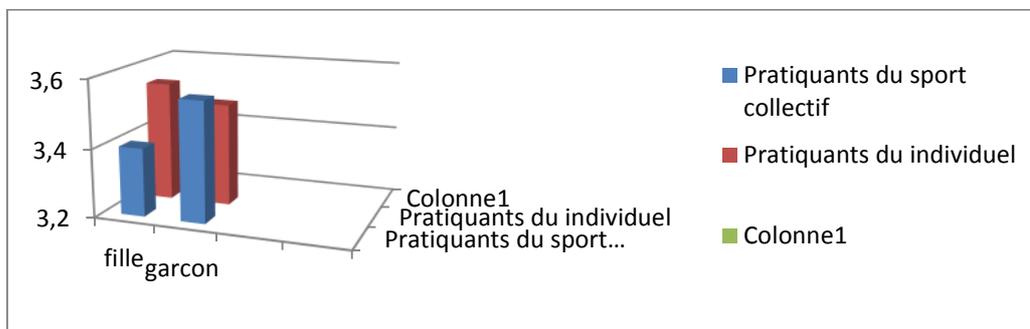


Figure N°18 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur la 07eme Item de RSES.

Question N°8 : J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même.

Tableau N°20 : Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs Item le 08eme de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
Pratiquants du sport collectif					40	
Filles	07	08	00	05	20	2.85
%	35%	40%	00%	25%	100%	
Garçons	05	05	03	07	20	2.4
%	25%	25%	15%	35%	100%	
total						2.625
ECART TYPE						0.318
VARIANCE						0.101
Pratiquants de sport individuel						
Filles	15	00	01	04	20	3.3
%	75%	00%	05%	20%		
garçons	11	09	00	00	20	3.55
%	55%	45%	00%	00%	100%	
Total						3.425
ECART TYPE						0.177
VARIANCE						0.031
T CALCULE	3.108	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.090

Les résultats du tableau ci-dessus montrent que, 75% des sportifs adolescente(s) qui pratique le sport individuels sont Tout à fait en désaccord. Tandis que, 20% sont tout à fait d'accord. 55% des garçons ont choisi la réponse tout à fait en désaccord et 45% plutôt en désaccord.

Les filles pratiquantes le sport collectif, 40% ont choisis plutôt en désaccord, 35% tout à fait en désaccord ainsi 35% Des ont coché sur tout à fait d'accord et 25% sur tout à fait et plutôt en désaccord.

La moyenne est élevée dans le sport individuel pour les deux catégories filles et garçons N'ont conclu que la différence non significative

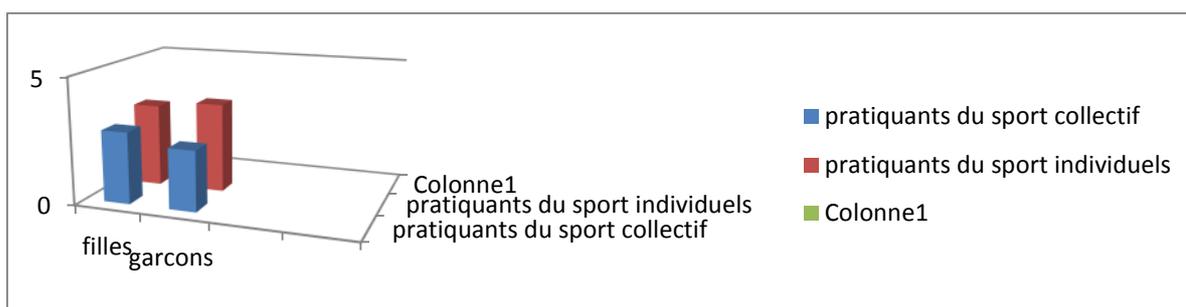


Figure N°19 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 08eme Item de RSES

Question N°9 : Parfois je me sens vraiment inutile.

Tableau N°21: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs Item le 09eme de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	pratiquants du sport collectif				40	
Filles	14	02	03	01	20	3.45
%	70%	10%	15%	05%	100%	
Garçons	17	03	00	00	20	3.85
%	85%	15%	00%	00%	100%	
Total						3.650
ECART TYPE					0.283	
VARIANCE					0.080	
	Pratiquants du sport individuel					
Filles	14	06	00	00	20	3.7
%	70%	30%	00%	00%		
garçons	16	02	02	00	20	3.7
%	80%	10%	10%	00%	100%	
Total						3.700
ECART TYPE					0.00	
VARIANCE					0.000	
T CALCULE	0.250	COMPARAISON	NS		P-VALUE	0.826

La moyenne total des pratiquants du sport collectif est légèrement inférieure au moyenne total des pratiquants du sport individuel qui est égale à $(7.3) < (7.4)$. Tandis que la moyenne des garçons du groupe collectif est légèrement supérieure à celui des garçons du groupe individuel. À noter que, 70 % des filles ont répondu par Tout à fait en désaccord alors que 10% sont Plutôt en désaccord. Pour les garçons 85% ont répondu par Tout à fait en désaccord et 15% par Plutôt en désaccord.

Pour notre échantillon du sport individuel 70%, des filles ainsi que 80% des garçons ont coché sur la proposition d'être Tout à fait en désaccord.

La différence entre les deux groupes pour ce dernier n'est pas significative $p=0.8$

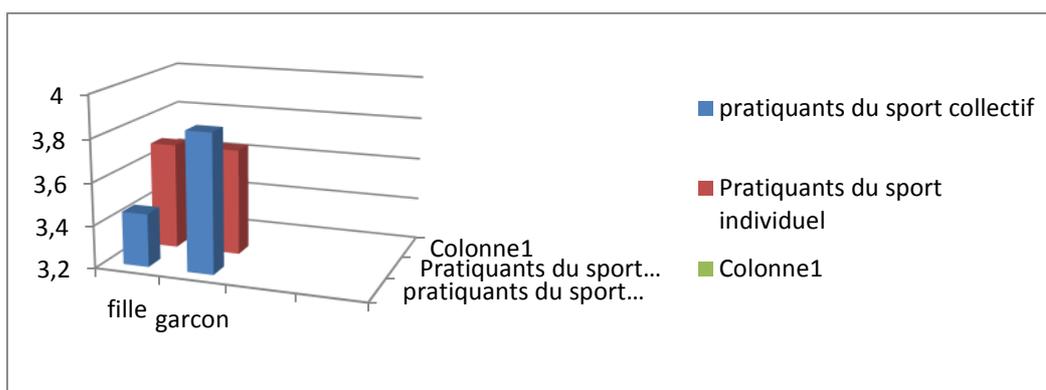


Figure N°20 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 09eme Item de RSES.

Question N°10 : Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien.

Tableau N°22: Moyennes, pourcentages des réponses des adolescents sportifs Item le 10eme de RSES.

	T.D	P.D	P.A	T.A	TOTAL	moyenne
Point	4	3	2	1		
	pratiquants du sport collectif				40	
Filles	20	00	00	00	20	4
%	100%	00%	00%	00%		
Garçons	19	00	00	01	20	3.85
%	95%	00%	00%	5%	100%	
Total						3.925
Ecart type					0.106	
variance					0.011	
	Pratiquants du sport individuel					
Filles	14	04	02	00	20	3.6
%	70%	20%	10%	00%		
garçons	14	03	02	01	20	3.5
%	70%	15%	10%	05%	100%	
Total						7.1
Ecart type					0.071	
Variance					0.005	
T CALCULE	4.160	Comparaison	NS		P-VALUE	0.053

D'après les résultats du tableau ci-dessus, la moyenne totale des filles et garçons pratiquants le sport collectif est de (7.85) qui sont légèrement supérieurs à ceux des pratiquants du sport individuel qui est de (7.1). À noter que 100% des filles et 95% des garçons pratiquants(e)s le sport collectif ont choisi la réponse Tout à fait en désaccord. Et 70% des filles et garçons dans le sport individuels.

$P=0.05$ alors il n'existe aucune différence significative entre les deux groupes.

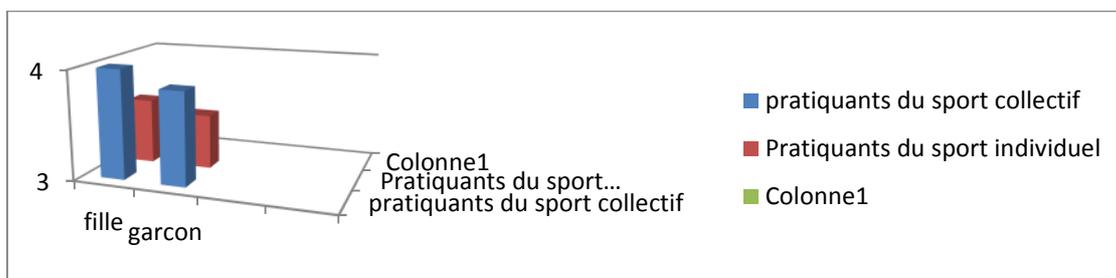


Figure N°21 : Moyennes des réponses des adolescents pratiquants du sport collectifs et individuel sur 10eme Item de RSES.

Tableau N° 23 : récapitulatif des adolescents sportifs et non sportifs

	MOYENNE	ECART TYPE	VARIANCE	T CALCULE	P VALUE	COMPARAISON
NON SPORTIFS	6.496	0.915	0.837	0.230	0.821	NS
SPORTIFS	6.580	0.707	0.500			

L'analyse des données de la présente recherche démontrent qu'il existe une différence non significative entre les deux groupes. Parce que si et seulement la valeur de p de notre test est inférieure à 0,05 (5%) le résultat sera significatif.

Conclusion

D'après tous les résultats sur l'ensemble des items de RSES on constate qu'il n'y a aucune différence significative entre la pratique des disciplines individuelles ou collectives.

Quand on parle d'activité physique, c'est surtout l'adaptation physiologique à l'effort qui est responsable de l'amélioration du bien-être psychologique (Merzbacher, 1979, Michael, 1957). L'exploitation du soi et de ses processus s'est développée grâce aux travaux de (James 1892, de Cooley, 1902. et de Mead. 1925). Pour James, l'estime de soi serait le résultat d'un rapport entre nos succès et échecs et nos aspirations à réussir. Ainsi, un individu aurait une estime de soi élevée si ses succès sont supérieurs à ses aspirations.

II. Distribution des effectifs dans les questionnaires

Nous allons maintenant procéder à l'analyse des résultats à travers l'opération de «tri à plat», c'est-à-dire que nous allons traiter la distribution des effectifs et des pourcentages des modalités de réponse pour chaque question posée. Par conséquent, une seule variable sera questionnée dans cette première approche analytique.

L'ISP est composé de six Echelle

2.1. Echelle d'estime globale de soi : est constituée de 06 items qui sont comme suite.

(Q1) : J'ai une bonne opinion de moi-même.

(Q2) : Je voudrais rester comme je suis.

(Q3) : Il y a des tas de choses en moi que j'aimerais changer.

(Q4) : Je regrette souvent ce que j'ai fait.

(Q5) : J'ai souvent honte de moi

Tableau N°24 : Moyenne de l'Echelle d'estime globale de soi de l'ISP pour les deux groupes sportifs et non sportifs.

NON PRATIQUANTS DU SPORT												
codes												
Item	01		02		03		04		05		06	
	total	%										
01	05	6.25	05	6.25	02	2.5	22	27.5	15	18.75	31	38.75
02	18	22.5	08	10	13	16.25	07	8.75	00	00	34	42.5
03	04	5	11	13.75	10	12.5	17	21.25	11	13.75	27	33.75
04	18	22.5	15	18.75	26	32.5	10	12.5	00	00	11	13.75
05	56	70	02	2.5	10	12.5	00	00	02	2.5	10	12.5
PRATIQUANTS DU SPORT												
01	00	00	00	00	03	3.75	8	10	21	26.25	48	60
02	5	6.25	1	1.25	09	11.25	19	23.75	11	13.75	35	43.75
03	06	7.5	08	10	14	17.5	15	18.75	13	16.25	34	42.5
04	11	13.75	08	10	15	18.75	12	15	13	16.25	21	26.25
05	28	35	05	6.25	30	37.5	12	15	04	05	01	1.25

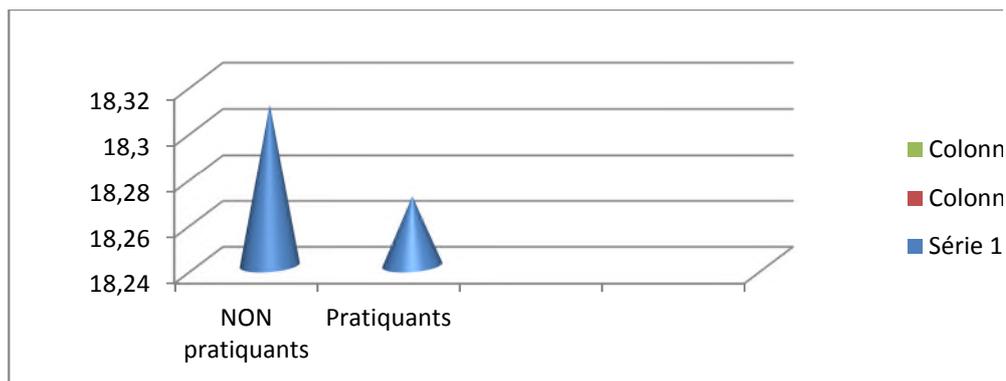


Figure N°22 : Représentation des scores de la dimension de (EG).

2.2. L'Echelle de la valeur physique perçue : qui se compose de 5 items

(Q1) : Globalement, je suis satisfait (e) de mes capacités physiques.

(Q2) : Physiquement, je suis content (e) de ce que je peux faire.

(Q3) : Je suis confiant (e) vis-à-vis de ma valeur physique.

(Q4) : En général, je suis fier (Ière) de mes possibilités physiques.

(Q5) : Je suis bien avec mon corps.

NON PRATIQUANTS DU SPORT												
codes												
Item	01		02		03		04		05		06	
	total	%	total	%	total	%	total	%	total	%	total	%
01	07	8.75	02	2.5	10	12.5	11	13.75	32	40	18	22.5
02	05	6.25	04	05	10	12.5	15	20	09	11.25	36	45
03	08	10	06	7.5	04	05	31	38.75	14	17.5	17	21.25
04	08	10	02	2.5	10	12.5	37	46.25	08	10	15	18.75
05	02	2.5	08	10	12	15	14	17.75	06	7.5	40	50
PRATIQUANTS DU SPORT												
01	00	00	01	1.25	07	8.75	16	20	18	22.5	38	47.5
02	00	00	01	1.25	10	12.5	09	11.25	19	23.75	38	17.5
03	00	00	01	1.25	03	3.75	08	10	12	15	56	70
04	00	00	00	00	06	7.5	16	20	30	37.5	28	35
05	01	1.25	04	0.5	08	10	12	15	20	25	35	43.75

Tableau N°25 : Moyenne de l'Echelle la valeur physique perçue de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

L'Echelle de la valeur physique perçue											Comparaison
	moyenne										
	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	MOYENNE	ECART-type	Variance	T calcule	P value	
Non Sportifs	4.41	4.6	4.1	04	2.42	3.906	0.865	0.748	0.838	0.427	
Sportifs	5.06	4.89	5.49	05	2.11	4.510	1.361	1.852			

Les pratiquants ont des scores d'estime de soi pour la dimension de la valeur physique perçue significativement plus élevée que les non pratiquants. Ces derniers enregistrent un score (M = 19.53) plus faible que les pratiquants (M = 22.55).

Dans la comparaison entre les deux groupes pour cet item, on observe l'existence d'une différence non significative (P=0.427).

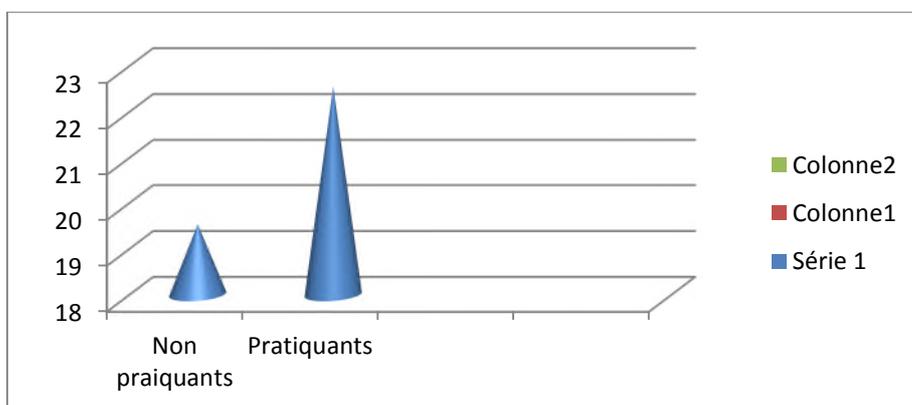


Figure N°23 : Représentation des scores de la dimension de (VPP).

2.3. L'Echelle de condition physique : elle se compose de 5 items

(Q1) : Je ne peux pas courir longtemps sans m'arrêter.

(Q2) : Je pense pouvoir courir longtemps sans être fatigué.

(Q3) : Je pourrais courir 5 km sans m'arrêter.

(Q4) : Je serais bon (ne) dans une épreuve d'endurance.

(Q5) : Je ne suis pas très bon (ne) dans les activités d'endurance telles que le vélo ou la course.

NON PRATIQUANTS DU SPORT												
codes												
Item	01		02		03		04		05		06	
	total	%										
01	17	21.25	08	10	17	21.25	10	12.5	00	00	28	35
02	37	46.25	15	18.75	05	6.25	19	23.75	02	2.5	02	2.5
03	41	51.25	11	13.75	17	21.25	09	11.25	01	1.25	01	1.25
04	15	18.75	12	15	04	05	20	25	06	7.5	24	30
05	12	15	24	30	09	11.25	10	12.5	06	7.5	19	23.75
PRATIQUANTS DU SPORT												
01	16	20	07	8.75	08	10	11	13.75	13	16.25	25	31.25
02	08	10	02	2.5	10	12.5	11	13.75	06	7.5	43	53.75
03	06	7.5	08	10	10	12.5	17	21.25	06	7.5	33	41.25
04	02	2.5	02	2.5	08	10	17	21.25	12	15	39	48.75
05	34	42.5	10	12.5	11	13.75	12	15	02	2.5	11	13.75

Tableau N°26 : Moyenne de l'Echelle de condition physique de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

L'Echelle de condition physique										Comparaison
moyenne										
	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	MOYENNE	ECART-type	Variance	T calcule	P value
Non Sportifs	3.35	2.25	2.01	3.81	3.39	2.962	0.785	0.617	1.692	0.129
Sportifs	3.08	4.67	4.35	4.9	2.64	3.928	1.006	1.013		

Pour cette troisième échelle de l'inventaire du soi physique, les pratiquants d'une APS portent une meilleure opinion de leurs conditions physiques avec une moyenne de (19.64). Alors que, les non pratiquants ont une moyenne de (14.81).

On remarque dans cette évaluation entre les deux groupes (pratiquant une activité physique et sportive et non pratiquants) une différence non significative.

p=0.129.

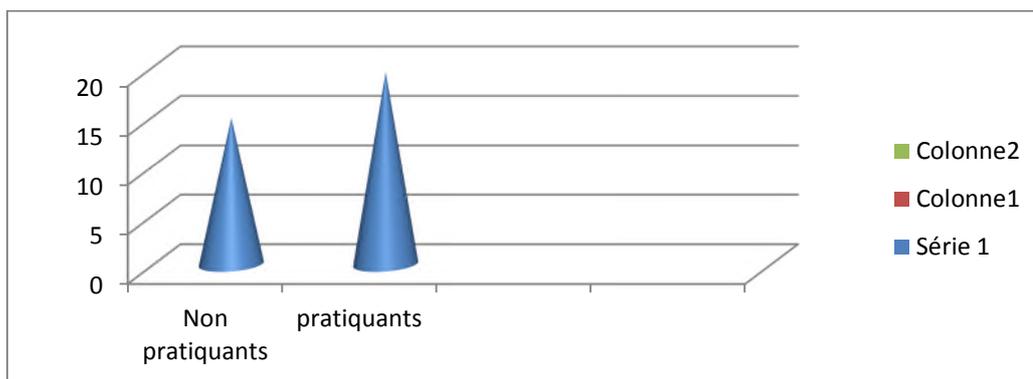


Figure N° 24 : Représentation des scores de la dimension de (E).

2.4. L'Echelle de compétence physique : qui se compose de 4 items

(Q1) : Je trouve la plupart des sports faciles.

(Q2) : Je trouve que je suis bon (ne) dans tous les sports.

(Q3) : Je me débrouille bien dans tous les sports.

(Q4) : Je réussis bien en sport.

NON PRATIQUANTS DU SPORT												
codes												
Item	01		02		03		04		05		06	
	total	%										

01	33	41.25	09	11.25	17	21.25	09	11.25	03	3.75	09	11.25
02	33	41.25	08	10	20	25	11	13.75	02	2.5	06	7.5
03	18	22.5	08	10	08	10	30	37.5	09	11.25	06	7.5
04	07	8.75	02	2.5	15	18.75	34	42.5	10	12.5	12	15
PRATIQUANTS DU SPORT												
01	00	00	00	00	09	11.25	18	22.5	21	62.25	30	37.5
02	07	8.75	03	3.75	07	8.75	16	20	18	22.5	28	35
03	01	1.25	03	3.75	09	11.25	26	32.5	22	27.5	15	18.75
04	00	00	00	00	05	6.25	09	11.52	27	33.75	39	48.75

Tableau N°27 : Moyenne de l'Echelle de compétence physique de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

L'Echelle de compétence physique										Comparaison
	moyenne									
	Q1	Q2	Q3	Q4	MOYENNE	ECART-type	Variance	T calcule	P value	significative à 0,01
Non Sportifs	2.59	2.49	2.74	3.24	3.060	0.663	0.439	4.048	0.007	
Sportifs	4.8	4.45	2.96	4.22	4.680	0.449	0.201			

Les résultats du tableau ci-dessus nous indiquent que les sportifs ont de meilleures compétences physiques avec un score moyen de (18.72), par rapport au non sportifs qui ont une moyenne de (12.24).

Dans cette dimension Le pourcentage des adolescents non sportifs estimant avoir un meilleur niveau que les adolescents sportifs, reste toujours inférieur pour tous les Items. Ce constat est valable pour toutes les catégories de profil, liées à la compétence physique, que nous avons initialement établies.

D'après L'analyse des données de la présente recherche on observe une différence significative entre les adolescents pratiquants (e)s et non pratiquante (e)s. La valeur du p est égale à 0,007. On dit que la différence est significative à 1%.

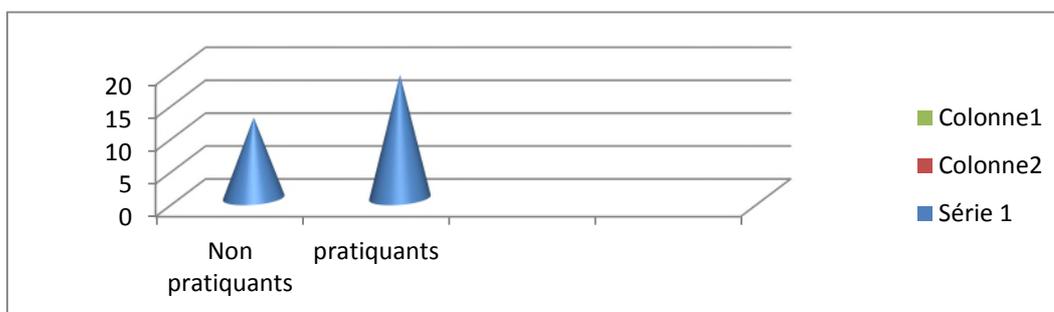


Figure N°25 : Représentation des scores de la dimension de (CS)

2.5. L'Echelle de l'apparence physique : elle se compose de 3 items

(Q1) : J'ai un corps agréable à regarder.

(Q2) : Je n'aime pas beaucoup mon apparence physique.

(Q3) : Personne ne me trouve beau (belle).

NON PRATIQUANTS DU SPORT												
codes												
Item	01		02		03		04		05		06	
	total	%	total	%	total	%	total	%	total	%	total	%
01	10	12.5	04	05	18	22.5	29	36.25	07	8.75	12	15
02	19	23.75	10	12.5	19	23.75	10	12.5	04	05	18	22.5
03	53	66.25	15	18.75	04	05	06	7.5	00	00	02	2.5
PRATIQUANTS DU SPORT												
01	02	2.5	02	2.5	06	7.5	14	17.5	08	10	48	60
02	42	52.5	11	13.75	13	16.25	07	8.75	04	05	03	3.75
03	53	66.25	12	15	05	6.25	10	12.5	00	00	00	00

Tableau N°28 : Moyenne de l'Echelle de l'apparence physique de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

L'Echelle de l'apparence physique									Comparaison
	moyenne								
	Q1	Q2	Q3	MOYENNE	ECART-type	Variance	T calcule	P value	NS
Non Sportifs	3.69	3.7	5.36	4.250	0.961	0.924	1.513	0.205	
Sportifs	5.1	4.89	5.35	5.113	0.230	0.053			

Le tableau ci-dessus représente la moyenne des réponses des adolescents pratiquants une activité physique et sportive et les non pratiquant pour les 3 items de l'échelle de l'apparence physique de l'ISP.

On observe que dans l'ensemble des questions de cette item les moyennes des réponses des sportifs sont plus élevées que les non sportifs avec des scores de (5.1), (4.89) et (5.35) comparé à (3.69) pour le premier, (3.7) pour le deuxième et (5.3)6 pour la troisième. La moyenne totale de l'Echelle est de (15.34) pour les sportifs et (12.75) pour les non sportifs, ce qui signifie que les adolescents pratiquants une APS ont une meilleure estime de leur corps et leur apparence que les non sportifs.

Et on remarque dans cette évaluation entre les deux groupes (pratiquant une activité physique et sportive et non pratiquants) une différence non significative.

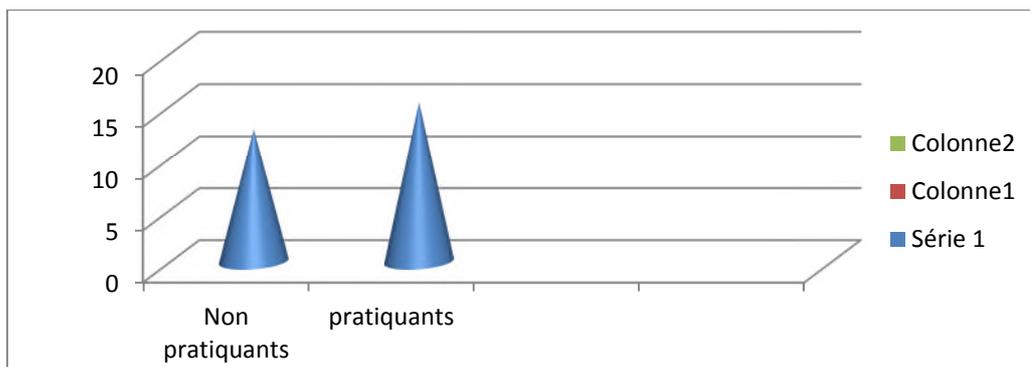


Figure N°26 : Représentation des scores de la dimension de (A).

2.6. L'Echelle de la force : qui se constitue de 3 items

(Q1) : Je pense être plus fort (e) que la moyenne.

(Q2) : Je serais bon (ne) dans une épreuve de force.

(Q3) : Face à des situations demandant de la force, je suis le premier à proposer mes services.

NON PRATIQUANTS DU SPORT												
codes												
Ite m	01		02		03		04		05		06	
	total	%	total	%	total	%	total	%	total	%	total	%
01	06	7.5	07	8.75	07	8.75	32	40	14	17.5	14	17.5
02	09	11.25	12	15	10	12.5	31	38.75	08	10	10	12.5
03	14	17.5	06	7.5	10	12.5	17	21.25	23	28.75	10	12.5
PRATIQUANTS DU SPORT												
01	04	05	05	6.25	09	11.25	24	30	18	22.5	20	25
02	02	2.5	02	2.5	09	11.25	12	2.5	24	30	31	38.75
03	01	1.25	02	2.5	16	20	15	18.75	19	23.75	27	33.75

TABLEAU N°29 : Moyenne de l'Echelle de la force de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

L'Echelle de la force									Comparaison
	moyenne								
	Q1	Q2	Q3	MOYEN NE	ECART -type	Variance	T calcule	P value	
Non Sportifs	4.03	3.59	3.74	3.787	0.224	0.050	4.194	0.014	
Sportifs	4.34	4.84	4.62	4.600	0.251	0.063			

Pour les non sportifs la moyenne des réponses pour le premier item est de (4.03), et de (4.34) pour les sportifs. Le deuxième item prend (3.59) pour les non sportifs pendant qu'elle est de (4.84) pour les pratiquants d'activité physique et sportive. L'item 3 prend

une moyenne de 3.74 pour les non sportifs alors qu'elle est plus élevée chez les sportifs avec une moyenne de (4.62).

La moyenne totale de l'échelle de force est de (13.8) pour les sportifs qui signifient qu'ils ont une meilleure estime de leur force. Contrairement au non sportifs qui ont un score de (11.36).

Le tableau ci-dessus nous démontre qu'il existe une différence significative entre les deux groupes avec un p qui égale à 0.014. on dit que la différence est significative à 05%.

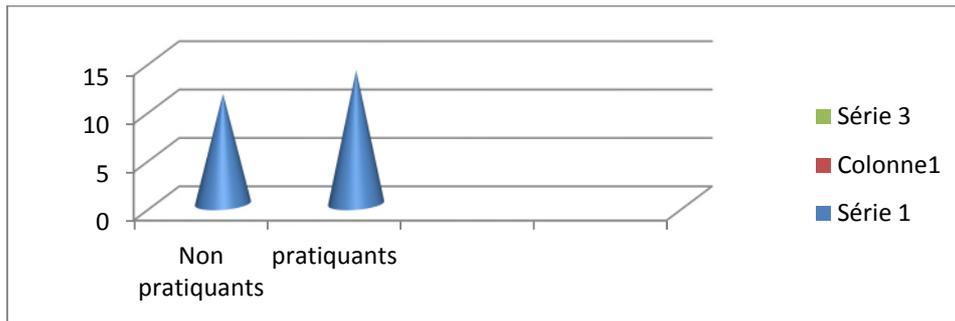


Figure N°27: Représentation des scores de la dimension de (F).

TABLEAU N°30 : comparaison des moyennes entre pratiquants et non pratiquants

L'ECHELLE DE L'ISP						
	MOYENNE	ECART-TYPE	VARIANCE	T CALCULUE	P VALUE	COMPARAI SON
Non Sportifs	3.560	0.861	0.741	2.791	0.008	significative à 0,01
SPORTIFS	4.293	0.991	0.983			

Présentation de résultat :

- La dimension clinique prime sur la p valeurs des pratiquants de L'APS est en moyenne plus élevée que les non pratiquants, cette différence statistiquement significative à 0.01 (01%).

On considère : (A) pratiquants, (B) non pratiquants.

HO : A=B ou H1 : A≠B, (A>B et A<B).

- Une hypothèse nulle (H0) et une hypothèse alternative (H1).

Rejeter l'hypothèse nulle et donc accepter l'hypothèse alternative (0.008 p < 0.01), ce qui signifie que l'hypothèse de notre recherche est vraie, et donc A influence B.

Comparaisons des résultats entre les pratiquants(es) (fille ; garçon) et non pratiquants(es) (fille ; garçon).

1-1 L'échelle d'estime globale de soi

(Q1) : J'ai une bonne opinion de moi-même.

(Q2) : Je voudrais rester comme je suis.

(Q3) : Il y a des tas de choses en moi que j'aimerais changer.

(Q4) : Je regrette souvent ce que j'ai fait.

(Q5) : J'ai souvent honte de moi.

Non Praticant(e)s																								
Codes	filles												Garçons											
	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%
Q1	0	05	0	7.5	0	2.5	2	5	0	7.	1	27.	0	2.	0	2.	0	2.	1	4	1	4	0	12.
	2		3		1		0	0	3	5	1	5	1	5	1	5	1	5	6	0	6	0	5	5
Q2	2	50	0	17.	0	22.	0	0	0	05	0	00	1	35	0	20	0	20	0	1	0	0	0	15
	0		7	5	9	5	2	5	2		0		4		8		8		4	0	0	0	6	
Q3	0	7.	0	00	0	10	0	2	2	55	0	7.5	0	10	0	00	0	15	1	3	0	1	1	25
	3	5	0		4		8	0	2		3		4		0		6		4	5	6	5	0	
Q4	1	25	1	25	2	50	0	0	0	00	0	00	0	10	0	15	0	10	1	2	0	1	1	25
	0		0		0		0	0	0		0		4		6		4		0	5	6	5	0	
Q5	10	25	02	05	28	70	00	00	00	00	00	00	06	15	02	05	06	15	14	35	08	20	04	10

Tableau N°31 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle d'estime globale de soi de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

ITEM	L'échelle d'estime globale de soi																		COMPARAISON		
	moyenne										NON Sportifs/ SPORTIFS										
	Q1		Q2		Q3		Q4		Q5		MOYENNE		ECART T-type		Variance		T calculé			P VALUE	
	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	
NON Sportifs	4	4.5	5	4.3	2.	2.	4.	3.	4.	3.	4.	4.6	0.	0.	0.8	0.72	0.661		0.527		NS
	.		.		6	8	75	0	55	3	2	24	9	85	98	2					
	3		0		2		5				4	8	4	0							
SPORTIFS	5	5.1	5	4.7	3.	3.	4.	3.	5.	4	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	COMPARAISON
	.	3	.		1	48	75	0	03		G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	NS
	1		0		3		5				3.	4.0	0.	0.	0.6	0.72	0.915		0.387		
	8		3								6	72	7	85	01	8					

Tableau N°31 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle d'estime globale de soi de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

L'échelle d'estime globale de soi																					
ITEM	moyenne										NON Sportifs/ SPORTIFS								COMPARAISON		
	Q1		Q2		Q3		Q4		Q5		MOYENNE		ECART T-type		Variance		T calculé			P VALUE	
	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F		F	F
NON Sportifs	4.3	4.5	5.0	4.3	2.6	2.8	4.75	3.05	4.55	3.3	4.2	4.64	0.9	0.85	0.898	0.722	0.661	0.527	NS		
SPORTIFS	5.18	5.13	5.0	4.73	3.13	3.48	4.75	3.05	5.03	4.0	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	COMPARAISON
											3.60	4.072	0.77	0.854	0.601	0.728	0.915	0.387	NS		

Les résultats enregistrés sur le tableau ci-dessus démontrent que la moyenne des filles pratiquantes (M=23.12) est supérieure au moyenne des non pratiquantes (M=21.24) Egalement Les garçons pratiquants ont des scores d'estime de soi globale plus élevée que les non pratiquants.

Les résultats de ce test statistiques de comparaison entre les deux groupes, fille pratiquantes et non pratiquantes ont conclu a une valeur de p=0.527 qui est une valeur supérieur au seuil de signification choisi, Le résultat est donc déclaré non significatif.

Le résultat des garçons pratiquants et non pratiquants est déclaré également non significatif.

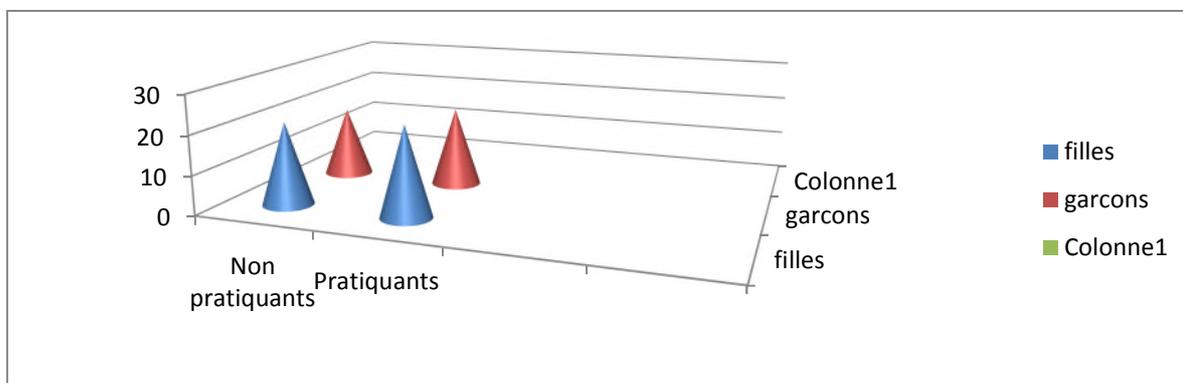


Figure N° 28: Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (EG)

2.2. L'Echelle de la valeur physique perçue : qui se compose de 5 items

(Q1) : Globalement, je suis satisfait (e) de mes capacités physiques.

(Q2) : Physiquement, je suis content (e) de ce que je peux faire.

(Q3) : Je suis confiant (e) vis-à-vis de ma valeur physique.

(Q4) : En général, je suis fier (ière) de mes possibilités physiques.

(Q5) : Je suis bien avec mon corps.

Non Pratiquants (es)																									
Codes	filles												Garçons												
	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	
Q1	04	10	01	05	02	15	06	11	27	00	00	11	40	02	05	02	05	06	15	08	20	11	21	11	30
Q2	00	00	00	00	00	12	11	40	00	11	11	37.5	02	05	02	05	04	01	13	00	11	04	06	40	
Q3	02	05	02	05	02	05	08	20	14	31	12	30	14	35	08	20	02	00	13	00	02	05	05		
Q4	00	00	00	00	00	12	11	42	11	20	00	15	14	35	06	15	14	03	01	00	21	01	2.5		
Q5	04	10	08	20	14	35	08	20	02	05	04	10	02	05	04	10	08	20	04	10	08	20	14	35	
Pratiquant (es)																									
Filles												Garçons													
1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%		
01	2.5%	02	5%	07	17.5%	01	7.5%	16	40%	07	17.5%	00	0%	00	0%	02	5%	06	15%	17	42.5%	15	37.5%		
01	2.5%	02	5%	08	20%	04	10%	05	12.5%	20	50%	14	40%	04	10%	01	2.5%	00	0%	09		12	30%		
00	00	01	2.5%	03	7.5%	07	17.5%	12	30%	17	42.5%	00	0%	07	17.5%	08	20%	07	17.5%	08	20%	10	25%		
00	00	00	0%	04	10%	09	22.5%	04	10%	23	57.5%	00	0%	00	0%	08	20%	19	47.5%	06	15%	07	17.5%		
00	00	03	7.5%	06	15%	04	10%	12	30%	15	37.5%	1	2.5%	01	2.5%	02	5%	03	7.5%	08	20%	25	62.5%		

Tableau N°32 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle de la valeur physique perçue de l'ISP pour les deux groupes sport et non sport.

ITEM	L'échelle d'estime globale de soi																				COMPARAISON
	moyenne										NON Sportifs/ SPORTIFS										
	Q1		Q2		Q3		Q4		Q5		MOYENNE		ECART-T-type		Variance		T calculé		P VALUE		
F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F		
NON Sportifs	4.35	4.45	4.72	4.5	4.65	2.65	4.32	2.37	3.8	2.5	4.6	4.36	0.33	0.29	0.132	0.085	2.151	0.064			NS
SPORTIFS	4.4	5.13	4.75	3.5	5.03	4.15	5.15	4.3	4.75	5.28	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	COMPARAISON
											3.4	4.48	1.0	0.71	1.147	0.517	1.990	0.082			NS

Les filles pratiquantes une APS ont une valeur physique perçue initiale élevée, que les non pratiquantes, les réponses sont meilleures dans les 05 items Cet aspect confirme notre hypothèse selon laquelle l'estime de soi des non pratiquantes est amoindrie en comparaison avec les filles sportives. Nous allons toute fois analyser chacun des indicateurs afin de voir leurs influences respectives sur ce constat.

Sur les résultats des garçons pratiquants d'une APS on voit que les pourcentages sont plus élevés que les non pratiquants dans la totalité des items.

Dans la comparaison entre les deux groupes **filles** pratiquantes et non pratiquantes pour cet item, on observe l'existence d'une différence non significative ($P=0.06$).

Dans la comparaison entre les deux groupes **garçons** pratiquants et non pratiquants pour cet item, on observe l'existence d'une différence non significative ($P=0.08$).

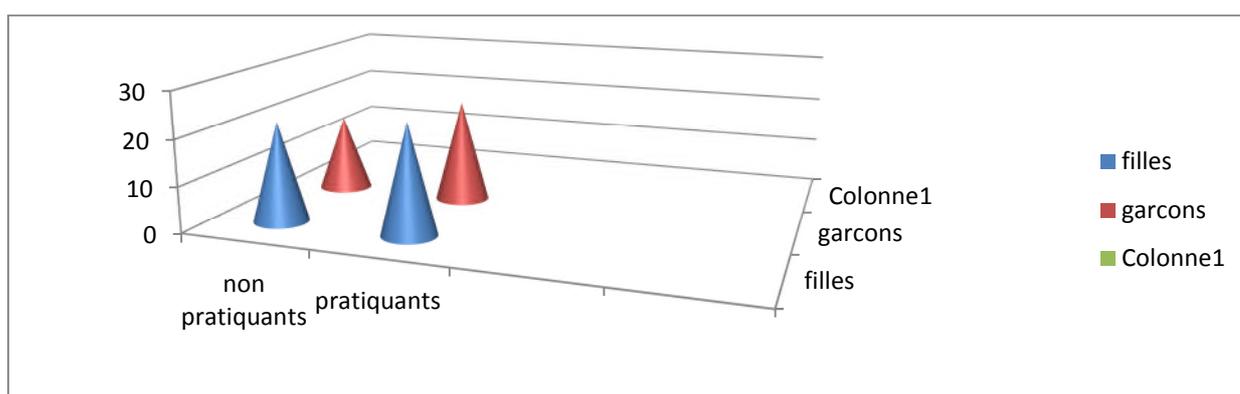


Figure n°29: Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (VPP)

2.3. L'Echelle de condition physique : elle se compose de 5 items

(Q1) : Je ne peux pas courir longtemps sans m'arrêter.

(Q2) : Je pense pouvoir courir longtemps sans être fatigué.

(Q3) : Je pourrais courir 5 km sans m'arrêter.

(Q4) : Je serais bon (ne) dans une épreuve d'endurance.

(Q5) : Je ne suis pas très bon (ne) dans les activités d'endurance telles que le vélo ou la course.

Non Pratiquant(e)s																								
Codes	filles												Garçons											
	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	1
Q1	0	00	0	2.5	0	2.	0	5	1	30	2	6	0	1	0	0	1	3	0	2	0	0	1	0
Q2	2	57.	0	17.	0	7.	0	17.	0	00	0	0	1	3	0	2	0	1	0	2	0	0	0	2
Q3	1	47.	0	17.	0	1	0	17.	0	12.	0	0	0	1	0	0	1	3	1	3	0	5	0	1
Q4	1	47.	0	22.	0	1	0	12.	0	05	0	2.	0	2	0	1	0	1	1	3	0	1	0	1
Q5	06	15	04	10	18	45	06	15	00	00	06	15	06	15	02	05	04	10	10	25	06	15	12	06

Tableau N°33 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle de condition physique de l'ISP pour les deux groupes.

ITEM	l'Echelle de condition physique																				COMPARAISON
	moyenne										NON Sportifs/ SPORTIFS										
	Q1		Q2		Q3		Q4		Q5		MOYENNE		ECART T-type		Variance		T calculé		P VALUE		
	F	G	F	G	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	
NON Sportifs	1	3.	1	2.	2	3.	2.	3	3.	4.	2	3.	0	0.	0.	0.1	4.421	0.002	significative à 0,01		
	5	8	5	3	5	2	3	5	2	4	5	0	33	61							
SPORTIFS	4	5.	4	3.	5	4.	5.	4	4.	5.	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	
	4	13	7	55	0	1	1	5	3	5	8	3	0.	0.	0.5	1.318	0.224	NS			
	4	7	5	3	5	5	3	5	8	3	0.	0.	0.5	1.318	0.224						

Les scores à l'ISP sont significativement corrélés en fonction du genre.

Le tableau indique la comparaison des moyennes de l'échelle de l'estime globale de soi. La comparaison des moyennes à l'échelle d'ISP chez les filles et les garçons est également présentée dans le tableau. Les garçons sportifs ont une moyenne d'estime de soi globale (M =19.91) significativement plus élevée que les non sportifs (M =17.45).

Néanmoins, On trouve des moyennes plus faibles chez les jeunes filles non pratiquantes par rapport aux filles pratiquantes une APS.

D'après l'interprétation des résultats **des filles** pratiquantes et non pratiquantes Dans cela on constate qu'il existe une différence significative avec (p <0.002) au seuil de 01%.

D'après l'interprétation des résultats **des garçons** pratiquants et non pratiquants Dans le tableau ci-dessus on remarque qu'il existe une différence non significative.

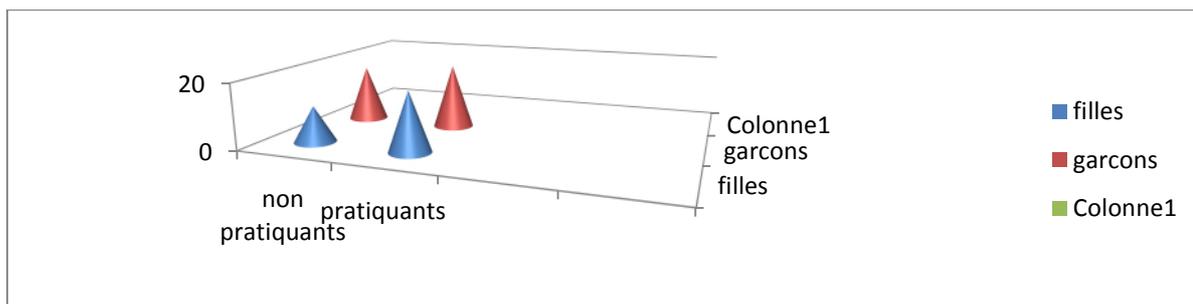


Figure N°30 : Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants(S).

2.4. L'Échelle de compétence physique : qui se compose de 4 items

(Q1) : Je trouve la plupart des sports faciles.

(Q2) : Je trouve que je suis bon (ne) dans tous les sports.

(Q3) : Je me débrouille bien dans tous les sports.

(Q4) : Je réussis bien en sport.

Non Pratiquants(es)																								
Codes	filles												Garçons											
	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%
Q1	6	15	3	7.5	1	25	1	25	3	7.5	8	20	1	3	4	1	1	3	6	1	0	0	4	1
Q2	1	32.	1	42.	0	00	1	25	3	7.5	0	0	1	3	4	1	1	3	4	1	2	5	6	1
Q3	8	20	8	20	1	30	4	10	2	5	6	15	2	6	4	1	4	1	6	1	0	0	2	5
Q4	6	15	1	35	1	45	0	0	2	5	0	0	4	1	2	5	1	3	1	3	2	5	8	2
			4		8								0	0			2	0	2	0				0
Pratiquants(es)																								
Codes	filles												Garçons											
	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%
Q1	0	1	0	7.	0	12	0	17	0	15	1	32	32	0	0	0	0	2	0	1	0	2	1	42.5
Q2	0	7.	0	1	0	17	1	42	0	10	0	12	12	3	0	7	0	1	0	1	0	1	0	12.5
Q3	1	4	0	0	0	15	0	17	0	15	0	7.	7.	0	0	2	1	3	0	1	0	2	10	
Q4	0	0	0	0	1	37	0	10	0	12	1	40	0	0	0	0	0	7.	0	1	1	3	1	47.5
	0	%	0	%	5	.5	4		5	.5	6		0	0	0	0	0	3	5	6	5	2	0	9

Tableau N°34 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle de compétence physique de l'ISP pour les deux groupes sportifs (fille, garçon) et non sportifs (fille, garçon).

		L'échelle de compétence physique																			
		moyenne								NON Sportifs/ SPORTIFS											
ITEM		Q1		Q2		Q3		Q4		MOYENNE		ECART-type		Variance		T calculé		P VALUE			
		F	G	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F		
NON Sportifs		3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	0	0.7	0	0	1.919		0.103		NS	
		.	6	.	9	7	.	40
SPORTIFS		4	4	3	3	2	3	4	5	2	4	G	G	G	G	G	G	G	G	COMPARAISON	
		.	8	.	7	1	8	7	0	1.0	0	1	2.128		0.077		
		8	5	5	5	8	5	5	8	8	7	6	2	7	5	4	2	4	7	1	NS

Une moyenne pour chaque Item a été calculée pour faciliter les comparaisons. Nous obtenons quatre moyennes de compétence physique, allant de 1 à 6. Les résultats de test student ont conclu une valeur de $p=0.103$ pour **les filles** pratiquants et non pratiquants cela signifie qu'il existe une différence non significative. En revanche les résultats **des garçons** pratiquants et non pratiquants ont conclu également une valeur $p=0.077$ cela signifie qu'il existe une différence non significative.

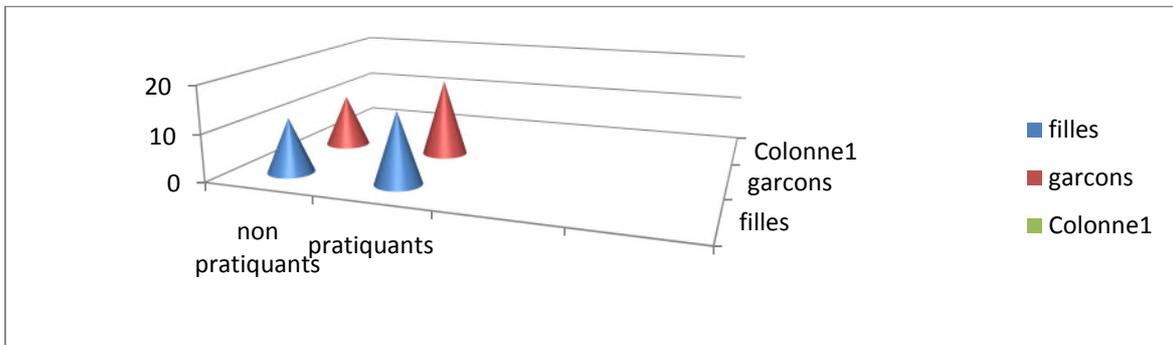


Figure N°31 : Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants(CS).

2.5. L'Echelle de l'apparence physique : elle se compose de 3 items

(Q1) :J'ai un corps agréable à regarder.

(Q2) : Je n'aime pas beaucoup mon apparence physique.

(Q3) : Personne ne me trouve beau (belle).

Non Praticant(e)s																								
		filles												Garçons										
Codes	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%
Q1	1	2	4	1	1	3	6	1	0	5	0	1	0	1	0	2	0	1	0	1	0	2	1	25
	0	5		0	2	0		5	2		6	5	4	0	8	0	4	0	6	5	8	0	0	
Q2	0	0	0	0	2	5	4	1	0	1	1	2	0	2	0	2	1	2	0	2	0	1	0	10
	0	0	0	0	0	0		0	6	5	0	5	4	0	6	0	0	5	8	0	4	0	4	
Q3	0	1	3	7	6	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1	1	2	0	2	0	1	0	10
	4	0	0	5		5		0	0	0	0	0	8	0	6	5	0	5	8	0	4	0	4	
Pratiquant(e)s																								
		filles												Garçons										
1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	
0	7.	0	1	0	1	1	4	0	5	0	1	1	2	0	22.	0	7.	0	1	6	1	0	12.5	
3	5	5	2.	5	2.	8	5	2		7	7.	1	7.	9	5	3	5	6	5		5	5		
0	1	0	2	0	7.	0	2	0	2.	2	5	0	5	0	5%	0	2	0	1	7	1	1	42.5	
4	0	8	0	3	5	8	0	1	5	3	7.	2	%	2		8	0	4	0	7	7.	7		
0	5	0	5	1	3	0	1	0	1	1	3	0	2.	0	0%	0	1	1	3	7	1	1	35.5	
2		2		5	7.	4	0	4	0	3	2.	1	5	0		5	2.	3	2.	7	7.	4		
				5	5					5	5					5	5	5	5	5	5			

Tableau N°35 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle de l'apparence physique de l'ISP pour les deux groupes sportifs (fille, garçon) et non sportifs (fille, garçon).

L'échelle de l'apparence physique																		
ITEM	moyenne						NON Sportifs/ SPORTIFS											
	Q1		Q2		Q3		MOYEN-NE		ECART-type		Variance		T calcule		P VALUE		COMPARAISON	
	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F
NON Sportifs	3.1	3.9	2.8	3.85	4.95	3.8	3.6	4.33	1.1	0.6	1.3	0.45	0.924	0.408			NS	
SPORTIFS	3.8	3.0	5.1	4.58	4.13	4.6	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	NS	
							3.8	4.67	0.0	0.9	0.0	0.83	0.448	0.677				
								10	29	14	01	5						

Pour les non pratiquantes filles la moyenne des réponses pour le premier item est de (3.1) alors qu'elle est de (3.8) pour les non pratiquants. Le deuxième item prend (2.85) pour les non sportifs pendant qu'elle est de (5.1) pour les pratiquants d'activité physique et sportive. L'item 3, prend une exception que les non pratiquants ont une moyenne plus élevé que les pratiquantes.

Pour la comparaison des **adolescentes filles** pratiquantes une activité physique sportive et les non pratiquantes nous remarquons qu'il existe une différence non significative $p=0.408$.

Nous concluons que les garçons ont les mêmes résultats que les filles pratiquantes avec un $p=0.6774$

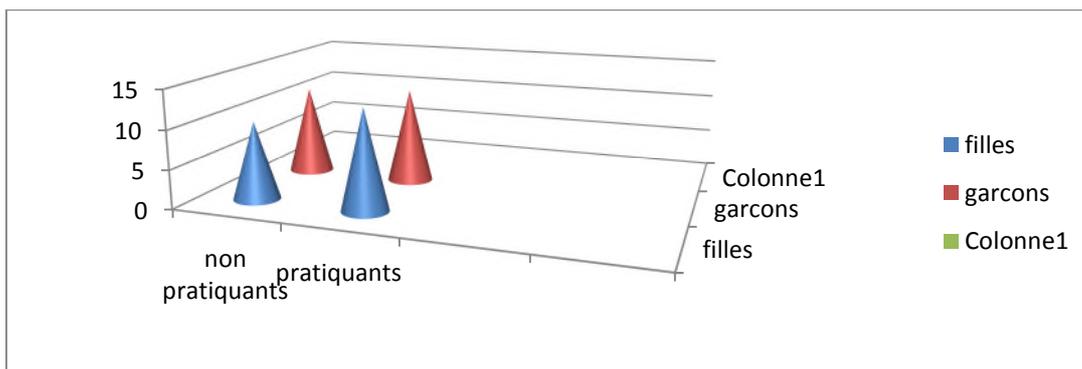


Figure N°32 : Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants. (A).

2.6. L'Echelle de la force : qui se constitue de 3 items

(Q1) : Je pense être plus fort (e) que la moyenne.

(Q2) : Je serais bon (ne) dans une épreuve de force.

(Q3) : Face à des situations demandant de la force, je suis le premier à proposer mes services.

Non Pratiquants(es)																								
Codes	filles											Garçons												
	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%
Q1	0	1	0	1	1	3	0	1	1	3	0	0	0	1	0	1	0	0	1	3	0	2	0	20
	4	0	4	0	4	5	6	5	2	0	0	0	4	0	4	0	2	5	4	5	8	0	8	
Q2	0	2	1	2	0	1	0	1	0	2	0	1	0	2	1	2	0	1	1	2	0	0	0	15
	8	0	0	5	6	5	4	0	8	0	4	0	8	0	0	5	6	5	0	5	0	0	6	
Q3	0	2	0	1	0	1	0	2	1	2	0	1	2	6	0	0	1	2	0	0	0	0	0	05
	8	0	4	0	6	5	8	0	0	5	4	0	6	5	0	0	0	5	0	0	2	5	2	
Pratiquants(es)																								
1	filles											Garçons												
	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%	6	%	
02	5	0	2.	04	10	0	20	1	27	14	35	1	40	0	17	0	2.	0	10	0	1	06	15	
	1	5	5		8	1	5	1	5			6		7	1	5	4		6	5				
04	10	0	7.	06	15	1	32	0	12	08	20	0	22	1	27	0	7.	0	2.	0	7.	13	32.	
	3	5	5		3	5	5	5	5			9	5	1	5	3	5	1	5	3	5		5	
02	5	0	2.	09	22	1	27	1	25	07	17	0	0	0	5	0	12	0	17	1	4	10	25	
	1	5	5		5	1	5	0		5	5	0		2	%	5	5	7	5	6	0			

Tableau N°36 : Comparaison des Moyennes de l'Echelle de la force de l'ISP pour les deux groupes sportifs (fille, garçon) et non sportifs (fille, garçon).

L'Echelle de la force																		
ITEM	moyenne						NON Sportifs/ SPORTIFS											
	Q1		Q2		Q3		MOYENNE		ECART-type		Variance		T calcule		P VALUE		COMPARAISON	
	F	G	F	G	F	G	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F
NON Sportifs	3.	4.0	3.	2.3	3.	1.9	3.3	4.	0.1	0.4	0.0	0.18	3.200		0.033		significant à 0,05	
	4	5	1		5	5	67	23	89	27	36	3						
	5		5					0										
SPORTIFS	4.	2.8	3.	3.43	4.	4.6	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	G	
	6	8	8		18	8	2.7	3.	1.1	0.9	1.2	0.85	1.067		0.346		NS	
	8		3				67	66	25	22	66	1						

Pour les non pratiquantes garçons la moyenne des réponses pour le premier item est de (4.05) alors qu'elle est de (2.88) pour les pratiquants. Le deuxième item prend (2.3) pour les non sportifs pendant qu'elle est de (3.43) pour les pratiquants. L'item 3, prend une moyenne (1.95) pour les non pratiquants et de (4.68) pour les pratiquants. Pour les filles pratiquantes l'ensemble des moyennes pour ces dernières sont plus élevée que chez les non pratiquant.

Le tableau ci-dessus nous indique qu'il existe une différence significative à 0.05 avec un ($P > 0.03$) pour le groupe **des filles**.

Par contre d'après le résultat que nous avons on conclut une différence non significative de $p < 0.346$ pour l'échantillon **garçons**.

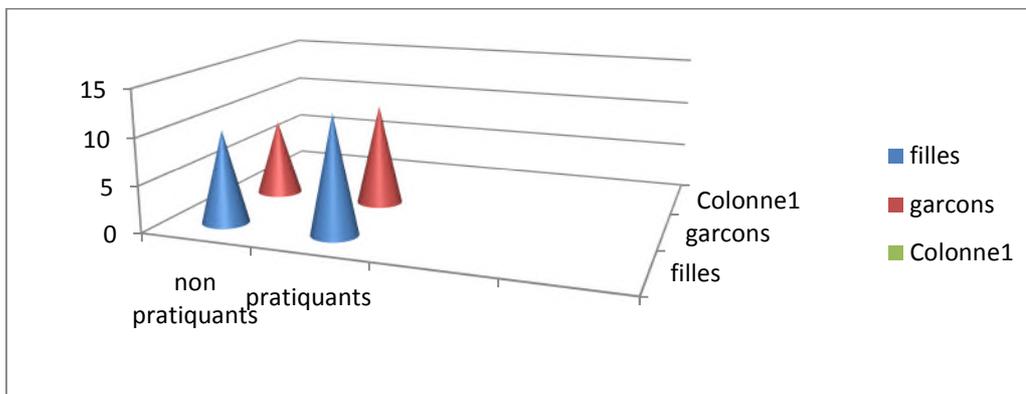


Figure N° 33: Représentation des moyennes des dimensions de l'ISP en fonction des adolescents pratiquants et non pratiquants (F).

Tableau N°37 : Comparaison des scores des 6 dimensions de l'ISP.

Les 4 dimensions de l'ISP																	
	moyenne						SPORTIFS ET NON SPORTIFS										
	(EG)	VP	E	CS	A	F	MOYENNE		ECART-type		Variance		T calcule		P VALUE		COMPARAISON
							F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	
NON Sportifs	18.3	19.5	14.8	12.2	12.7	11.3	3.47	4.25	1.03	0.70	1.06	0.49	3.129	0.003	significant à 0,01		
	1	3	1	4	5	6	4	3	0		1	0					
SPORTIFS	18.2	22.5	19.6	18.7	15.3	13.8	G	G	G	G	G	G	G	G	significant à 0,01		
	7	5	4	2	4		3.33	4.10	0.79	0.78	0.63	0.62	3.448	0.001			

On remarque dans ce tableau une différence significative à 0.01 entre toutes les **filles** pratiquantes de l'échelle ISP et non pratiquantes avec un $p=0.003$. $p < \alpha$ = on n'admet plus que la différence observée peut être due au hasard. On rejette donc l'hypothèse nulle.

$|t|$ est supérieur à la valeur lue dans la table de t (loi de Student) pour $ddl = n-2$ et le risque 01% la différence est significative à 0.01 pour l'échantillon **garçons** pratiquants et non pratiquants.

Nous prenons les mêmes données précédente, donc c'est une hypothèse alternative qui stipule qu'il y'a une différence significative entre les deux groupes/mesures de notre recherche, donc le groupe A ont plus d'estime de soi que B. ($A > B$)

Rejeter l'hypothèse nulle, et donc accepter l'hypothèse alternative ($p < 0.01$), ce qui signifie que l'hypothèse de notre recherche est vraie.

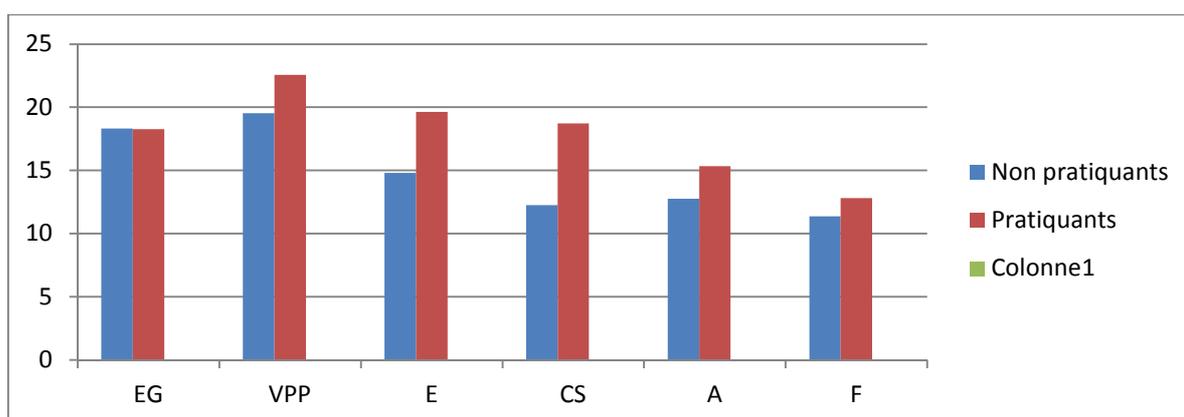


Figure N°34 : Représentation des scores des 4 dimensions de l'ISP.

Les adolescents pratiquants d'une APS ont des scores d'estime de soi pour les six dimensions significativement plus élevée que les non pratiquants. Pour la dimension «Apparence Physique» (A), les non pratiquants enregistrent un score de ($M = 12.75$) plus faible que les pratiquants ($M = 15.34$).

Pour la dimension « Endurance », elle est plus faible chez les non pratiquants ($M = 14.81$) comparativement aux adolescents pratiquants une APS ($M = 19.64$), de même pour la dimension «Compétence sportive et Force», plus faible chez les non pratiquants que chez les pratiquants. CS ($M=12.24$), ($m=18.72$) et F ($M=11.36$), ($M=13.8$).La dimension

d'estime de soi globale reste la seule où il n'y a pas de disparité entre les pratiquants et non pratiquants. En ce qui concerne l'Inventaire de soi physique (ISP) le tableau N°37 ! et la figure N35° ! Donnent les scores suivants : Tableau N° 37 : Comparaison des moyennes des 6 dimensions de l'ISP en fonction de pratiquants et non pratiquants (EG, VPP, E, CS, A, F).

Non pratiquants : (18.31), (19.53), (14.81), (12.24), (12.75), (11.36).

Pratiquants : (18.27), (22.55), (19.64), (18.72), (15.34), (13.8).

Comparaison intragroupe entre les pratiquants des disciplines (judo, athlétisme, volley-ball, football)

2.1. Echelle d'estime globale de soi : est constituée de 06 Echelles qui sont comme suite

(Q1) : J'ai une bonne opinion de moi-même.

(Q2) : Je voudrais rester comme je suis.

(Q3) : Il y a des tas de choses en moi que j'aimerais changer.

(Q4) : Je regrette souvent ce que j'ai fait.

(Q5) : J'ai souvent honte de moi.

Tableau N°38 : Moyenne de l'Echelle d'estime globale de soi de l'ISP pour les pratiquants intragroupe.

L'échelle d'estime globale de soi								
Moyenne de l'échelle								
	JUDO		VOLLEY-BALL		ATHLETISME		FOOTBALL	
	filles	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles	Garçons
Moyenne	23.2	22.1	23.8	19.9	22.6	23.2	21.1	24.3
TOTAL	45.3		43.7		45.8		45.4	

Les résultats de l'échelle d'estime globale de soi sur le tableau ci-dessus démontrent que le meilleur score est de (45.8) pour la discipline athlétisme, les disciplines judo et football ont eu un score presque identique (45.3) et (45.4). Tandis, que dans la discipline volley-ball le score est de (43.7).

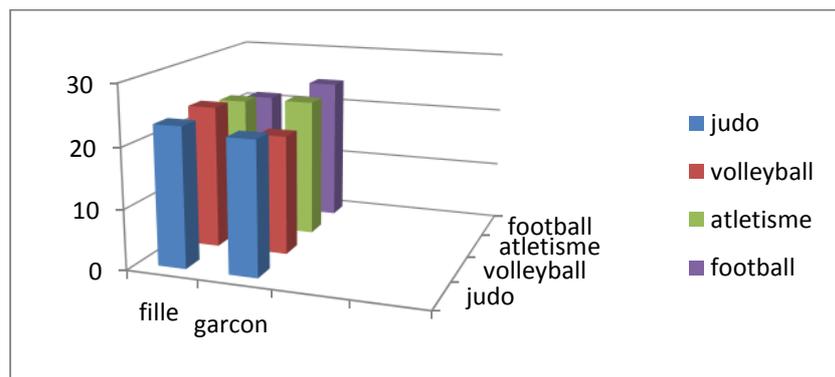


Figure N° 35 : Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (EG).

2.2. L'Echelle de la valeur physique perçue : qui se compose de 5 items

(Q1) : Globalement, je suis satisfait (e) de mes capacités physiques.

(Q2) : Physiquement, je suis content (e) de ce que je peux faire.

(Q3) : Je suis confiant (e) vis-à-vis de ma valeur physique.

(Q4) : En général, je suis fier (lère) de mes possibilités physiques.

(Q5) : Je suis bien avec mon corps.

Tableau N° 39 : Moyenne de l'Échelle de la valeur physique perçue de l'ISP pour les pratiquants intragroupe.

L'échelle de la valeur physique perçue								
Moyenne de l'échelle								
	JUDO		VOLLEY-BALL		ATHLETISME		FOOTBALL	
	filles	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles	Garçons
Moyenne	24.4	25.3	24.1	23.3	27.1	24.3	21.3	25.8
TOTAL	49.7		47.4		51.4		47.1	

Les résultats de l'échelle de la valeur physique perçue sur le tableau ci-dessus démontrent que le score moyen de la discipline athlétisme est le plus élevé avec un score de (29.4) ensuite vient le judo avec un score de (49.7), tandis que le volley-ball et le football ont eu un score de (47.4) et (47.1).

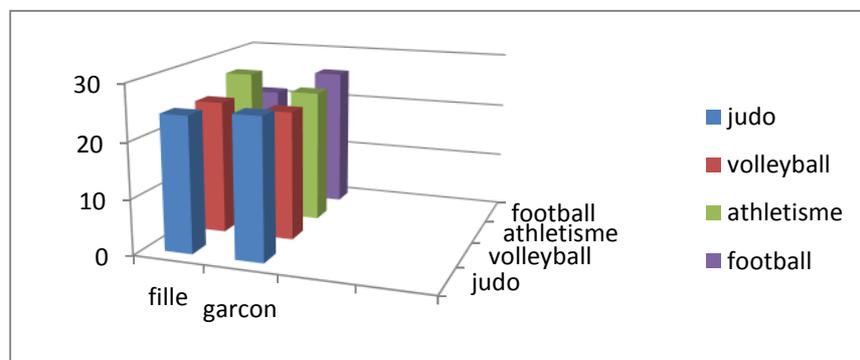


Figure N° 36 : Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (VPP).

2.3. L'Échelle de condition physique : elle se compose de 5 items

(Q1) : Je ne peux pas courir longtemps sans m'arrêter.

(Q2) : Je pense pouvoir courir longtemps sans être fatigué.

(Q3) : Je pourrais courir 5 km sans m'arrêter.

(Q4) : Je serais bon (ne) dans une épreuve d'endurance.

(Q5) : Je ne suis pas très bon (ne) dans les activités d'endurance telles que le vélo ou la course.

Tableau N°40 : Moyenne de l'Échelle de condition physique de l'ISP pour les pratiquants intragroupe.

L'échelle de condition physique								
Moyenne de l'échelle								
	JUDO		VOLLEY-BALL		ATHLETISME		FOOTBALL	
	filles	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles	Garçons
Moyenne	23.3	23.3	21	16.5	15.7	22.5	20.5	24.4
TOTAL	46.6		37.5		38.2		44.9	

Les résultats de l'échelle de condition physique sur le tableau ci-dessus démontrent que le score moyen de la discipline judo est le plus élevé avec un score qui est égale à (46.6), ensuite vient le football avec un score de (44.9), l'athlétisme avec un score de (38.2), tandis que le score de la discipline volley-ball est égale a (37.5).

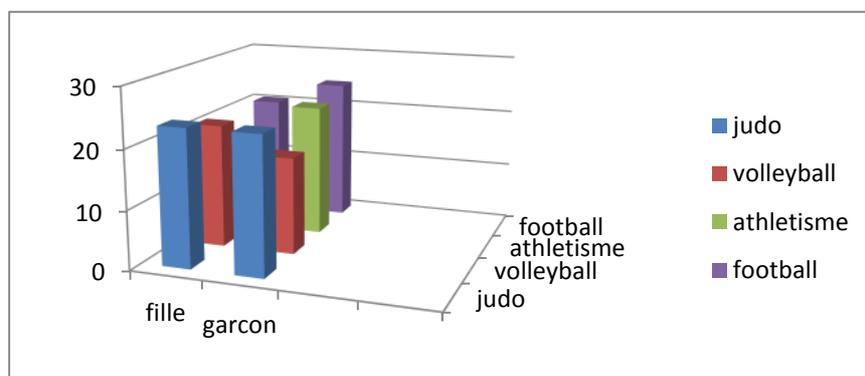


Figure N° 37 : Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (S).

2.4. L'Échelle de compétence physique : qui se compose de 4 items

(Q1) : Je trouve la plupart des sports faciles.

(Q2) : Je trouve que je suis bon (ne) dans tous les sports.

(Q3) : Je me débrouille bien dans tous les sports.

(Q4) : Je réussis bien en sport.

Tableau N°41 : Moyenne de l'Échelle de compétence physique de l'ISP pour les pratiquants intragroupe.

L'échelle de compétence physique								
Moyenne de l'échelle								
	JUDO		VOLLEY-BALL		ATHLETISME		FOOTBALL	
	filles	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles	Garçons
Moyenne	11.5	19	16.5	18	17.9	16.7	18.5	19.4
TOTAL	30.5		34.5		34.6		37.92	

Les résultats de l'échelle de compétences physique sur le tableau ci-dessus démontrent que le score moyen le plus élevé est celui de la discipline football qui est égale à (37.92), ensuite vient l'athlétisme et le volley-ball avec un score presque identique de (34.6) et (34.5), la discipline judo en dernière position avec un score de (30.5).

Le sentiment de compétence de l'individu se développe à travers ses réussites et l'aide à se construire une identité positive et s'engager dans des projets. (Quentin Coursier).

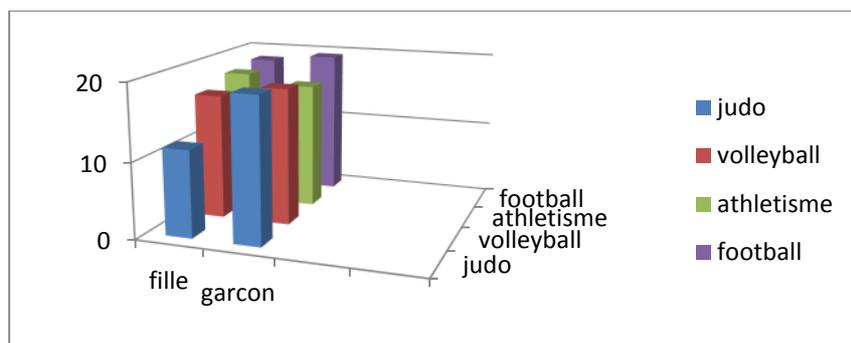


Figure N° 38 : Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (CS).

2.5. L'Echelle de l'apparence physique : elle se compose de 3 items

(Q1) : J'ai un corps agréable à regarder.

(Q2) : Je n'aime pas beaucoup mon apparence physique.

(Q3) : Personne ne me trouve beau (belle).

Tableau N°42 : Moyenne de l'Echelle l'apparence physique de l'ISP pour les pratiquants intragroupe.

L'échelle de l'apparence physique								
Moyenne de l'échelle								
	JUDO		VOLLEY-BALL		ATHLETISME		FOOTBALL	
	filles	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles	Garçons
Moyenne	16.1	13.7	14.3	12.5	13.2	13.2	13	15.1
TOTAL	29.8		26.8		26.4		28.1	

Les résultats de l'échelle de l'apparence physique sur le tableau ci-dessus démontrent que le score moyen de la discipline judo est le plus élevé avec un score de (29.8), ensuite vient le football avec un score de (29.1), tandis que le volley-ball et l'athlétisme ont eu un score de (26.8) et (26.4).

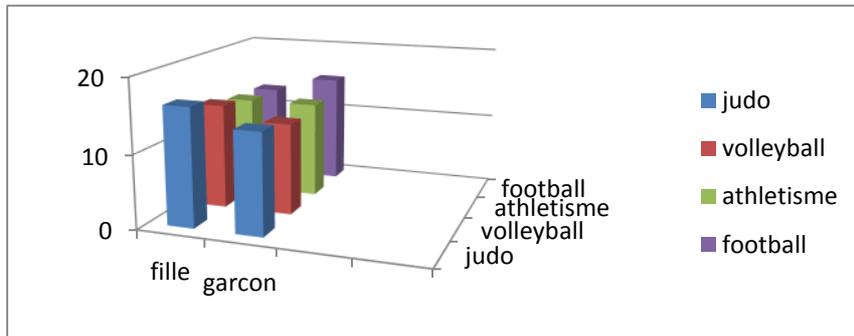


Figure N° 39 : Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (A).

2.6. L'Échelle de la force : qui se constitue de 3 items

(Q1) : Je pense être plus fort (e) que la moyenne.

(Q2) : Je serais bon (ne) dans une épreuve de force.

(Q3) : Face à des situations demandant de la force, je suis le premier à proposer mes services.

Tableau N°43 : Moyenne de l'Échelle de la force de l'ISP pour les pratiquants intragroupe.

L'échelle de la force								
Moyenne de l'échelle								
	JUDO		VOLLEY-BALL		ATHLETISME		FOOTBALL	
	filles	garçons	filles	garçons	filles	garçons	filles	Garçons
Moyenne	12.9	14.8	11.6	12.1	12.3	13.4	15.2	14.2
TOTAL	27.7		23.7		25.7		29.4	

Les résultats enregistrés sur le tableau ci-dessus démontrent que le score moyen de la discipline football est le plus élevé avec un score de (29.4), ensuite vient le judo avec un score de (27.7), l'athlétisme avec un score de (25.7), tandis que ceux qui pratiquent le volley-ball ont eu un score de (23.7) sur cette échelle.

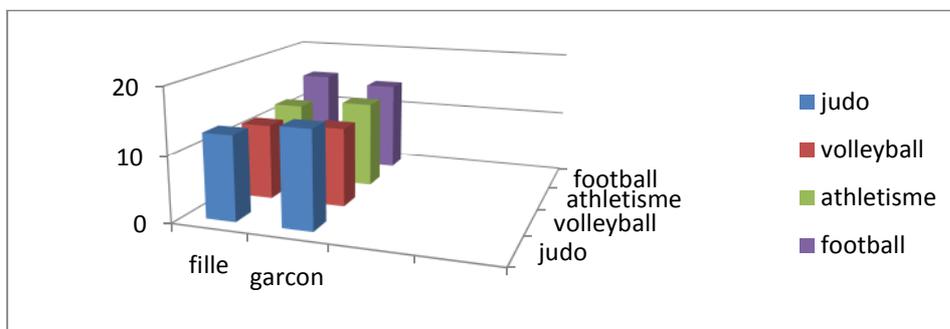


Figure N° 40 : Représentation des scores des 04 disciplines dans l'échelle (F).

Tableau N°44 : comparaison intragroupe entre les disciplines (judo, volley-ball, athlétisme, football).

	(EG)		(VPP)		(E)		(CS)		(A)		(F)		COMPARAISON (5%)
	p	TC											
Volley- Judo	0.781 (N)	0.395	0.196 (N)	1.910	0.181 (N)	2.022	0.653 (N)	0.523	0.423 (N)	1	0.179 (N)	2.036	Non significatifs
Judo- athlétisme	0.728 (N)	0.399	0.622 (N)	0.578	0.342 (N)	1.235	0.643 (N)	0.540	0.292 (N)	1.417	0.458 (N)	0.911	
Judo- football	0.979 (N)	0.030	0.628 (N)	0.567	0.705 (N)	0.436	0.431 (N)	0.980	0.647 (N)	0.533	0.511 (N)	0.792	
Volley- athlétisme	0.648	0.532	0.303 (N)	1.374	0.939 (N)	0.086	0.963 (N)	0.052	0.845 (N)	0.222	0.240 (N)	1.655	
Volley- football	0.768 (N)	0.337	0.954 (N)	0.066	0.340 (N)	1.243	0.191 (N)	1.944	0.685 (N)	0.470	0.036 (S)	5.098	
Athlétisme- football	0.913 (N)	0.123	0.502 (N)	0.811	0.483 (N)	0.855	0.159 (N)	2.200	0.503 (N)	0.818	0.131 (N)	2.489	

Les résultats du tableau ci-dessus démontrent qu'il n'y a pas une différence significative entre les quatre disciplines.

Conclusion

Dans notre objectif de recherche on a choisi l'hypothèse statistique bilatérale qui signifie :

HO : A=B ou H1 : A≠B, (A>B et A<B).

□ Une hypothèse nulle (H0) et une hypothèse alternative (H1).

Alors les résultats démontrent dans l'échelle de (l'estime de soi global, la valeur perçue et condition physique) dans les quatre disciplines Elle stipule qu'il n'y a pas de différence significative entre les deux groupes/mesurer de notre recherche, donc A = B.

Sauf Dans la discipline de football (la valeur physique perçue et condition physique) et la discipline de judo (l'apparence physique) ont rejeté l'hypothèse nulle et donc accepter l'hypothèse alternative, ($p < 0.05$). Ce qui signifie que l'hypothèse de notre recherche est vraie. Donc, A est plus influencé que B.

Il y'a une différence du score moyen dans toutes les disciplines, mais d'après les calculs statistique cette différence est non significative Sauf entre la discipline football et volley-ball, et que le score des garçons est toujours plus élevé aux filles, ce qui rassure le modèle de Fox (1988) sur le rôle de l'importance dans le modèle d'estime de soi, ainsi on peut

souligner que les idées reçues par les athlètes à travers les composantes sociales de chaque spécialité (entraîneur, media, public.....) sur les qualités physiques importantes pour chaque type de sport, influent les athlètes à ne pas donner la même importance aux qualités physiques.

Finalement, le type de sport pratiqué, a un impact sur le concept de soi et ses dimensions, pour avoir une estime de soi positive.

Discussion

Le principal objectif de ce travail était pour but d'analyser l'estime de soi chez les adolescents pratiquants et non pratiquants de l'activité physique, de comparer divers mesures de satisfaction corporelle et d'étudier les relations entre diverses évaluations de l'estime de soi, en fonction de l'âge, du sexe et du type de sport pratiqués.

Après les commentaires et interprétations que nous avons faits, notre première hypothèse ne semble pas être validée sur la 1ere échelle, il est vrai que on s'attend à ce que le niveau d'estime globale de soi chez les adolescents non pratiquants de l'activité physique, soit moins élevés que les adolescents pratiquants, mais celui-ci est non significatif.

Cependant on peut dire que la pratique du sport uniquement ne pourra pas influencer significativement sur l'estime globale de soi. Car Celle-ci s'alimente des diverses domaines spécifiques à des situations de vie. (Rosenberg, 1965) d'une part, une visée globale et unidimensionnelle de l'estime de soi qui correspond à une appréciation générale que l'individu porte sur lui-même telle qu'elle est envisagée par (Rosenberg, 1965) et d'autre part, une évaluation multidimensionnelle par domaines de vie relatifs au soi physique, au soi social, au soi cognitif ou au soi relationnel évoquée par (Harter, 1998).

En effet, sur la 2eme échelle de l'ISP l'effet de l'activité physique sur l'estime de soi, est significativement plus élevée chez les pratiquants que les non pratiquants, le sport influence positivement sur l'estime de soi relatifs au domaine de soi physique, d'où l'importance de la promotion des activités physiques qui peut contribuer au développement de l'estime globale de soi et au plan psychologique.

Depuis une vingtaine d'années, les sous-composantes du concept de soi physique sont de plus en plus étudiées, et le concept de soi physique émerge comme une construction clé, particulièrement dans les cultures occidentales qui attachent beaucoup d'importance aux capacités physiques et à l'apparence. En effet, pour (Bégarie, J., Maïano, C. & Ninot, G. 2011), par son apparence, ses attributs corporels et ses compétences physiques, le sujet étaye son soi physique, et dans certaines conditions renforce son estime de soi globale. Au contraire des modèles traditionnels ou l'estime de soi était conceptualisée et étudiée comme un construit global et unidimensionnelle (Coopersmith1767 Piers et Harris, 1964). La plupart des auteurs insistent maintenant sur

la nécessité de considéré sa nature multidimensionnelle (Blognini, Plancherel, Bettshart, et Halfon, 1996 ; Harter, 1993).

Deuxième hypothèse ; On s'attend à ce que les filles expriment davantage moins d'estime de soi que les garçons, elle s'est vue vérifiée au cours de cette enquête.

La différence entre le sexe, plusieurs auteurs ont noté la présence de différences en faveur des garçons en terme d'estime de soi globale à l'âge de l'adolescence (Alsaker et Olweus, 1993; Chabrol Bouffard, 2007).

Par ailleurs, les résultats des travaux de (Fourchard et Courtinat-Camps, 2013) permettent de mettre à jour des différences significatives d'estime de soi globale et physique en fonction de l'âge et du genre des adolescents(es).

Troisième hypothèse ; on s'attend à ce que le type d'activité physique pratiqué est une influence sur l'estime de soi.

Les comparaisons multiples entre les sport, montre des résultats non significatifs pour l'échelle (1) et (2) dans la plupart de ces dimensions : Estime Globale de soi, Valeur physique perçue, Endurance, Compétences physique, Apparence physique, Force. Sauf dans la comparaison entre le football et le volley-ball on remarque un effet significatif pour la dimension : (force).

Finalement, Il nous semble que les athlètes donnent une importance similaire pour toutes les qualités physiques. Le type de sport pratiqué, n'a pas d'impact sur le concept de soi et ses dimensions, pour avoir une estime de soi positive, les entraîneurs doivent se baser beaucoup plus sur les qualités physiques importantes.

L'estime de soi et les perceptions de soi plus spécifiques à un domaine particulier ont des propriétés motivationnelles. Elles sont intimement liées aux choix réalisés, aux efforts fournis, au désir de s'engager ou au contraire de se retirer de différents contextes de vie. Ces motivations influencent les choix en matière de pratique sportive, le niveau d'engagement et les performances réalisées dans ce domaine. (Famose, Guerin, Sarrazin, 2005).

Conclusion générale

Conclusion

Ce travail avait entre autres pour objectif de rendre compte objectivement l'estime de soi des adolescents pratiquants d'une activité physique et sportive et ceux qui n'en pratiquent pas.

Une fois les objectifs bien tracés, en nous fixant trois hypothèses majeures que nous avons tenté de vérifier tout au long de ce travail avec une méthodologie rigoureusement choisie pour mener à bien notre recherche.

En ce qui concerne le chapitre réservé à la méthodologie, nous avons à ce niveau fait part de nos options méthodologiques, du déroulement de nos enquête a l'aide de deux outils scientifiquement validés (échelles de Rosenberg et ISP), 160 cas on fait partie de notre échantillon.

Ensuite, une partie pratique qui regroupe la présentation et l'interprétation des résultats de l'enquête (statistique descriptive), et leur discussion.

Cette partie comme son nom l'indique rend compte des résultats de notre étude et des analyses et interprétation que nous avons appliqué à ces dernier. Ainsi ce qui ressort de ces résultats et analyse et tout simplement la situation des élèves qui pratiquent une activité physique et sportive et dehors de leur établissement scolaire et des élèves qui ne pratiquent aucune activité extrascolaire.

Au cours de ce travail nous avons confirmé notre hypothèse, et démontré que la pratique régulière de l'activité physique est un vecteur positif de l'estime de soi. Elle est peut être aujourd'hui l'une des clés d'une motivation intrinsèque infaillible, d'une longévité de pratique et attente a une capacité de se réaliser en tant que sportif et en tant qu'homme. (Quentin coursier)

Dans l'ensemble, il faut savoir qu'on est loin de généraliser nos résultats vu le nombre limité des cas de notre recherche.

Enfin, nous concluons notre recherche par la question suivante : existe-il une différence entre l'échelle d'estime de soi global et l'échelle de l'inventaire de soi physique ? Nous espérons que notre travail va servir d'exemple et de guide et que la recherche dans ce domaine est sur ce thème soit poursuivi par d'autres futures chercheur afin d'apporté plus de clarté.

Recommandations

Il nous paraît nécessaire de proposer certaines recommandations dans l'espoir qu'elles apportent de bien fait pour les adolescents à savoir :

- Comprendre la phase d'adolescence en rapport à la pratique de l'activité physique et l'augmentation de l'estime de soi.
- Favoriser la pratique des différentes activités physiques dès l'enfance, afin de favoriser l'estime de soi.
- Favoriser l'augmentation des volumes horaires de la pratique sportive aux établissements.
- Détecté le taux d'estime de soi entre les adolescents pratiquants une activité physique et sportive et non pratiquants.

Les difficultés rencontrées

Toute recherche scientifique sur le terrain présente des difficultés qu'il faut surmonter pour pouvoir continuer, nous n'entrons pas dans les détails mais les difficultés majeures qui méritent d'être souligner sont celle relative au :

- bavardage des élèves lors de la passation des questionnaires.
- La fermeture des établissements à cause des manifestations.
- la difficulté pour l'utilisation de logiciel SPSS.

BIBLIOGRAPHIE

OUVRAGE:

- . Cloutier, R. (1996). Psychologie de l'adolescence. 3^{ème} édition. Montréal : Gaëtan Morin. p.52.
- . Flavell, J., Bideaud, J., Richelle, M. (1985). Développement métacognitif. Psychologie développementale. Problèmes et réalités. Bruxelles : Mardaga. P. 30-41.
- . Flavell, J., Bideaud, J., Richelle, M. (1985). Développement métacognitif. Psychologie développementale. Problèmes et réalités. Bruxelles : Mardaga. p. 29-41.
- . Louis, M. (1992). Développement moral et apprentissage .Spirale-instruction-éducation civique. p. 47-58.
- . Piaget, J. (1932). Le jugement moral chez l'enfant ». 5^e édition. Paris : P.U.F. p.262-330.
- . Piaget, J. (1963). Piaget a son temps. Paris : Diogène. p.157.
- . Piaget, J., INHELDER, B. (1963). Les opérations intellectuelles. Paris : presse universitaire de France. p.157.
- . Pierre, G. (2010). Les conduites à risque à l'adolescence .chronique. Paris : p.42-72.
- . Pierre, J. (1999). Les adolescents devant les déviances psychologie d'aujourd'hui. Paris : Presses universitaires de France. P.03-319.
- . Rodriguez-Tomé, H., Bariaud, F. (1987). Les perspectives temporelles à l'adolescence. Paris : P.U.F. p. 262.

MEMOIRE DE MAGISTERE :

- . « L'image corporelle, un concept de soins » ISC Image Corporelle / DSI / HUG Octobre 06 Mémoire. « L'activité collective en classe d'éducation physique dans les collèges ECLAIR: étude anthropologique des situations de travail par ateliers en gymnastique et contribution à la connaissance des interactions dans les milieux éducatifs "difficiles»
- . Berdah, 2010, p187), mémoire (cité par Laureline Salaün),(Thèses de doctorat) ; « le rôle de l'estime de soi dans le lien entre l'insatisfaction de l'image corporelle, l'anxiété et la dépression chez les adolescents » 15 aout 2014.
- . Thèse : Geneviève duras ; janvier 2012 « l'importance des conditions de l'estime de soi a l'adolescence pour bien être psychologiques des jeunes et le rôle du soutiens social perçu »
- . Thèses : Alexandra. Ronchi, « L'adolescent ” voyageur ”: rompre, explorer, exister » 14 Mars 2018.

Articles :

- . (Frédéric. Fourchard), (Amélie. Courtinat-Camps) « L'estime de soi globale et physique à l'adolescence ».
- . « Bien dans sa peau, bien dans sa tête ».
- . Article « Le corps en EPS » (Raphael LECA) et (Carine Erard) UFR STAPS Dijon, L3 Éducation et Motricité.
- . Article « maturation biologique et changements psychologique a l'adolescence » Rodriguez tome, H. (1997). (p. 5-47). Paris: PUF.
- . Corps et culture Numéro 5 | 2000/Corps et Educations PAR (Céline Garcia).
- . Dany Lionel, Morin Michel, « Image corporelle et estime de soi : étude auprès de lycéens français ».
- .HÉLÈNE .BRASSARD, « les retombées de l'obésités sur l'estime de soi, image corporelle et le vie sociale des adolescents » l'université du Québec a Chicoutimi
- . L'adolescent de 15 A 20 ans Dans l'enseignement professionnel.
- . La place de la parole en Éducation Physique et Sportive auprès des adolescents. (Cité par (Émilie FOURCADE LACROUTZ).
- .La société de consommation. Paris, 1970.Les tempêtes de l'adolescence, in L'enfant du 21e siècle, Les Grands Dossiers des Sciences Humaines n°8, 2007
- . Laureline Salaün (Analyse de la relation entre le niveau d'activité physique et la composition corporelle d'adolescents présentant une déficience intellectuelle : impact d'une prise en charge de l'obésité par un programme d'activité physique adaptée)
- . Maria da Conceição Taborda-Simões Groupe d'études de psychologie p (521 à 534)
- . MARIE-ÈVE. BLACKBURN, (agente de recherche), Jacinthe. DION, Amélie. ROSS, (professeures), Mémoire « l'évolution de l'estime de soi et de l'insatisfaction de son image corporelle de 14ans a 18ans ». Université du Québec à Chicouti.
- . Marilyse, « effet de la motivation et de l'estime de soi sur l'indice de masse corporelle et le détresse psychologique au corps d'un programme de prise en charge de l'obésité chez des adolescents ». octobre 2014 N°07 (2015/1)
- . « L'importance du soi physique à l'adolescence » Frédéric fourchad . 2016.
- .LA PSYCHOLOGIE DE L' ADOLESCENT (LFEP) Saber HAMROUNI.
- . « Impact de l'estime de soi sur la performance sportive chez les jeunes adolescents scolarisés ». D. Lamri, M. Khiam et T. Hassouni.

.ELAINE. DUMOULIN, (mai 1997) « Description de l'estime de soi des élèves orienté vers le programme d'insertion sociale et professionnelle des jeunes ».

. (Mars 2015), Olivier Jalabert « EPS et l'adolescence ».

REVUE ET RAPPORT :

. Revue Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques

Site internet :

. Site de l'institut National de prévention et d'éducation pour la santé.

[Http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/IMC/docIMCEnf.pdf](http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/IMC/docIMCEnf.pdf), consulté le 28 mai 2012.

annexes

Dans le cadre d'un projet de fin d'étude, nous avons mis en place ce questionnaire sur l'image corporelle et l'estime de soi chez les adolescents.

Le questionnaire est totalement anonyme et aucune donnée personnelle ne sera relevée. Merci de bien vouloir répondre.

Obligatoire

Établissement :

Niveau :

Sexe :

Age :

Poids :

Taille :

Pratiquez-vous le Sport en dehors de l'école ?

Pour chacune des caractéristiques ou descriptions suivantes, indiquez à quel point chacune est vraie pour vous en **encerclant** le chiffre approprié. Aucune réponse n'est juste, elle est avant tout personnelle.

Tout à fait en Désaccord	plutôt en désaccord	plutôt en accord	tout a fait en accord
(1)	(2)	(3)	(4)

1. Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre 1-2-3-4

2. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités. 1-2-3-4

3. Tout bien considéré, je suis porté à me considérer comme un raté 1-2-3-4

4. Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens 1-2-3-4

5. Je sens peu de raisons d'être fier de moi. 1-2-3-4

6. J'ai une attitude positive vis-à-vis moi-même. 1-2-3-4
7. Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi. 1-2-3-4
8. J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même 1-2-3-4
9. Parfois je me sens vraiment inutile. 1-2-3-4
10. Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien. 1-2-3-4

Les phrases suivantes expriment des sentiments, des opinions ou des réactions sur soi. Pour chaque phrase, cochez la réponse qui vous ressemble le plus entre Pas du tout (1), Très peu (2), Un peu (3), Assez (4), Beaucoup (5), Tout à fait (6).

	Pas					tout
	du	très	un	Beau	a	
	Tout	peu	peu	assez	coup	fait
1. J'ai une bonne opinion de moi -----	<input type="radio"/>					
2. Globalement, je suis satisfait(e) mes capacités physiques----	<input type="radio"/>					
3. Je ne peux pas courir longtemps sans m'arrêter -----	<input type="radio"/>					
4. Je trouve la plupart des sports faciles -----	<input type="radio"/>					
5. Je n'aime pas beaucoup mon apparence physique -----	<input type="radio"/>					
6. Je pense être plus fort(e) que la moyenne -----	<input type="radio"/>					
7. Il y a des tas de choses en moi que j'aimerais changer ----	<input type="radio"/>					
8. Physiquement, je suis content(e) de ce que je peux faire ----	<input type="radio"/>					
9. Je serais bon(ne) dans une épreuve d'endurance -----	<input type="radio"/>					
10. Je trouve que je suis bon(ne) dans tous les sports -----	<input type="radio"/>					
11. J'ai un corps agréable à regarder -----	<input type="radio"/>					
12. Je serais bon(ne) dans une épreuve de force -----	<input type="radio"/>					
13. Je regrette souvent ce que j'ai fait -----	<input type="radio"/>					

-
14. Je suis confiant(e) vis-à-vis de ma valeur physique ----- o o o o o o
15. Je pense pouvoir courir longtemps sans être fatigué (e) ---o o o o o o
16. Je me débrouille bien dans tous les sports ----- o o o o o o
17. Personne ne me trouve beau (belle) ----- o o o o o o
18. Face à des situations demandant de la force, je suis le
(la)premier(ière) à proposer mes services -----o o o o o o
19. J'ai souvent honte de moi -----o o o o o o
20. En général, je suis fier(ière) de mes possibilités physiques o o o o o o
21. Je pourrais courir 5 km sans m'arrêter ----- o o o o o o
22. Je réussis bien en sport ----- o o o o o o
23. Je voudrais rester comme je suis ----- o o o o o o
24. Je suis bien avec mon corps ----- o o o o o o
25. Je ne suis pas très bon(ne) dans les activités d'endurance
telles que le vélo ou la course ----- o o o o o o

Résumé :

But de l'étude.- A partir d'un recueil de donnée réalisé auprès d'élèves de secondaires, nous proposons d'évaluer le niveau d'estime de soi des adolescents pratiquants une APS et qui ne pratique aucune APS dans les domaines global et physique en fonction de genre. En effet, de profonde modification physique, psychologique affectent cette phase de développement de la personne.

Méthode. – cent soixante lycéen(ne)s de la région centre-ville de Bejaia, âgé de 15 à 18 ont renseigné l'échelle unidimensionnelle de Rosenberg (1965) et l'inventaire de soi physique de Ninot, delignières et fortes (2000).

Résultats - la fiabilité des deux outils utilisé est confirmé auprès de notre échantillon d'études. Les résultats permettent de mettre à jours des différences significatives d'estime de soi globale et physique en fonction du genre des adolescent(e)s.

Les mots clés - pubères – adolescent-sexe- soi physique- estime de soi -Education physique

Abstract

Objective - From a data collection conducted among junior high-school students, we propose to assess global and physical self-esteem. We propose to evaluate the level of self-esteem of teenagers practicing APS and who practices no APS in the global and physical domains according to gender. Indeed, profound physical changes, psychological affect this phase of development of the person

Methods - One hundred and sixty high school students pf the Bejaia downtown area, aged 15 to 18 have informed the Rosenberg self-esteem scale (1965) and the physical self-inventory (Ninot, Delignières and Fortes, 2000).

Results - The reliability of both tools is confirmed from our study sample. The results allow to update significant differences in global and physical self-esteem according to gender of the adolescents.

Keywords - Adolescence- Gender- Physical self- Self-esteem- Physical education.