

*Suzanne Laberge*

*A survey among French-speaking Montreal women showed that 64 per cent are actively engaged in sport. The other 36 per cent claim that their work at home is a form of physical exercise. The three significant factors that promote sport for the woman who stays at home are family revenue, children at home, and the presence of a sports arena in the neighbourhood. These factors are all related to a patriarchal system that keeps the woman dependent on her husband and tied to the home. For the working woman, the influence of a husband who is a sportsman is a decisive factor. In both cases, a woman's involvement in sport is dependent upon a male's influence.*

#### **Quelles femmes?**

Précisons d'abord qu'il s'agit ici de femmes citadines, en l'occurrence de Montréal, de femmes adultes, i.e. celles qui ont des responsabilités familiales et/ou économiques, de femmes qui ne sont pas des athlètes, i.e. celles que la sociologie du sport a souvent oubliées, enfin de femmes francophones avec tout ce que cela comporte de préjugés face au sport.

#### **Encore une enquête?**

En effet, nous présenterons ici quelques résultats et analyses préliminaires d'une enquête effectuée auprès d'un échantillon de 180 femmes. Pour couvrir une certaine diversité sociale, elles ont été sélectionnées dans cinq milieux socio-économiques différents; de plus, quatre catégories occupationnelles,

# L'ACTIVITE PHYSIQUE CHEZ LES FEMMES:

# DES CONDITIONS D'EXISTENCE QUI FONT LA DIFFERENCE

combinant deux caractéristiques, y sont représentées, soit:

1. celles qui travaillent à l'extérieur et ont des enfants à charge
2. celles qui travaillent à l'extérieur et n'ont pas d'enfant à charge
3. celles qui restent au foyer et ont des enfants à charge
4. celles qui restent au foyer et n'ont pas d'enfant à charge.

Les écrits sur le sport avaient laissé sans réponse plusieurs de nos interrogations: les femmes au foyer ont-elles plus de temps libres pour pratiquer des activités physiques? Les enfants, les conjoints ont-ils un effet d'encouragement ou d'empêchement? Les installations sportives sont-elles des éléments importants pour la pratique d'activités physiques? Comment les activités physiques et sportives sont-elles perçues par les femmes? Où se situent ces activités dans l'ensemble de leurs préoccupations et de leurs priorités? Et bien d'autres questions dont les réponses n'apparaissent ni évidentes ni simples. Nous avons voulu, par cette enquête, tenter d'"apprivoiser" ou d'entrevoir une certaine compréhension de la problématique. Pour recueillir les informations nécessaires, nous avons abordé, via un questionnaire semi-formel, quatre sujets principaux, à savoir:

1. leurs activités physiques et sportives,
2. leurs opinions et perceptions relatives à la pratique d'activités physiques,
3. certaines de leurs habitudes de vie et différents comportements culturels, et enfin
4. des renseignements socio-démographiques.

Riches de ces informations, nous espérons pouvoir identifier les influences sociales agissant sur la pratique d'activités physiques de ces femmes, ainsi que situer leur pratique par rapport à d'autres comportements relatifs à la santé et à d'autres activités culturelles. Les résultats de l'analyse portant sur les influences sociales seront présentés dans cet article.

### D'abord quelques constats

Les femmes sont-elles sportives? Dans notre échantillon, 64% affirment pratiquer différentes activités physiques mais à des rythmes et à

des fréquences variés. Ainsi, 16% s'adonnent quotidiennement à une activité physique: ce sont essentiellement des mordues de la "culture physique", i.e. des exercices à mains libres et des mordues de la marche. D'autre part, 24% pratiquent des activités de façon hebdomadaire: les "quilles" constituent l'activité la plus populaire, suivies de près par la "culture physique", la natation et les sports de raquette. Pour ce qui est des activités mensuelles, les préférences vont majoritairement aux sports de plein air, soit la raquette, le toboggan et le ski de fond en hiver, et la bicyclette, le pédalo et les jeux de ballons l'été; on note aussi un grand intérêt pour la natation et la marche. Comme on peut le constater, ce sont des activités simples, qui nécessitent en général peu d'organisation ou peu d'installations et sont techniquement peu complexes.

Mais à côté des 64% dites "sportives", il nous faut mentionner les 36% "non sportives" qui n'en sont pas moins *actives*; en effet, le travail ménager ou professionnel, ainsi que les soins aux enfants, . . . "ça aussi c'est du sport!" . . . Dans la multitude des Fédérations sportives, on n'a pas encore institué la "Fédération des travaux ménagers" . . . Pourtant, les femmes affirment accorder 18 heures par semaine, en moyenne, aux activités ménagères: "passer l'aspirateur", faire du lavage manuel, ranger, époussetter, faire du repassage etc. . . Voilà tout de même beaucoup de temps consacré à des activités physiques pour des personnes dites "non sportives"!

### Des conditions d'existence qui font la différence

Au-delà des chiffres (statistiques) qui parlent de LA femme comme d'un ensemble indifférencié, nous avons voulu pousser notre analyse. En premier lieu, nous nous sommes demandées en quoi les différentes responsabilités et contraintes assumées par les femmes affectent leur pratique d'activités physiques. Peut-être allions-nous y trouver des indices révélateurs ou

éléments explicatifs des inégalités vécues par les femmes dans leur rapport à l'activité physique.

Ainsi une analyse statistique (régression multiple) a permis de mettre en évidence que le modèle des facteurs favorables et défavorables à la pratique d'activités physiques régulières n'était pas le même pour les femmes qui travaillent à l'extérieur que pour celles qui restent au foyer. Les facteurs pris en considération par cette analyse étaient: l'âge, la catégorie professionnelle, le revenu familial, le niveau de scolarité, la présence d'enfants à la maison, le fait d'avoir un conjoint sportif, le fait d'avoir des parents sportifs, l'existence d'installations sportives dans le voisinage, etc. Nous sommes conscientes que certaines de ces variables sont interreliées, telles la scolarité, la profession et le revenu familial, mais l'analyse de régression multiple utilisée ne choisit que les variables qui apportent une contribution indépendante et significative à la variable étudiée i.e. la pratique régulière d'activités physiques.

### Les femmes au foyer

Parmi tous les facteurs considérés, seuls trois sont ressortis comme significatifs d'une contribution favorable à la pratique régulière d'activités physiques; ce sont, par ordre d'importance décroissante: le revenu familial, la présence d'enfants à la maison et l'existence d'installations sportives dans le voisinage. (Point important à souligner, ces trois facteurs ne s'avèrent pas significatifs dans le cas des femmes qui travaillent à l'extérieur). Pour ce qui est des autres facteurs, ils agissent possiblement, mais de façon non suffisamment régulière et forte pour être détectés dans un échantillon de la dimension du nôtre.

#### 1. Le revenu familial: surtout pour les coûts indirects

Plus le revenu familial est élevé, plus grande est la probabilité de faire de l'activité physique. Ceci peut surprendre, surtout si l'on se réfère aux activités apparues comme les plus populaires, à savoir la culture physique, la marche, la natation et les activités saison-

nières de plein air; en termes de frais, elles viennent sûrement loin derrière la plongée sous-marine, l'équitation ou le golf. . . Mais on oublie trop souvent les coûts indirects occasionnés par la pratique d'activités physiques, tels par exemple le coût d'une gardienne pour s'occuper des enfants pendant que l'on va à la piscine publique, ou le coût d'une aide domestique qui fait le ménage pendant que l'on va à ses cours de conditionnement physique, etc. Comme pour d'autres choses, l'argent ne donne pas nécessairement le "goût" de faire de l'activité physique, mais il aide à en faire. . . Nous verrons plus loin que la spécificité culturelle des différentes classes sociales est probablement l'élément déterminant qui se cache sous l'indice compilable qu'est le niveau du revenu.

### 2. *Les enfants: pour aller jouer dehors*

Fait étonnant, la présence d'enfant(s) d'âge préscolaire à la maison est apparue comme ayant un effet positif sur la pratique d'activités physiques. Les commentaires exprimés par les femmes à ce sujet présentent un argument explicatif intéressant: plusieurs ont mentionné que les possibilités tout de même limitées des jeux d'intérieur les incitaient à aller à l'extérieur, dans la cour arrière, au parc ou au terrain de jeu, pour occuper ou divertir leurs enfants, ou tout simplement pour les "changer d'air". . . Tout en reconnaissant à ce facteur un effet positif sur la pratique d'activités simples telles la marche et les jeux de plein air, il faut reconnaître qu'il ne constituera jamais une voie d'accès à l'égalité des femmes face à la pratique sportive: si la pratique d'activités physiques des hommes était conditionnée par la balançoire, le see-saw et le "carré de sable", ils seraient sûrement moins nombreux aux jeux olympiques. . . toutefois, ce facteur indicatif diminue ou disparaît lorsque les enfants vont à l'école et s'amusent préférentiellement avec leurs camarades de classe. Notons au passage qu'il était plausible que ce facteur n'influence pas les femmes qui travaillent à l'extérieur,

leurs enfants d'âge préscolaire se trouvant probablement à la garderie.

### 3. *Les installations sportives: un luxe utile*

Furent souvent considérées comme de "faux prétextes" les raisons d'inactivité invoquant le manque d'installations sportives avoisinantes. Or, il appert que la pratique régulière d'activités physiques des femmes au foyer est dépendante de l'accessibilité matérielle à des installations sportives. En ceci, encore, elles se distinguent des femmes travaillant à l'extérieur qui ne semblent pas influencées de façon prépondérante par cette contingence; ces dernières seraient davantage habituées à utiliser les moyens de transport alors que les premières seraient plus sensibles aux déplacements. Nous serions ici en présence de deux *modus vivendi* différents dont l'un est conditionné à une dépendance matérielle alors que l'autre jouit d'une relative autonomie dans la satisfaction de ses désirs?

Que nous apprennent ces informations sur l'expérience humaine des femmes au foyer? Adoptant le point de vue de certaines analyses féministes, les trois déterminants qui se sont révélés significatifs, soit le revenu familial, la présence d'enfants à la maison, et les installations sportives dans le voisinage, nous renvoient à une base matérielle caractérisée par la dépendance, laquelle doit être reliée à la notion du patriarcat. Selon Hartmann (1981), la dépendance économique (à relier à un vécu plus global de dépendance ou même à une "culture de la dépendance") des femmes par rapport aux hommes, ainsi que la responsabilité féminine en matière d'éducation des enfants et de tâches ménagères sont deux des éléments cruciaux du patriarcat tel que vécu actuellement; toute compréhension ou explication des racines de l'inégalité des femmes au foyer face aux sports devrait en tenir compte.

## Les femmes travaillant à l'extérieur

Il s'agit ici des femmes qui accomplissent un travail rémunéré à l'ex-

térieur du foyer. Du fait de leur participation institutionnellement reconnue au marché du travail ou du fait de la relation structurelle qu'elles entretiennent avec ce marché, les comportements de ces dernières, en matière d'activités physiques vont être influencés par un ensemble de contraintes différent de celui des femmes au foyer. C'est ce que nous révèlent les trois facteurs qui sont apparus comme contribuant significativement à la pratique régulière d'activités physiques chez les femmes travaillant à l'extérieur, soit la catégorie professionnelle élevée, la présence d'un conjoint sportif et le fait d'avoir (eu) des parents sportifs.

### 1. *La catégorie professionnelle: prestige oblige*

Pour cette autre moitié de notre échantillon, c'est la catégorie professionnelle, plutôt que le revenu familial comme dans le cas des femmes au foyer, qui agit prioritairement sur la pratique régulière d'activités physiques. Ainsi, une femme avocate ou médecin a plus de probabilité de pratiquer régulièrement des sports ou activités physiques de loisir qu'une commis de bureau ou une ouvrière. Ici transparaît la symbolique sociale de l'activité physique de loisir: les différentes catégories de professions sont socialement hiérarchisées et se distinguent sur cette hiérarchie par des comportements sociaux, des "façons de se tenir", des "façons de s'habiller" . . . des pratiques de loisir dont les sports font essentiellement partie. Au partage, avec les hommes, d'une partie du marché du travail correspondrait-il pour ces femmes, un partage (tout aussi inégalitaire qualitativement et quantitativement) du marché des activités physiques?

### 2. *Un conjoint sportif: l'effet d'entraînement*

Contrairement aux femmes au foyer, l'effet d'entraînement du conjoint sportif est ressorti de façon très marquée pour les femmes travaillant à l'extérieur. Comment expliquer cette relation de faits? Il est nécessaire ici de prendre en considération l'effet différentiel de la présence d'un conjoint non sportif et

de l'absence de conjoint. Nos résultats indiquent en effet qu'une femme séparée et vivant seule a plus de probabilité d'être active qu'une femme vivant avec un conjoint non sportif; ce dernier aurait un effet négatif ou "décourageant" sur la pratique d'activités physiques de sa partenaire. Il y aurait donc une tendance à la similitude des comportements entre conjoints lorsque la femme travaille à l'extérieur. Analysé à travers un cadre théorique féministe, ceci viendrait confirmer l'influence, le pouvoir, ou le contrôle, exercé par l'homme sur la femme dans les différents aspects de son expérience humaine.

### 3. Les parents sportifs ou la reproduction des comportements

De façon évidente, tout système social comporte des mécanismes de reproduction qui assurent son maintien. Or, la famille constitue, à proprement parler, un de ces mécanismes ayant pour fonction la reproduction, et ce, tant au plan biologique, idéologique que culturel. Mais tout en reconnaissant l'effet global de la famille, ou plus spécifi-

quement l'effet des parents, sur les enfants, les résultats obtenus indiquent une plus grande sensibilité des femmes travaillant à l'extérieur face à l'influence parentale sur leur pratique d'activités physiques. À première vue énigmatiques, ces résultats prennent un sens ou une certaine cohérence si on les envisage avec le facteur ci-haut mentionné, c'est-à-dire l'influence de la "sportivité" du conjoint et éventuellement son absence. En effet, ces deux derniers facteurs contributifs (le conjoint et les parents) constituent des indices de la force du système familial, et ce dans sa dimension spécifiquement relationnelle, sur la pratique d'activités physiques des femmes travaillant à l'extérieur.

Bref, il ressort qu'une compréhension de la pratique d'activités physiques des femmes doit tenir compte d'une distinction occupationnelle fondamentale: rester au foyer ou travailler à l'extérieur. Cette distinction permet de tenir compte de l'"économie politique" régissant l'expérience humaine vécue par les femmes dans le contexte social ac-

tuel; elle permet également d'aborder les dimensions distributives et relationnelles qui en constituent les fondements. Ainsi, la détermination des pratiques d'activités physiques des femmes au foyer s'appuierait sur des facteurs mettant en évidence sa dépendance matérielle et occupationnelle, caractéristique du patriarcat, alors que les pratiques des femmes travaillant à l'extérieur seraient moins sensibles à la dépendance matérielle, ce qui permettrait au système relationnel de s'affirmer et ce tant au plan familial (parents et conjoint) que productif (relation structurelle au marché du travail).

### Références

Hartmann, Heidi, "The unhappy marriage of marxism and feminism: Towards a more progressive union," in Lydia Sargeant, *Woman and Revolution*, Boston, MA: South End Press, 1981.

*Suzanne Laberge est professeur en sociologie du sport au Département d'éducation physique de l'Université de Montréal.*

## PUBLICATIONS

Conseil consultatif  
canadien  
de la situation  
de la femme



Canadian  
Advisory Council  
on the Status  
of Women

### Franc-Jeu

Vers l'égalité des sexes  
dans les sports au Canada  
Par M. Ann Hall et Dorothy A. Richardson

A-t-on atteint l'égalité des sexes dans le sport?  
Les femmes sont-elles victimes de discrimination?  
Peut-on améliorer la situation?

Franc-Jeu — une analyse approfondie du sujet dans le contexte canadien.

Pour obtenir votre exemplaire gratuit, adressez-vous à:

PUBLICATIONS CCCSF  
66, rue Slater, 18<sup>e</sup> étage  
C.P. 1541, Succ. B  
Ottawa (Ontario)  
K1P 5R5  
(613) 992-4975



### Fair Ball

Towards Sex Equality  
in Canadian Sport  
By M. Ann Hall and Dorothy A. Richardson

Have women attained sex equality with men in sport?  
Are they victims of discrimination?  
Can the situation be improved?  
Fair Ball — an in-depth exploration of these questions within the Canadian context.

To obtain your free copy contact:

CACSW PUBLICATIONS  
66 Slater, 18th Floor  
P.O. Box 1541, Station B  
Ottawa, Ontario  
K1P 5R5  
(613) 992-4975