

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Les adolescents et la compétition [suite]  
**Autor:** Jeannotat, Yves  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997698>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Les adolescents et la compétition (suite)

Yves Jeannotat

Je n'ai obtenu aucune réponse condamnant la pratique de la compétition à l'âge d'adolescence, beaucoup de restrictions cependant. On se souvient de la question que j'ai posée à un certain nombre de personnalités, directement ou indirectement en contact avec le sport et la jeunesse. Je la rapelle pour mémoire :

« Le sport pratiqué sous la forme d'une compétition individuelle vous paraît-il néfaste ou favorable au sain développement moral et physique de l'adolescent ? » La compétition individuelle ne peut être que favorable : c'est ce qui ressort de presque tous les avis émis. Cependant, comme je l'ai précisé plus haut, on met des conditions à sa réussite : que les cadres soient bien choisis et valables aussi bien moralement que physiquement ; qu'ils se mettent pleinement au service de la jeunesse qu'ils dirigent ; que leur but soit désintéressé et leurs ambitions éducatives ; que la pratique du sport favorise le respect de l'adversaire ; qu'elle soit mise en tout temps à la recherche d'une plus grande joie de vivre et d'un plus grand bonheur.

On attache, en général, et avec raison, une importance considérable au rôle que la presse peut jouer sur l'évolution positive ou négative du sportif adolescent. L'informateur recherche trop souvent l'intérêt immédiat et la nouvelle à sensation. Calculateur, il s'empare de l'exploit et de la jeune personne qui en est l'auteur s'en servant comme d'un « objet » propre à émouvoir l'opinion publique à laquelle il les donne en pâture. La plupart des jeunes gens portent en eux une image pure et noble du monde et de la société et ils ignorent encore les voies tortueuses de la publicité, du commerce et des marchandages. Il convient donc de respecter leur sensibilité, de les laisser digérer les efforts qu'ils s'imposent volontairement pour se dominer et se vaincre eux-mêmes avant de comparer leur valeur acquise à celle de leurs adversaires. Or, la force est une vertu : les vertus naissent du silence et prospèrent dans la solitude. La société a besoin de héros ? Certes, mais le conquérant n'est un héros qu'au terme du voyage. Qu'on lui rende alors gloire et honneurs, mais alors seulement, de peur de lui faire perdre sa route.

Un autre problème souvent évoqué et qui est loin de trouver, chez nous, une solution définitive, est celui du contrôle médical. L'adolescent — comme l'adulte d'ailleurs — qui désire se livrer à la compétition ne saurait le faire, sans encourir de graves dangers, s'il n'est surveillé périodiquement par un médecin qui connaisse bien toutes les particularités de la médecine sportive. Hélas ! Les spécialistes sont pratiquement inexistantes en Suisse, et ce n'est que depuis très peu d'années que cette science retient l'attention de quelques hommes conscients de son importance et dont on ne louera jamais assez le courage et le désintéressement surtout. Ils sont des milliers de jeunes à passer, chaque année, ce que l'on appelle bien pompeusement « l'examen médico-sportif ». Mais je puis affirmer sans crainte de me tromper, parce que j'ai eu l'occasion de m'intéresser de très près à ce sujet, que dans le 90 pour cent des cas, ces « examens » ne sont qu'une simple formalité propre à donner satisfaction aux exigences des assurances. En fait, ils sont superficiels et confondent presque toujours les phénomènes d'ordre pathologique et les transformations positives que l'entraînement et la compétition font subir à l'organisme. Je n'oublierai jamais qu'à mes débuts un médecin m'ordonna de cesser la course à pied parce qu'il avait découvert un imaginaire petit souffle dans un cœur « beaucoup trop gros » ! Je n'oublierai pas non plus qu'une certaine année j'ai dû soigner une décharge au médecin de ser-

vice avant que me soit accordé le droit de remporter Morat—Fribourg ! Il est vrai que mon cœur battait très, très lentement et que j'avais, ce jour-là, le teint très, très pâle : deux aspects caractéristique de la « forme », vous diront pourtant les initiés.

Je connais personnellement de nombreux jeunes sportifs qui ont été intrigués par de semblables diagnostics et qui ont été amenés à cesser la compétition parce qu'ils n'ont pas eu la chance de jouir de l'expérience d'un spécialiste de la médecine sportive. Voilà un sujet qu'il vaudra la peine de reprendre !

Le premier texte que je soumetts à nos lecteurs, aujourd'hui, est celui du docteur André Spahr. Doué d'un sens approfondi de l'analyse et de la précision, le docteur Spahr a marqué l'histoire de l'escrime suisse de sa forte personnalité. Spécialiste des maladies d'enfants, il a compris rapidement que l'effort sportif bien dosé était en mesure de servir à l'épanouissement de leur santé :

« C'est avec plaisir que je vous donne mon avis, mais ce n'est, hélas ! qu'un avis personnel qui ne se base pas sur des recherches psychologiques, pédagogiques et même psychiatriques, ce qui devrait être nécessaire pour pouvoir traiter du problème à fond.

Tout d'abord, en ce qui concerne le développement physique de l'enfant et de l'adolescent, je pense que le sport est une nécessité, et ceci sans restriction ni discussion. Je crois aussi que le sport pratiqué en dilettante ne peut assurer le développement nécessaire de l'individu. Donc, au point de vue physique, les compétitions sont indispensables, mais leur fréquence, leur durée et leur intensité doivent être adaptées à chaque âge en particulier. Les concurrents doivent être répartis en catégories suffisamment nombreuses pour ne pas risquer de surmener des éléments plus jeunes. Il me paraît dangereux de prendre des juniors dans des équipes d'adultes, même s'ils bénéficient d'un handicap. Le but de la compétition pour le jeune est d'abord de le stimuler à persévérer dans son entraînement et de faire le point sur les résultats acquis, mais en aucun cas celui de battre des records. Cela viendra plus tard. Une exception peut devoir être faite pour la natation, où l'âge des records semble être celui de l'adolescence. Quant au côté moral, il faut faire quelques distinctions. Si le sport doit développer le goût de l'effort, de la victoire sur soi-même, et, en quelque sorte, de se « surpasser », il doit aussi apprendre au jeune homme la camaraderie, l'esprit d'équipe et le fair-play. Ceci me paraît si important que j'ai tendance à penser que c'est surtout le sport pratiqué en équipe qui est utile à la formation de la jeunesse. Il me semble que le sport individuel devrait être introduit un peu plus tard, lors d'une maturation plus avancée de la personnalité. Ceci pour éviter un des écueils les plus marqués du sport individuel : l'égoïsme, lequel peut être fortement stimulé par le culte de la vedette, propre à la presse sportive écrite, parlée ou filmée.

J'ai suivi dernièrement à la TV, les séquences consacrées aux championnats scolaires patronnés par le Panathlon-Club de Lausanne, initiative fort louable. Il a fallu, cependant, que le reporter cite les noms des vainqueurs de chaque discipline. A mon humble avis, ce n'était pas nécessaire. Psychologiquement, on risque de « gonfler » démesurément le vainqueur et d'agrir inutilement les viennent ensuite qui ont eu probablement tout autant de mérite. Je suis bien conscient que le culte de la vedette sévit aussi dans les sports d'équipe, même chez les juniors et les écoliers. Hélas ! c'est, en réalité, moins la faute du sport que celle du public et surtout de la presse. On nous dit que le public aime

« les noms » et qu'il faut lui en fournir. D'accord pour les sportifs plus âgés. Mais faut-il courir le risque de fausser psychologiquement l'évolution d'un adolescent pour cela ? Je ne le crois pas !

En conclusion, je pense que la compétition individuelle devrait autant que possible être combinée à la formule par équipe (tournois d'athlétisme par régions, villes, écoles, etc.), ce qu'ont si bien su comprendre les Anglais dans leurs collèges. L'adolescent apprend ainsi à faire ses efforts non seulement pour lui-même, mais en fonction d'une « communauté ». C'est l'apprentissage de la collectivité, comme le dit notre ami Jacques Guhl. »

Jacques Guhl, c'est l'esprit du sport retrouvé ! il est l'image même du paidologue de l'Antique Hellade, promoteur d'éducation d'où sortait ce type idéal : beau, fort, noble, intelligent et instruit, qu'était le Grec Olympien. Guhl, c'est le regard avant le geste, c'est le geste avant la parole, mais c'est surtout la sagesse et la connaissance au service de la beauté et de l'équilibre, au service de l'enthousiasme et de l'avenir, au service du bonheur de savoir et de la joie de vivre ! Tout s'acquiert durant l'enfance : l'enfant devient viril et fort de la force qu'on lui transmet, il devient habile de l'habileté qu'on lui donne, il devient volontaire de la volonté qu'on lui insuffle et il devient courageux en fonction des motifs qu'on lui propose pour qu'il le soit ! L'enfant d'aujourd'hui, c'est l'homme de demain. Son être tout entier est ouvert à la vie comme une fleur printanière à la rosée du matin. C'est à nous, adultes, d'agir et d'influer sur lui en conséquence : au sein du foyer familial, à l'école, dans la rue, sur le stade ! Et ceux qui prétendent que la « jeunesse d'aujourd'hui » appartient à un autre monde, qu'elle est inaccessible, sont ceux surtout qui, n'ayant pas su résoudre leurs propres problèmes, refusent, par lâcheté, de participer à l'évolution et à l'éducation des autres.

J'ai vu Jacques Guhl, maintes années durant, modeler, sur le terrain de football, ces jeunes garçons, avec une patience de maître, alors que moi, leur maître, j'avais peine à m'imposer à eux avec la même sérénité et à lui ressembler au milieu de ma classe. Ces gamins, il les a pris et il les a rassemblés, il leur a appris et il leur a démontré, il en a fait une grande équipe et il en a laissé la gloire aux autres.

C'est justement parce que Guhl est avant tout partisan de l'« équipe » et de toute autre forme sociale aidant à l'« apprentissage de la collectivité », que j'ai voulu connaître son avis sur l'effort individuel.

Je savais d'ailleurs qu'il était loin de méconnaître, aussi bien dans ses actes que dans ses œuvres, l'importance de l'« individu » auprès duquel il retrouve cet éternel compagnonnage du corps et de l'esprit qui lui est cher.

« La compétition individuelle, où la performance est recherchée, nous dit-il, est à la base de l'éducation physique et morale de l'adolescent ; sans elle, le développement des fonctions circulatoire et respiratoire, ainsi que les aptitudes physiques et psychiques, ne peuvent s'épanouir pleinement.

Il va sans dire qu'il doit s'agir de sujets sains, progressivement entraînés, intelligemment conditionnés et sepliant annuellement à un examen médical. D'autre part, il est indispensable d'obtenir l'adhésion totale de l'adolescent ; la performance devant être pour lui le fruit d'une motivation personnelle.

Ces conditions étant observées, de même que le repos et les temps de récupération respectés, les centres nerveux de l'individu, dans l'accomplissement de l'effort, agissent sur l'organisme, le propulsant ou le freinant, selon ce qui lui est possible d'exprimer.

Le corps humain porte donc en lui sa propre sécurité ; il sait mieux que quiconque jusqu'où il peut aller plus loin !... »

Je terminerai, aujourd'hui, en présentant le remarquable exposé de M. Adrien de Riedmatten.

Attaché de par sa profession au monde de la finance et des affaires, il a su garder une jeunesse et une souplesse d'esprit et de corps qui feraient envie à maints jeunes gens.

Par le sport, il est parvenu à se garantir un équilibre de vie qui devient, on le sait bien, d'autant plus précaire qu'augmentent les responsabilités et le poids des affaires.

Avec son ami, M. Cherix, il s'adonne au Karaté-do et dirige une école de jeunes sportifs désireux de trouver dans cette pratique les satisfactions physiques, morales et spirituelles vers lesquelles tend tout naturellement chaque être humain, en s'efforçant d'approcher la perfection dans le domaine de la maîtrise de soi et du respect d'autrui.

« Je crois, écrit M. de Riedmatten, qu'il est juste de dire que l'esprit de compétition et surtout de « domination » fait partie de la nature de l'enfant ou de la nature humaine tout court. Cet esprit est l'expression de l'égoïsme, voire de l'orgueil qui est, plus ou moins, commun à chacun de nous et qui compose, avec nos autres défauts, l'ensemble de nos faiblesses.

Si l'enfant recèle, à son tour, les germes de ces faiblesses, elles n'apparaissent toutefois pas toutes, semble-t-il, au même degré dès l'origine. C'est ainsi que l'on peut penser que l'égoïsme précède, par exemple, l'orgueil. L'éducation a donc pour but d'amener l'enfant à lutter progressivement et en premier lieu contre son égoïsme puis contre son orgueil et ses autres défauts. Dans le contexte de cette lutte dirigée, se pose évidemment la question de savoir si la compétition et l'émulation qu'elle provoque favorisent l'égoïsme de l'enfant et développent, par conséquent, son moi à l'encontre de cet esprit social qui est l'oubli de soi pour les autres.

A mon avis, il convient de bien cerner le problème et de faire les distinctions qui s'imposent.

Stimuler l'enfant pour qu'il se dépasse en apportant toute son énergie et ses dons à l'accomplissement d'une tâche, que celle-ci soit religieuse, morale, intellectuelle ou physique, ne saurait constituer une lutte contre l'esprit social soit contre la sauvegarde des intérêts des autres et l'amitié qui leur est due. Si cela était vrai, il faudrait supprimer d'abord les notes de classe et les rangs que l'on donne aux élèves, car rien ne paraîtrait devoir mieux favoriser l'orgueil d'un enfant et le rendre égoïste que de lui faire savoir qu'il est le premier de sa classe et qu'il réussit mieux que les autres. Il serait donc étonnant et surtout contradictoire que les mêmes professeurs qui contribuent à ce qui pourrait être la formation de l'égoïsme et de l'orgueil de l'enfant, par la publication de ses notes et la mention de ses succès de classe, soutiennent, par ailleurs, que la compétition physique, absolument identique à la compétition intellectuelle, doit être supprimée parce que le rang attribué à la lutte des athlètes et la récompense de leurs efforts individuels iraient à l'encontre de l'esprit social ou des intérêts des autres.

Ainsi, pour ceux qui seraient amenés à soutenir un point de vue dans un cas, et un point de vue opposé dans l'autre, nous devrions répondre que la logique condamne une telle discrimination et que la compétition individuelle doit être supprimée dans tous les secteurs.

Les élèves n'auraient pour leurs travaux et l'ensemble de leur activité plus de rang, plus de notes, mais une simple appréciation qui tiendrait compte uniquement de leurs dons et de l'utilisation qu'ils en ont fait.

(à suivre.)