

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	39 (1982)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	20e symposium de Macolin : le jeu, le mouvement et le sport, précieux facteurs d'intégration
<b>Autor:</b>	Waldspühl, Louis
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997195">https://doi.org/10.5169/seals-997195</a>

### 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

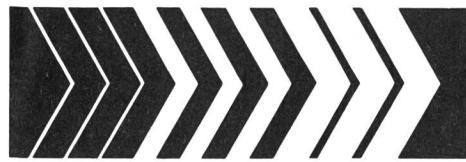
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 13.01.2026

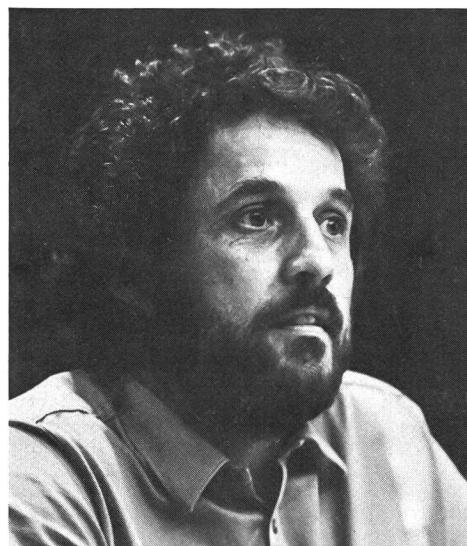
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## 20e Symposium de Macolin

### Le jeu, le mouvement et le sport, précieux facteurs d'intégration

Louis Waldspühel



Qu'est-ce que la réinsertion (ou l'intégration) et en quoi le mouvement, le jeu et le sport peuvent-ils contribuer à la rendre possible? Deux importantes questions qui en soulèvent immédiatement d'autres, non moins épineuses: qui sont ceux que nous qualifions de défavorisés? Sont-ils des «outsiders», des cas particuliers, des «laissés pour compte», des handicapés, des malades, des «anoréaux», c'est-à-dire des personnes dont le comportement diverge de la norme établie, des extrémistes? Pourquoi le reste de la population nourrit-il, à leur égard, un sentiment de pitié ou de colère, de peur ou de refus, d'envie parfois? Ne remplissent-ils pas, en fait, une fonction particulière?

Si nous pouvions comptabiliser les discriminations journalières, directes ou indirectes, les blessures d'amour-propre et les humiliations que doivent supporter les défavorisés et les marginaux, nous serions

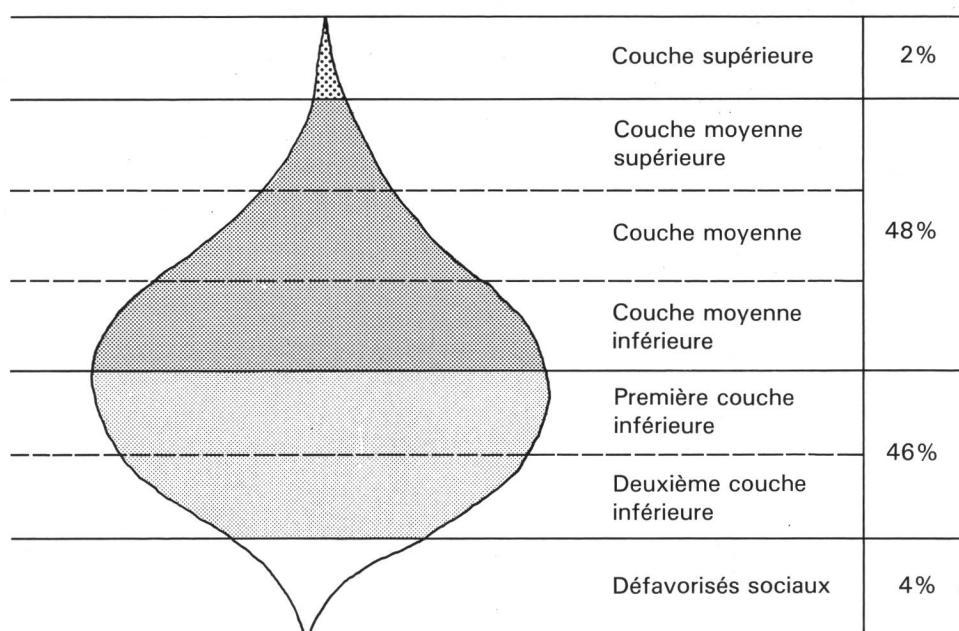
horrifiés. Mais c'est peut-être tout aussi épouvantable d'imaginer un monde ne permettant aucune déviation, aucun refus, aucune fuite hors des sentiers battus... Ceci dit, la réinsertion et les efforts qui l'entourent ont-ils encore un sens? Ne sommes-nous pas en droit de nous demander si l'intégration dans une société qui, à maints égards est équivoque, sinon malade et même destructive, vaut vraiment la peine d'être tentée?...

#### Qu'est-ce qu'un défavorisé, qu'est-ce qu'un marginal?

Les sociologues ont tenté, dans divers projets et évaluations, de répartir la population en couches dont les éléments, dans l'essentiel de l'existence, se différencient nettement les uns des autres: dans leur profession, de par leur formation, leur salaire ou leur fortune, leurs habitudes de consommation, leurs idées politiques, le prestige qui les entoure, l'influence dont ils jouissent etc.

En Allemagne, Bolte a conçu, pour la RFA, le modèle suivant, qui s'applique aussi, dans les grandes lignes du moins, à la population helvétique:

Ne nous arrêtons pas aux 2 pour cent de la couche supérieure. Ceux qu'ils concernent détiennent, à eux seuls, plus des trois-quarts des biens de production du pays. Ignorons, aussi, ces quelques centaines de hautes personnalités politiques ou militaires et focalisons notre attention vers le bas et, en particulier, vers ces 4 pour cent formés par les «défavorisés sociaux», les objecteurs de conscience, les personnes sous tutelle, par les handicapés, les drogués, les prisonniers, les homosexuels, les enfants et les adolescents qui souffrent de troubles du comportement, par les personnes âgées ainsi que par les quelques milliers de jeunes, enfin, qui secouent périodiquement le cœur des cités par leurs manifestations. La notion de personne «marginale» ou «défavorisée», que je cherche à donner par cette analyse, se rapporte donc aux cellules de la population qui sont nettement limitées au point de vue de la qualité de la vie, ceux qui en font partie s'écartent de la normalité conventionnelle aux plans corporel, social, psychique, économique, professionnel, ethnique, linguistique et ils souffrent de discrimination d'ordre culturel, professionnel, politique ou social.



## **Les «marginaux» et le reste de la société**

Je pars de l'hypothèse que toute société a les défavorisés qu'elle mérite, c'est-à-dire qu'elle produit...

*Un premier exemple:* dans une société pour laquelle travail et comportement constituent des vertus essentielles, de petits groupes de réfractaires au travail et de laxistes vont immanquablement se former. Or, si cette société devient plus tolérante, on constatera un nouvel accroissement des personnes ne travaillant qu'occasionnellement et le fossé qui sépare la normalité établie de la marginalité en sera d'autant réduit.

*Un autre exemple:* dans une société où l'individu apprend dès son plus jeune âge à supporter en se taisant, à refouler ses sentiments, à bloquer ses impulsions de façon exagérée, les dépressifs, les toxicomanes et les complexés de toutes sortes prolifèrent.

*Parlons aussi des personnes âgées:* c'est en les éloignant de la vie courante et en les reléguant dans les homes et les cliniques qu'on en fait de réels marginaux.



Mais il est vrai que tous ces raisonnements peuvent également se faire dans le sens inverse. On peut, en effet, affirmer que moins il y aura de barrières architectoniques dans les passages souterrains, sur les trottoirs, dans les magasins, les bâtiments publics, les appartements et les différents moyens de transport, plus les handicapés pourront participer à la vie quotidienne et ils s'intégreront d'autant mieux que l'on acceptera de ne pas séparer leurs lieux de travail et d'habitation de ceux du reste de la population. Bien sûr, le handicap dont ils souffrent ne disparaîtra pas pour autant, mais les discriminations professionnelles, sociales et politiques dont ils sont les victimes en seront amoindries.

*Lorsqu'une culture rejette un problème capital sans essayer de le résoudre, elle engendre automatiquement des marginaux.* Le profil idéal de l'être humain d'aujourd'hui repose encore sur des clichés traditionnels solides: «De caractère gai et ouvert, sportif, svelte, sexuellement équilibré, sociable, en accord avec la situation économique et politique de son temps, sain, dynamique, marié, ayant réussi dans sa carrière professionnelle et, partant, exempt de tout souci matériel!...» Personne ne correspond toutefois totalement à cette image précise, de sorte que nombreux sont ceux qui souffrent d'un complexe d'infériorité et qui, au lieu de se débarrasser de ce sentiment en accusant plutôt la société et ses modèles insensés, se font à eux-mêmes le reproche de ne pouvoir atteindre à l'idéal prescrit. Cet état les écrase au point qu'ils en oublient les questions essentielles: la mort et la maladie par exemple.

Ceci explique en partie pourquoi les gens qui deviennent visiblement du modèle «standard» représentent, pour presque tous les autres, un sujet de contrariété: le handicapé choque leur sens esthétique et leur rappelle que la santé est un état fragile et que toute personne est un malade ou un infirme potentiel, les personnes âgées leur remettent en mémoire la brièveté de la vie, les groupements politiques minoritaires tiennent devant leurs yeux le miroir reflétant une démocratie qui s'aligne sur les besoins de gens relativement aisés. Les jeunes manifestants de Zurich, Bâle, Lausanne ou Berne effraient Monsieur et Madame Tout le Monde parce qu'ils touchent, avec leurs pavés, un point particulièrement sensible, à savoir le mythe bien protégé d'une Suisse saine, intacte, bien «assise» et très satisfaite d'elle-même. Chaque fois que nous rencontrons un être défavorisé, le sens de notre mode de vie

est remis en question. Le «marginal» nous irrite par sa seule existence déjà, car il se présente comme un reproche vivant adressé à notre manque de courage et à notre volonté vacillante. Il réveille en nous des désirs secrets ou inconscients de rébellion, de changement... En fait, les groupes de défavorisés jouent un rôle éminemment prophylactique pour la santé physique et psychique de la population dite «bien portante», ainsi que pour le bon fonctionnement des structures politiques, économiques, professionnelles et familiales. En vivant ce que refuse la «majorité» silencieuse, les défavorisés dans leur ensemble sont comme un système d'alarme qui doit rendre la société consciente de tous les éléments qu'elle néglige et rejette. Il y a donc un certain danger à vouloir une insertion complète: danger de contamination pour les «marginaux», danger, pour les autres, de se donner trop facilement «bonne conscience».

Je m'explique en prenant comme exemple la situation des handicapés physiques. Certes, l'Assurance invalidité a le mérite d'avoir facilité leur participation accrue à la vie professionnelle et de leur avoir permis, de ce fait, de gagner leur pain quotidien.



Nous saluons également les efforts du Sport-handicap, qui leur offre de multiples possibilités de pratiquer un exercice physique et leur permet, même, de prendre part à différentes compétitions. Mais ce n'est pas par hasard que, 20 ans après la création de l'AI et 25 ans après le lancement du Sport-handicap, media et opinion publique se mettent à acclamer le paraplégique dans sa chaise roulante, lorsqu'il rentre au pays décoré d'une médaille olympique, à applaudir celui-ci, donc, mais en continuant à méconnaître le handicapé mental ou celui qui souffre de lésions cérébrales. Pourquoi cette différence d'attitude? Parce que ce dernier nous reste étranger, parce que son physique n'est pas toujours très attrayant. Je résume: s'il est vrai que, d'une part, on peut se féliciter de la participation des handicapés à la vie professionnelle, sportive et sociale, participation aujourd'hui plus aisée et mieux acceptée qu'autrefois, il faut aussi admettre le danger qu'il y a, pour ces défavorisés, à s'identifier à l'idéal malsain d'une société qui ne réalise son «moi» et son sens profond de la vie que sur la base des seuls critères visibles du succès.

### Vers le partage des fonctions

Il m'est arrivé fréquemment de voir des femmes mariées, confrontées à des maris alcooliques et qui, bien que souffrant terriblement de cette situation, continuaient à leur acheter leur «dose» journalière de vin.

Je connais également plusieurs cas de parents désespérés parce que leur fils consomme de la drogue, mais qui le laissent cultiver son «herbe» sur le balcon de la salle à manger. Inversement, il est étonnant de noter à quel point les marginaux se rebiffent contre le rôle de boucs émissaires qu'on leur fait tenir, mais continuent, inconsciemment peut-être, à donner à l'«autre bord» de nouveaux arguments de critique.

Ces dernières années, la psychologie et la sociologie nous ont appris qu'un comportement divergeant de la norme établie n'était pas simplement fonction de l'individu, mais également de son entourage. Or, ceux qui se sentent écrasés par celui-ci ne font souvent rien pour y échapper. C'est qu'il n'y a pas que des inconvénients à être «la pauvre victime», l'«éternel incompris» qui regarde les autres se débrouiller dans le pétrin que forment leurs sentiments de culpabilité.

Nous avons l'habitude de penser en relation de cause à effet et d'agir en conséquence. Ainsi, nous dirons: «puisque Jean se comporte de manière asociale, sa place est dans un home de rééducation», ou: «puisque Pierre a commis un cambriolage, il doit purger une peine de prison», ou encore: «les parents de Paul ont mal rempli leur mission, il n'est donc pas étonnant que leur fils s'adonne à l'héroïne», et enfin: «c'est parce que notre société est si intolérante qu'il y a tant de gens malheureux et miséreux».

Toutes ces déclarations sont justes, mais partiellement seulement. Pour s'approcher de la vérité, il faudrait opposer à chaque thèse son antithèse. Autrement dit: éviter de considérer les problèmes sociaux et humains sous un angle unique. Si l'on essayait de les cerner en partant du point de vue de tous les intéressés, il n'y aurait bientôt plus qu'une catégorie d'êtres humains, formée à la fois de «coupables» et de «victimes», une catégorie à double fonction: chaque coupable étant un peu victime et chaque victime un peu coupable. Cet objectif atteint permettrait de déboucher sur deux théses modifiées:

#### Thèse A:

Parce que la société continue à discriminer les défavorisés du point de vue économique et psychique, ils forment encore, à plusieurs égards, un groupe marginal.

#### Thèse B:

Les défavorisés sont trop peu solidaires les uns des autres; ils agissent, parfois même, de façon contraire à leurs propres intérêts et n'ont pas encore trouvé d'identité réelle, ce qui fait que leur entourage ne les prend guère au sérieux.

### Qu'est-ce que l'intégration complète?

L'intégration à sens unique des défavorisés ou des groupes marginaux *dans la société*, telle que nous la connaissons, ne saurait être une solution pleinement satisfaisante. Pensons, à cet égard, à notre ordre économique et social compliqué, à notre système politique complexe, toutes choses qui ne favorisent guère les conceptions globales, mais plutôt la spécialisation, voire l'isolation... Il faut donc tendre vers une solution *bilatérale*, ce qui suppose un processus de longue durée et basé sur l'ouverture d'esprit de deux parties qui doivent se connaître le mieux possible l'une l'autre, qui doivent établir le dialogue et se respecter mutuellement sans, toutefois, s'épargner hypocritement. Les représentants d'un bord doivent être prêts à écouter ceux de l'autre bord sans pour autant abandonner leur propre point de vue. Dialogue et discussions signifient que les deux parties – d'une part la société des «normaux» et, d'autre part, les divers groupes de défavorisés et de handicapés – mettent à nu leurs propres déficiences et imperfections tout en acceptant celles des autres. Ce partage est le seul moyen de raffermir la confiance en soi et la confiance dans les autres.

Mais la décision de partager les discussions et de participer au rapprochement mutuel doit être prise par les intéressés eux-mêmes: dans les quartiers d'habitation, au sein des entreprises, dans les centres sportifs, dans les ateliers... En outre, pour que cette coopération soit possible, les membres des groupes défavorisés doivent d'abord apprendre à mieux se connaît-





tre eux-mêmes, à découvrir leurs capacités et leurs ressources, leur identité spécifique et la justification de leur existence. Ils doivent aussi «reconnaître» leurs déficiences, leur handicap et savoir les assumer. Dans un second temps, ils pourront alors se tourner vers l'extérieur et y vivre leur «différence» de façon plus naturelle et sans chercher à la cacher. Il faut reconnaître que, sur ce point, certains groupements sont en avance: celui du Sport-handicap surtout qui, après 25 années d'efforts incessants et de patience est enfin parvenu à se faire reconnaître, obtenant une véritable consécration.

Citons également une initiative importante dans le sens d'un dialogue avec la société, initiative amorcée ces dernières années par des groupes politiques de handicapés qui ont mis sur pied un système interne de formation et ont exprimé publiquement – par la presse, à la radio, devant le Palais fédéral – leurs avis sur les thèmes de la politique sociale en général et de l'Assurance invalidité en particulier. Ils se sont également distingués par leurs prises de position dans les rapports d'experts. Nommons encore, parmi les groupes marginaux, les homosexuels, qui ont peu à peu le courage de quitter les recoins sombres des parcs et les locaux très secrets des clubs pour affronter leurs semblables en dépit d'humiliations et de rebuffades de toutes sortes.

### **Contribution du jeu, du mouvement et du sport**

Nous venons de voir que personne ne peut prétendre «intégrer» réellement l'autre. Donc, le sport ne peut, lui non plus, parvenir à intégrer totalement les handicapés, les prisonniers ou les toxicomanes. Pourtant, il peut servir à créer des conditions optimales en les amenant à faire quelque chose de par eux-mêmes, en les aidant à assumer leur propre situation et à prendre conscience de celle des autres. Lorsque je parle de sport, je pense toujours à un ensemble d'activités englobant aussi bien le jeu, les mouvements libres, que l'entraînement à la performance et à la compétition, sans oublier non plus les multiples formes de thérapies corporelles et psychiques et, en particulier, l'approche bioénergétique qui, mise en relation avec le sport, permet d'apporter les conclusions suivantes:

- *les moniteurs de sport doivent pouvoir répondre à toutes les tendances dans le cadre de leurs possibilités personnelles et selon les circonstances locales. Ils doivent aussi savoir qu'ils s'adressent à des êtres humains complets, dans le sens d'une compréhension mutuelle totale*
- *selon la conception qu'ils ont de leur travail, les moniteurs aideront les sportifs à mobiliser plus ou moins d'énergie,*

*à se mouvoir de manière plus équilibrée en allant jusqu'au bout de leurs mouvements ou, au contraire, à restreindre ceux-ci pour se concentrer sur la performance seulement*

- *compte tenu de l'objectif visé, qui est l'intégration, ils se feront un devoir de favoriser un entraînement varié et complet*
- *ils utiliseront le sport, qui requiert une grande dépense d'énergie mais suscite, aussi, plus d'enthousiasme, avec circonspection et à bon escient*
- *ils n'oublieront pas que le sport favorise le mouvement spontané et la créativité, deux facteurs d'équilibre qui donnent aux pratiquants une certaine liberté d'expression*
- *ils sauront que les défavorisés qui pratiquent un sport entrent en contact avec leur propre anxiété et apprennent à découvrir leurs limites réelles*
- *ils resteront conscients que, en fonction du concept fondé sur l'individu et orienté vers l'expérience vécue, le sport développe la confiance en soi, le sens des responsabilités, de même que le courage de rechercher sa propre voie pour mieux se connaître et pour mieux comprendre les autres*
- *ainsi, le sport pourra jouer pleinement son rôle dans le processus d'intégration des groupes marginaux et des membres qui les composent.*