

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 4 (2002)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Les sportifs savent-ils mieux s'imposer?  
**Autor:** Gerber, Markus  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995917>

### **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:** 25.02.2026

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

# Les sportifs savent-ils

Les sportifs se différencieraient-ils de leurs congénères plus sédentaires par certains traits de caractère? Et si oui, dans quelle mesure? A l'heure actuelle, la question reste ouverte. Une étude scientifique montre que l'activité physique et le sport ne semblent exercer une influence positive que sur deux éléments, et encore, car là-même, il convient de relativiser.

Markus Gerber

**O**n considère souvent le sport comme un petit monde en soi, un espace où on noue des contacts avec les autres, où on apprend à gérer des conflits, où on fait l'expérience de la performance et où on se découvre soi-même, un milieu marqué par la transmission de certaines valeurs. De ce fait, il n'est guère surprenant que l'on parle beaucoup de la valeur éducative du sport, en formulant toutes sortes d'hypothèses. Les spécialistes de la pédagogie sportive attendent notamment du sport des effets positifs qui, par delà l'activité physique proprement dite, se répercuteraient sur la personnalité en général, en l'influençant durablement.

## A la recherche de preuves scientifiques

L'activité physique a-t-elle une influence sur la personnalité en général, et si oui, jusqu'à quel point? Les sciences du sport s'efforcent de répondre à cette question depuis les années 50, en cherchant des preuves empiriques et des faits bien établis pour étayer cette thèse. Mais quand on essaie de tirer au clair l'effet qu'exerce le sport sous l'angle de la socialisation, on se heurte à toutes sortes de problèmes. Primo, on a une multitude de résultats très différents et en partie contradictoires. Secundo, on ne saurait expliquer des différences de personnalité uniquement par la socialisation; la sélection, peut, elle aussi, jouer un rôle. Et tertio, un comportement appris à travers le sport ne peut être transposé dans la vie de tous les jours qu'avec certaines réserves.

## Une comparaison des études existantes

Pour voir si les sportifs – hommes et femmes – se différencient des non-sportifs par certains traits de caractère, l'Institut du sport et des sciences du sport de l'Université de Bâle s'est attelé à faire le point sur la question. En examinant les articles parus jusque-là, il est toutefois apparu clairement qu'on y citait souvent des études qui, compte tenu de la méthode utilisée, pouvaient conduire à surestimer certains liens. On a donc entrepris de faire – c'est une première dans le domaine «sport et personnalité» – un résumé des résultats obtenus par le biais d'une méta-analyse. La méta-analyse est un procédé statistique relativement récent. D'une manière générale, elle se caractérise par la compilation d'études différentes sur la même question et leur comparaison à l'aide de méthodes quantitatives.

Cette méta-analyse a montré que sportifs et non-sportifs se différenciaient seulement par deux traits de caractère (sur un ensemble de 16), à savoir l'«esprit de déduction» et «l'affirmation de soi» (cf. encadré).

## D'autres études sont nécessaires

Sur le plan pratique, il est difficile de tirer des conclusions des découvertes faites jusqu'ici en relation avec le sport et la personnalité. Pour quitter le domaine de la pure hypothèse, il faudrait, dans les études à venir, éliminer divers manques quant à la méthode scientifique utilisée. Il faudrait par exemple tenir compte du genre de sport pratiqué (sport de compétition ou de loisirs), de la fréquence et du volume des entraînements, de l'appartenance sociale et de l'impact de certaines mesures pédagogiques sur le développement de la personnalité. **m**

## Le point sur l'essentiel

L'étude est arrivée à la conclusion que sportifs et non-sportifs se différencient sur le plan de «l'esprit de déduction» et de «l'affirmation de soi». Il faut toutefois se garder de généraliser, car en cherchant des influences qui ne relèveraient pas uniquement du hasard, on trouve des détails intéressants.

La méta-analyse a montré que les sportifs ont davantage l'esprit de déduction que les non-sportifs. Une analyse plus poussée révèle que cette remarque vaut pour les disciplines sans, et avec contact physique, pour les sports autres que les jeux de ballon, pour les sports individuels et pour les sujets masculins.

Pour ce qui est de l'affirmation de soi, on note des différences entre sportifs et non-sportifs tant chez les femmes que chez les hommes. On ne relève une fois encore d'autres différences que

dans les sports sans contact physique, les sports autres que les jeux de ballon et les sports individuels. Toutes ces différences laissent supposer que les sportifs s'imposent plus facilement que les non-sportifs.

Il faut relever que tant pour ce qui est de «l'esprit de déduction» que de «l'affirmation de soi», l'origine des sujets et le moment où l'enquête a été effectuée revêtent une importance fondamentale. Il est également important de savoir si la comparaison porte exclusivement sur les non-sportifs ou sur la population en général.

Quant aux autres facteurs pour lesquels l'étude générale n'a pas montré de différence au niveau des traits de caractère, des analyses complémentaires permettent d'obtenir des résultats



# mieux s'imposer?

Photo: Rolf Neeser



## «Entraînons-nous en toute modestie!»

Le sport suscite de nombreuses attentes, que ce soit sur le plan de la santé ou à d'autres niveaux. Mais qui, au fond, nourrit ces attentes? Ceux qui font du sport? Certainement pas: aucun enfant, aucun adolescent, aucun adulte ne fait du sport pour former sa personnalité ni, à plus forte raison, pour qu'on lui apprenne à la former. Il y a toutes sortes de raisons pour faire du sport, comme il y a toutes sortes de gens qui s'adonnent à une activité physique. Et si la pratique du sport a des effets positifs sur le développement personnel, eh bien! tant mieux. Dans notre société, le sport s'est fait sa place en tant qu'élément culturel dans les milieux les plus variés, touchant jeunes et moins jeunes, gens de droite et gens de gauche, corpulents et maigres... Vu la diversité des gens qui le pra-

tiquent et des motifs qui les animent, pourquoi donc le sport devrait-il favoriser l'émergence des mêmes traits de caractère? En ce sens, la catégorie «sportifs» est mal choisie, ou plutôt, elle n'existe pas. Ce que l'on peut dire, c'est que les sportifs qui font de la compétition attachent plus d'importance à la performance que pour ceux qui font du sport pour leur santé, par exemple. Quant à savoir si c'est une caractéristique qui tient plus à la sélection qu'à la socialisation ou l'inverse, la question reste ouverte. Peut-être que certaines personnes font tel ou tel sport parce qu'elles ont déjà tel ou tel trait de caractère, un trait que l'activité sportive peut accentuer ou, au contraire, atténuer.

Ainsi donc, des gens très différents, dotés de traits de caractère très différents eux aussi, font du sport sous une forme ou une autre. Quant à savoir à quoi ces traits de caractère sont dus, les études analysées ne permettent pas de le dire. Comme bien souvent, la question est trop complexe pour qu'on puisse y répondre en établissant des liens de causalité directe.

Le sport en a-t-il moins de valeur pour autant? Entraînons-nous donc en toute modestie! L'activité physique produit des effets chez tout le monde, mais ceux-ci varient d'un individu à l'autre, et il est très difficile de dire dans quelle mesure ils influencent le développement de la personnalité. Aurions-nous peur que le sport, avec son côté ludique, ne soit pas quelque chose de sérieux, parce qu'il n'a rien d'existentiel? Serait-ce pour cela que nous cherchons toujours à lui attribuer des effets sérieux? D'innombrables études montrent que la majeure partie des gens qui font du sport y trouvent du plaisir et un sentiment d'accomplissement. A l'heure actuelle, c'est déjà beaucoup.

Walter Mengisen  
walter.mengisen@baspo.admin.ch

quel'on peut interpréter de manière fiable: les personnes qui pratiquent des jeux de ballon sont plus attentives/méfiantes et plus tendues/nerveuses, les personnes qui pratiquent un sport d'équipe sont par contre plus conformistes/attachées à leurs habitudes que celles qui ne font pas de sport.

**Markus Gerber** est assistant à l'Institut du sport et des sciences du sport de l'Université de Bâle.  
Adresse: markusgerber@hotmail.com