

<b>Zeitschrift:</b>	Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
<b>Herausgeber:</b>	Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
<b>Band:</b>	10 (2008)
<b>Heft:</b>	6
 <b>Artikel:</b>	Au service de la réintégration
<b>Autor:</b>	Golowin, Erik
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-995614">https://doi.org/10.5169/seals-995614</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:** 29.01.2026

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

# Au service de la réintégration

Comment éveiller rapidement et efficacement l'intérêt d'un être humain pour la vie communautaire? Le nouveau manuel didactique répondant au nom de «modèle KRAFT» donne des recettes et montre comment concevoir des processus de resocialisation et d'intégration via le sport.

*Texte: Erik Golowin; photo: Michael Gygax*



► Comment peut-on réintégrer des enfants ou des adolescents qui vivent en marge de la société? Comment parvenir rapidement à éveiller l'intérêt d'un être humain pour la vie communautaire en tenant compte de certaines conditions culturelles? Stephan Zihler, éducateur spécialisé et auteur nous l'explique: «Les compétences personnelle et sociale indispensables associées à des formes d'entraînement pédagogiques et méthodologiques ad hoc peuvent être développées de manière efficace et durable.»

Les projets socio-pédagogiques, qui contribuent à l'évolution de la société, gagnent en importance dans notre monde – de plus en plus caractérisé par des sociétés multiculturelles en proie à de grandes difficultés sociales et économiques. Divers représentants d'organisations étatiques et privées traitent cette thématique en Suisse et à l'étranger. Ils sont par là même confrontés à des problèmes d'ordre politique, économique ou culturel conduisant fréquemment à des échecs ou à des frustrations. Raison pour laquelle l'on s'étonne à première vue lorsque Stephan Zihler dit que son «modèle KRAFT» (voir encadré, p. 26) permet des interventions rapides avec des résultats mesurables. Que nous apprend-il de nouveau que nous ne savions déjà? «La resocialisation d'enfants est un processus qui se veut long, qui vise l'intégration sociale et qui s'opère normalement dans des institutions socio-pédagogiques. Cette intervention est toutefois paradoxale: un enfant est arraché de son environnement pour être réintégré dans la société des années plus tard.»

## Attitude intérieure à valoriser

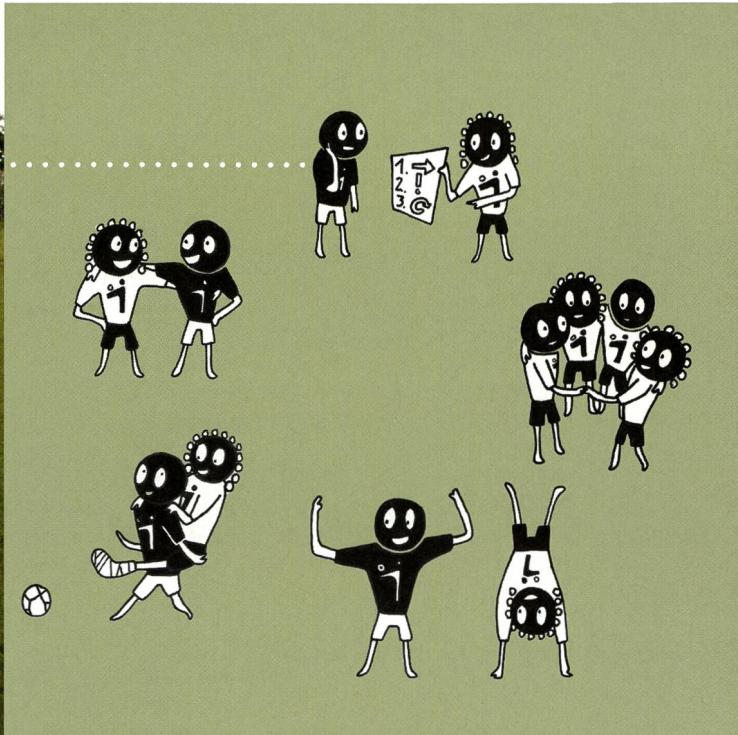
On ne cesse d'évoquer le sport comme une aide possible en cas d'interventions pédagogiques destinées à véhiculer des valeurs sociales. On parle alors d'école de vie et de développement de la personnalité. Mais est-il vraiment possible d'utiliser le sport comme un moyen méthodologique susceptible de déclencher voire de développer de manière durable des processus personnels ciblés? Une question qui a conduit Stephan Zihler à développer le «modèle KRAFT»: «Dans les

années 90 déjà, j'ai commencé à réfléchir non seulement au potentiel du sport, à ses possibilités de réalisation pratique, mais encore à ses limites pour une meilleure maîtrise du quotidien.»

Le sport déploie ses effets à partir du moment où l'entraînement et l'enseignement permettent aux participants de vivre des relations interpersonnelles fondées sur le respect et l'engagement de tous. C'est pourquoi le modèle de Stephan Zihler repose sur la conception de l'être humain, condition sine qua non à la réalisation des processus d'apprentissage visés. L'accent est mis non seulement sur une attitude intérieure à l'égard d'autrui basée sur le soutien, mais aussi sur une compréhension du dialogue basée sur l'équivalence. D'où la mise en œuvre de pratiques et de méthodes permettant aux coachs de reprendre cette attitude pédagogique claire dans les rapports avec les adolescents. «Il ne suffit pas de faire du sport ensemble pour favoriser son développement personnel dans des situations difficiles de la vie quotidienne», ajoute Stephan Zihler. «Gérer les émotions et satisfaire aux besoins humains fondamentaux sont deux facteurs déterminants pour inciter davantage autrui à se responsabiliser et à s'en sortir. Transmettre des expériences ou des sentiments en restant authentique et honnête détermine la force de l'effet pédagogique. La volonté manifeste d'accepter les observations et les feedback nous permet d'analyser, de modifier ou d'adapter des comportements. La mise en œuvre de mon modèle ne peut ainsi fonctionner que si le transfert pédagogique ciblé est intégré dans la leçon KRAFT.»

## Empathie exigée

Stephan Zihler a réalisé, de conserve avec le club «Sport – the Bridge», un premier projet pilote à Addis Abeba, capitale de l'Ethiopie (voir «mobile» 3/07). Une classe de sport comptant une vingtaine d'enfants de la rue a été encadrée durant une période déterminée selon les principes méthodiques de son «modèle KRAFT». Compte tenu des étonnantes expériences réalisées, le projet a continué de se développer. Un programme d'entraînement bien ancré combiné avec



un modèle spécial d'intégration dans les familles génère depuis, en Ethiopie, nombre d'expériences gratifiantes au quotidien. Pour Stephan Zihler, l'efficacité de ce projet tient au principe de l'interaction entre le coach et les adolescents. En effet, le coach fait partie intégrante du processus et ne le dirige pas de l'extérieur en vertu de sa position hiérarchique.

Le coach se consacre entièrement au partenariat d'apprentissage et suit lui-même un développement. Dans chaque leçon, il mène une discussion de transfert pour approfondir le processus d'apprentissage et il essaie d'éveiller l'esprit des participants avec des questions ouvertes, de les amener à réfléchir à ce qu'ils ont vécu et de communiquer ces idées au groupe. Les émotions sont verbalisées – elles sont l'expression de besoins et il importe de les percevoir. Un coach fixé sur son message ne parviendra pas à créer une expérience durable. Bien au contraire, il adaptera son message et le transfert aux déclarations des participants. S'il se borne à donner simplement son avis, voire à transmettre son message, les participants se sentiront peu concernés et les mécanismes de changement ne seront pas suffisamment stimulés.

Ce processus requiert non seulement de l'expérience; il exige du coach de l'empathie. Malheureusement, l'étude relative au thème de l'empathie dans l'enseignement en est encore à ses balbutiements. Etre apte à se mettre dans la peau des apprenants et à soutenir ainsi leur processus d'apprentissage est considéré par Stephan Zihler comme la compétence clé d'un coach. C'est pourquoi, il se laisse inspirer dans sa compréhension de la conception des relations par le modèle de la communication non violente de Marshall B. Rosenberg. Ressentir ce que l'autre ressent ou ressentir en soi-même est une capacité indispensable permettant de favoriser l'acceptation et la collaboration réciproques.

### Le langage du sport

Stephan Zihler en est convaincu: «L'individu dispose d'une capacité et d'une prédisposition à s'épanouir physiquement et psychiquement,

mais encore à évoluer.» Les émotions sont à même de déclencher une disposition spécifique à agir. La notion de «KRAFT» symbolise les points forts et le potentiel de tout un chacun nécessaires au développement de ses propres capacités. Toutefois, en sa qualité d'ancien entraîneur de football, Stephan Zihler ne veut en aucun cas apprêter ce processus de maturation uniquement dans un sens pédagogique restreint. Il voit dans le sport et l'activité physique, une chance inouïe de stimuler globalement le développement dans un sens général. D'où la conception de l'enseignement du sport et de l'entraînement axée sur le modèle d'action pédamoteur d'Arturo Hotz. Il en est résulté un remarquable manuel didactique susceptible de contribuer également à l'amélioration d'une performance technique, en intégrant des processus d'apprentissage pédagogiques ciblés dans l'entraînement. Inversement, l'entraînement technique peut enrichir efficacement des besoins socio-pédagogiques.

Ce lien entre les contenus propres à la motricité sportive et les besoins socio-pédagogiques repose ni sur des bases politiques élargies ni sur des valeurs sociales transmises de manière spécifique par nombre d'enseignants. En règle générale, on ne prend pas un entraîneur pour un assistant social et vice versa. Ce problème joue également un rôle au niveau de la promotion de projets de développement ou d'intégration. Malheureusement, toutes les institutions responsables ne sont pas encore convaincues de l'efficacité de ce lien.

Le «modèle KRAFT» permet aux participants non seulement de se familiariser avec un processus empirique structuré, mais encore de développer des capacités pour résoudre en toute autonomie et avec créativité les problèmes rencontrés au quotidien.

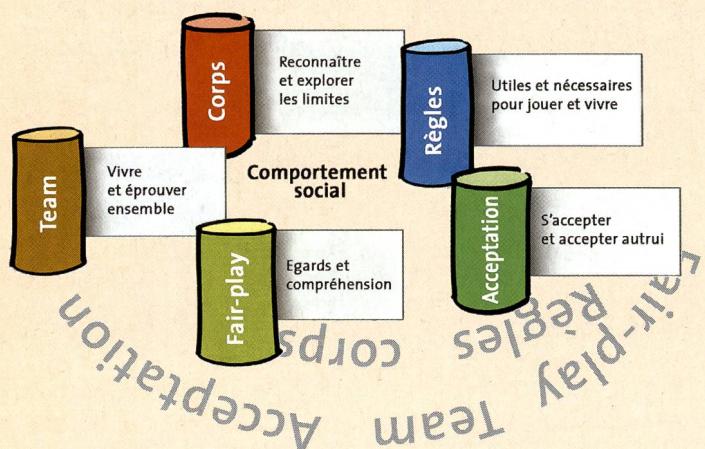
### Un modèle transférable

Stephan Zihler a également testé son modèle en Suisse avec différents groupes de clients. Il est ressorti clairement de cette expérience que les valeurs de la vie communautaire peuvent être plus rapidement adoptées au travers du langage du sport et transférées

dans les situations de la vie quotidienne. Un test effectué dans la psychiatrie infantile a aussi apporté des facilités sensibles dans le quotidien des groupes. Les processus d'apprentissage ont été clairement accélérés et abordés de manière plus directe. Stephan Zihler est persuadé que les enfants en général devraient acquérir davantage que les bases de la lecture, de l'écriture et du calcul, aussi importantes soient-elles. Ils devraient aussi apprendre à penser et

à décider seuls, voire à comprendre seuls pourquoi ils devraient apprendre ou faire une chose bien précise. «Dans mon optique, l'enseignement a pour objectif de développer notre capacité à travailler et à vivre avec d'autres personnes.» Avec son «modèle KRAFT», il entend contribuer à adopter cette attitude également dans l'enseignement du sport ou à l'aide d'un entraînement spécifique dans une discipline sportive. //

## Cinq domaines



Le comportement et l'effet sont ici en corrélation directe. Le «modèle KRAFT» comprend cinq domaines différents dont les contenus représentent les aspects essentiels du comportement social. L'objectif consiste à développer des stratégies pour répondre à ses propres besoins et aider d'autres à réaliser les leurs.

**K**örper (corps): il nous transmet des informations sur notre état, notre sentiment existentiel et nos besoins. Le module «Körper» permet de développer des habiletés susceptibles de surveiller ces signes et de reconnaître les dangers pour la santé. La capacité de performance physique se voit ainsi stimulée par une sensibilité appropriée.

**R**egeln (règles): elles offrent une structure et, partant, un espace dans lequel nous pouvons nous déplacer librement. La création de structures sociales permet de développer des actions de jeu stimulantes dans le sport et d'enrichir la vie communautaire dans le quotidien.

**A**czeptanz (acceptation): elle permet d'acquérir une attitude ouverte menant à une compréhension réciproque. L'acceptation de soi-même et d'un tiers sont indispensables pour reconnaître les chances de développement, même dans des situations conflictuelles difficiles. Il n'est souvent guère possible de changer ni l'environnement ni l'entourage; néanmoins, c'est par notre attitude intérieure et notre comportement que nous décidons d'être heureux ou non.

**F**airness (fair-play): il rend la vie communautaire possible grâce à un respect mutuel permettant à tout un chacun de s'épanouir. Dans le «modèle KRAFT», on entend par fair-play non seulement le respect des règles, mais encore une attitude reconnue comme équivalente pour tous les individus.

**T**eam: il permet de résoudre des tâches en tenant compte des besoins de tous les participants dans la mesure où ils s'entraident et coopèrent. Ces activités communes multiplient les expériences, qui contribuent à rendre les stratégies plus efficaces et à améliorer la qualité de vie.

➤ [www.kraftmodell.ch](http://www.kraftmodell.ch)

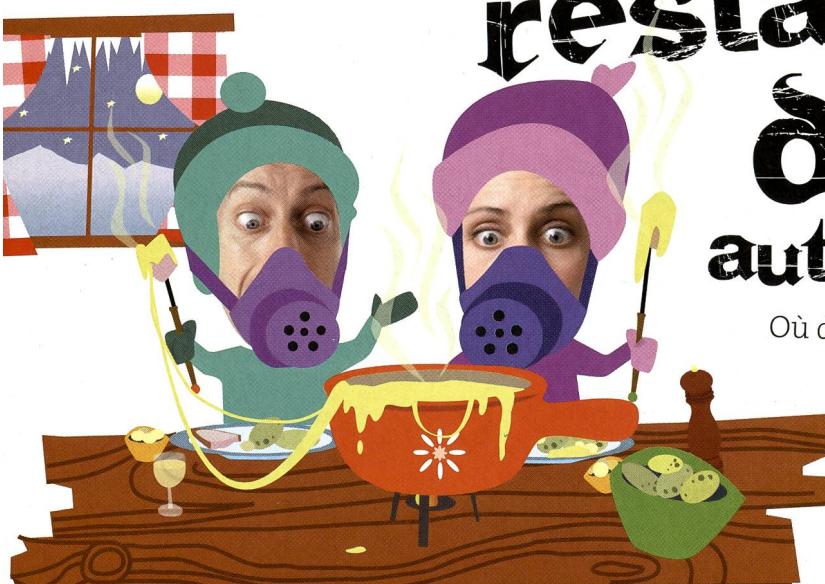
Publicit

ADVICO YOUNG & RUBICAM

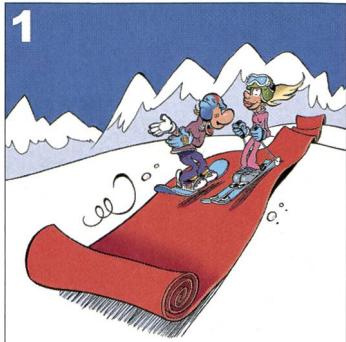
trouvé un  
restaurant  
d'altitude  
authentique?

Où donner et trouver des conseils: la plateforme  
des fous de la neige pour les fous de la neige.

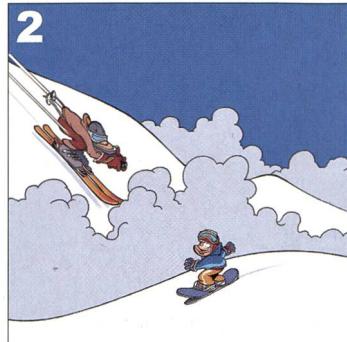
snowfriends.ch



# REGOLE RÈGLES **FIS** REGELN RULES



Niemanden gefährden oder schädigen.  
Ne pas mettre autrui en danger ou lui porter préjudice.  
Non mettere in pericolo o danneggiare nessuno.  
Do not endanger or prejudice others.



Auf Sicht fahren. Fahrweise und Geschwindigkeit dem Können und den Verhältnissen anpassen.  
Descendre à vue. Adapter son comportement et sa vitesse à ses capacités et aux conditions.  
Descendere a vista. Adeguare la velocità e il comportamento alle proprie capacità nonché alle condizioni della pista a meteo.  
Move in control. Adapt your manner of skiing or snowboarding and speed to your ability and to the general conditions on the mountain.



Fahrspur der vorderen Skifahrer und Snowboarder respektieren.  
Respecter le skieur et snowboarder aval.  
Rispettare il percorso degli sciatori e degli snowboarder che precedono.  
Do not impede the route of the skier and snowboarder in front of you.



Überholen mit genügend Abstand.  
Dépasser à une distance appropriée.  
Durante il sorpasso mantenere una distanza sufficiente.  
Leave a wide berth when overtaking.



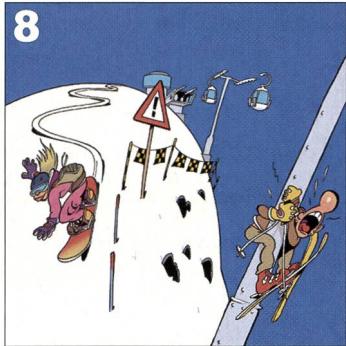
Vor dem Anfahren und vor Schwüngen hangaufwärts Blick nach oben.  
S'engager et virer vers l'amont après un examen de l'amont.  
Prima di partire e curvare verso monte guardare a monte.  
Look up the slopes each time before starting and moving upwards.



Anhalten nur am Pistenrand oder an übersichtlichen Stellen.  
Stationner au bord de la piste ou à des endroits avec visibilité.  
Sostare solo a bordo pista o in luoghi ben visibili.  
Only stop at the edge of the piste or where you can be seen easily.



Auf- oder Abstieg nur am Pistenrand.  
Monter et descendre uniquement au bord de la piste.  
Salire o scendere solo ai bordi della pista.  
When climbing up or down keep to the side of the piste.



Markierungen und Signale beachten.  
Respecter le balisage et la signalisation.  
Rispettare le demarcazioni e la segnaletica.  
Obey all signs and markings.



Hilfe leisten, Rettungsdienst alarmieren.  
Prêter secours, avertir le service de sauvetage.  
Prestare soccorso, avvertire il servizio di salvataggio.  
Provide help and alert the rescue service.



Unfallbeteiligte und Zeugen: Personalien angeben.  
Parties impliquées dans un accident et témoins: faire connaître son identité.  
Chiunque sia coinvolto in un incidente o ne sia testimone è tenuto a dare le proprie generalità.  
All persons involved in an accident including witnesses must exchange names and addresses.

## Bestellformular: Plakat mit allen FIS-Regeln (Format A2)

Ja, ich bestelle:

- 5 Plakate
- 10 Plakate
- 25 Plakate

Die Bestellung der Plakate sowie die Lieferung per Post ist gratis.

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.seilbahnen.org/FIS-Regeln.html](http://www.seilbahnen.org/FIS-Regeln.html)

**Firma/Schule**

**Vorname**

**Name**

**Adresse**

**PLZ/Ort**

**Bestellformular einsenden an:**

**Seilbahnen Schweiz, Andreas Heinzer,  
Dählhölzliweg 12, 3000 Bern 6**