UNIVERSITÉ D'ABOMEY- CALAVI
(UAC)
****
FACULTÉ DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES
(FASHS)
****
DÉPARTEMENT DE PSYCHOLOGIE
(DP)
****

RAPPORT DE FIN DE STAGE
SUJET

EXPLORATION DES DIFFICULTÉS PSYCHOSOCIALES RENCONTRÉES PAR LES JEUNES FILLES ENGAGÉES DANS LE FOOTBALL À ABOMEY-CALAVI.

Rédigé par

EDOUN Hortense

Maitre de stage :

M. OLLALO Bertrand
Coach sportif à ASSABA FA

Maitre de mémoire :

Dr Michel MEHINTO
Psychologue Clinicien Praticien
Enseignant-Chercheur à l'UAC

COMPOSITION DU JURY

Président : Dr. Michel MEHINTO, Enseignant-Chercheur, DP- FASHS/UAC

Examinateur : Dr. Aristide AKOVOWANOU, Enseignant-Chercheur, DP- FASHS/UAC

Membre : Dr. Modeste OGNIN, Enseignant-Chercheur, DP- FASHS/UAC

Mention **: Très Bien** / Note **: 17**

Soutenue, le 28 / 02 / 2024

SOMMAIRE

DÉDICADE ii
LISTE DES SIGLES iv
LISTE FIGURES v
LISTE DES TABLEAUX vi
RÉSUMÉ vii
INTRODUCTION 1
CHAPITRE 1 : CADRE INSTITUTIONNEL DU STAGE 3
CHAPITRE 2 : CADRES THÉORIQUE ET CONCEPTUEL DE LA RECHERCHE 9
CHAPITRE 3 : CADRE MÉTHODOLOGIQUE DE LA RECHERCHE 18
CHAPITRE 4 : PRÉSENTATION, ANALYSE DES RÉSULTATS ET DISCUSSION 21
CONCLUSION 49
RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES 49
ANNEXE ..... a
TABLE DES MATIÈRES ..... f

DÉDICADE

À

Ma maman Théophilia CODJIA.

REMERCIEMENTS

Nous exprimons notre profonde gratitude envers :

- Dr Michel MEHINTO, Maitre-Assistant des universités du CAMES, notre tuteur de stage pour sa disponibilité dans le partage de ses connaissances.
- Aux Enseignants du Département de Psychologie de l'Université d'Abomey-Calavi (UAC) pour nous avoir permis d'acquérir une expérience enrichissante tant sur le plan théorique que pratique.
- À l'Académie ASSABA FOOTBALL pour nous avoir permis de faire notre stage au sein de leur structure et en particulier à notre maitre de stage Mr OLLALO Bertrand pour son accompagnement.
- Aux collègues du Club de Culture Psychologique, pour leur soutien inestimable, en tant que partenaires académiques déterminés durant la recherche.
- À l'Abbé Urbain EDOUN, pour les mots d'encouragement et la proximité laborieuse.
- À la famille AHOTONDJI, pour leur bonté.
- À tous mes frères et sœurs, pour leur soutien.

LISTE DES SIGLES

ACAFS : Association Canadienne pour l'Avancement des Femmes du Sport et de l'activité physique

CAMES : Conseil Africain et Malgache pour l'Enseignement Supérieur

DSM5 : Diagnostic and Statistcal Manuel of Mental Disorders 5

D1 : Première Division

D2 : Deuxième Division

D3 : Troisième Division

DP : Département de Psychologie

FA : Football Academy

FC : Football Club

FASHS : Faculté des Sciences Humaines et Sociales

FIFA : Fédération Internationale de Football Association

UAC : Université d'Abomey Calavi

U13 : Catégorie de moins de 13 ans

U15 : Catégorie de moins de 15 ans

U17 : Catégorie de moins de 17 ans

U20 : Catégorie de moins de 20 ans

LISTE FIGURES

Figure 1 : Age des enquêtées..... 21
Figure 2 : Ancienneté dans la pratique du football 21
Figure 3 : Les postes..... 22
Figure 4 : Confrontation à des comportements discriminatoires 27
Figure 5 : Equilibre entre le football et d'autres responsabilités, comme l'école. 28
Figure 6 : Différence entre les attentes envers les filles et les garçons dans le football 28
Figure 7 : Problèmes personnels, tels que des amitiés difficiles et participation au football.. 29
Figure 8 :Témoin de comportements intimidants dans le cadre du football féminin..... 30
Figure 9 : Soutien par les entraîneurs et coéquipières pendant des moments de difficultés .. 30
Figure 10: Différence culturelle et tensions dans les équipes de football féminin 31
Figure 11: Difficultés à t'exprimer librement en tant que jeune footballeuse 31
Figure 12: Sentiment de mise à l'écart par d'autres joueuses de football 32
Figure 13: Confrontation à des attentes irréalistes en tant que jeune fille jouant au football .. 33
Figure 14: Démotivation en raison de la compétitivité dans le football féminin..... 34
Figure 15: Influence des obstacles psychosociaux sur l'estime de soi 38
Figure 16: Difficultés à maintenir un équilibre émotionnel en raison des défis 38
Figure 17: Influence des obstacles psychosociaux sur la perfomance spotive..... 42
Figure 18: Impact des obstacles rencontrés sur la perception de soi..... 42
Figure 19: Capacité de surmonter les obstacles dans le football avec un soutien approprié .. 44

LISTE DES TABLEAUX

Tableau I : Statut professionnel……22
Tableau II : Confrontation à des situations difficiles lors de tes séances d'entraînement.....23
Tableau III : Difficulté liée au fait de jouer au football parce qu'on est fille 23
Tableau IV : Commentaires négatifs des pairs décourageant la participation au football 24
Tableau V : La pression pour abandonner le football en raison de ton genre.....25
Tableau VI : Jugement basé sur le genre.....26
Tableau VII : Stéréotype de genre et participation au football.....26
Tableau VIII : Impact des médias ou de la société sur les filles engagées dans le football. 29
Tableau IX : L'âge comme un obstacle dans le football féminin 32
Tableau X : Soutien émotionnel pour faire face aux défis du football 34
Tableau XI : Impact des obstacles rencontrés dans le football sur le bonheur général.....35
Tableau XII : Impact des difficultés dans le football sur la confiance en soi.....36
Tableau XIII : Stress et anxiété liée au football.....36
Tableau XIV : Obstacles psychosociaux dans le football et performances scolaires 37
Tableau XV : Impact des difficultés psychosociale sur la relation familiale 39
Tableau XVI : Abandon du football en raison des difficultés rencontrées 40
Tableau XVII : Impact des obstacles psychosociaux sur l'engagement global dans la vie…….....41
Tableau XVIII : Impact des défis mentaux sur la qualité du sommeil 41
Tableau XIV : Recherche de soutien psychologique pour faire face aux obstacles 43
Tableau XX : Prise en compte du bien-être émotionnel des jeunes footballeuses 43

RÉSUMÉ

Les jeunes filles dans la pratique sportive sont susceptibles de rencontrer des difficultés d'ordre psychologique et social qui constituent pour elles un frein majeur à leur épanouissement. En partant de ce fait, notre recherche de nature mixte s'est intéressée à ces difficultés et leurs conséquences sur le bien-être mental et la performance des jeunes filles engagées dans le football, dans le but de favoriser l'expérience sportive de ces pratiquantes. Par la technique d'échantillonnage dite à choix raisonné, elle a été réalisée sur 105 jeunes filles engagées dans le football, dont des joueuses, des entraineuses, des arbitres. Un guide d'entretien et un questionnaire nous ont été utiles pour la collecte de nos informations. Des données de notre recherche, les filles engagées dans le football rencontrent effectivement d'énormes difficultés qui affectent leur santé mentale et leur performance

Mots clés : difficultés psychosociales, santé mentale, performance, footballeuses.

ABSTRACT

Women or young girls in sports are likely to encounter psychological and social difficulties which constitute a major obstacle to their development. As a result, our research of a mixed nature focused on these difficulties and their consequences on the mental well-being and performance of young girls involved in football, with the aim of promoting the sporting experience of these practitioners. Using the sampling technique known as reasoned or judged choice, it was carried out on 105 young girls involved in football including players, coaches and referees. An interview guide and a questionnaire were useful to us due to the nature of our research. Based on this research, girls involved in football actually encounter enormous difficulties that affect their mental health and performance.

Key words: psychosocials pains, mental health, performance, footballer.

INTRODUCTION

Le football, un sport qui incarne souvent des symboles de masculinité, jouit d'une grande popularité au Bénin. Cependant, l'entrée des filles dans cet univers perçu comme exclusivement masculin a soulevé des questions fondamentales sur les normes de genre préétablies et crée des défis distincts pour ces jeunes athlètes. Cette implication des filles dans le football représente une remise en question audacieuse des normes sociales traditionnelles, suscitant un questionnement sur les obstacles psychosociaux auxquels elles sont confrontées. Le présent rapport de stage se penche sur l'impact des difficultés psychosociales rencontrées par les jeunes filles engagées dans le football à Abomey Calavi. L'objectif principal de cette étude est d'explorer comment ces obstacles entravent le bien-être mental et la performance des joueuses, en mettant l'accent sur les pressions sociales, la discrimination de genre, la stigmatisation et les préjugés qui prévalent dans la commune d'Abomey-Calavi. Grand sujet d'actualité, des auteurs éminents se sont penchés sur la compréhension de la condition de la femme investie dans un sport masculin comme le football de façon générale. Dans leur ouvrage phare, *The Sociology of Sport: An Introduction*, paru en 1998, Peter Donnelly et Kevin Young mettent en lumière les implications sociales et culturelles du sport. Ils soulignent que le sport, en tant que microcosme de la société, reflète et influence les normes et les valeurs sociales, offrant un terrain fertile pour étudier les dynamiques de genre et les relations de pouvoir. Par ailleurs, les travaux de Michael A. Messner (2002), sociologue éminent spécialisé dans l'étude du genre et du sport, a mis en évidence la manière dont les normes de masculinité et les constructions sociales façonnent la pratique sportive. Messner explore ainsi les complexités des stéréotypes de genre dans le sport et leurs implications sur la participation féminine. Les travaux de Jacqueline Ngo Mpii (2018), mettent en évidence les défis structurels auxquels les femmes sont confrontées lorsqu'elles s'engagent dans des domaines sportifs traditionnellement masculins. Tous ces travaux suscitent un besoin d'explorer davantage le vécu psychosocial de la femme sportive.

Cette recherche nous amène à nous intéresser aux répercussions psychosociales des difficultés rencontrées par les jeunes filles pratiquant le football dans notre contexte à Abomey-Calavi, à identifier les principaux obstacles psychosociaux auxquels elles sont confrontées et à évaluer l'effet de ces obstacles sur leur santé mentale et leurs performances sportives. C'est dans cet élan que pour notre stage académique, nous avons opté pour un centre de formation des futures footballeuses pour mieux découvrir leur vécu. Il en découle la réaction de ce rapport de stage dont la structure se décline comme suit : un premier chapitre comprenant le cadre institutionnel du stage. Le deuxième qui comprend l'énoncé du problème, les hypothèses de recherche, les objectifs et une revue de la littérature approfondie. Dans le troisième chapitre sera présenté le

cadre de recherche, la méthodologie utilisée et les techniques d'analyse des données. Enfin, le quatrième chapitre se concentrera sur la présentation et l'analyse des résultats obtenus, ainsi que sur la discussion de leur pertinence et de leurs implications.

CHAPITRE 1 : CADRE INSTITUTIONNEL DU STAGE

1-1 Cadre institutionnel du stage

Historique

L'impulsion pour la création de l'Assaba Football Academy a été en grande partie stimulée par la régression de l'équipe Dynamique FC, dont Monsieur Kassi Kingnidé Damien et son frère Kassi Tayéo Cosme furent membres fondateurs. Cet événement a incité Damien à envisager une nouvelle approche pour favoriser le développement des jeunes talents dans le football. Conscient du potentiel inexploité des jeunes footballeurs, il a décidé de mettre en place un centre de formation qui offrirait des opportunités d'apprentissage, de croissance personnelle et de valorisation à travers des formations multidisciplinaires. Les objectifs fondamentaux de l'académie sont de valoriser les jeunes talents dans le domaine du football en leur offrant une formation holistique. Outre les compétences footballistiques, l'académie propose des formations en athlétisme, en karaté et en taekwondo, ce qui vise à développer des athlètes complets sur le plan physique et mental.

Un aspect notable de l'organisation est la distinction entre les sexes. Les filles sont logées sur place, ce qui favorise une immersion totale dans l'environnement de formation, tandis que les garçons participent en tant qu'externes.

Le siège social de l'Assaba Football Academy est situé dans le département de l'Atlantique, commune d'Abomey Calavi, précisément à l'Arrondissement de Togba, Quartier Houèto, Carré n°111, Maison Kassi Damien, 02 BP: 622.

L'académie a rapidement obtenu des résultats remarquables dans le monde du football, témoignant de son engagement envers l'excellence sportive et le développement des jeunes talents. Son palmarès jusqu'à présent inclut la saison 2021-2022 qui a connu leur victoire du Championnat de la ligue 2 et le positionnement à la troisième place qualificative au championnat. Pour la saison 2021-2022, elles sont finalistes du championnat et connaissent promotion en division 1. Pour la saison 2022-2023 elles participent à la ligue 1 et sont qualifiées à la troisième du championnat féminin de football du Bénin.

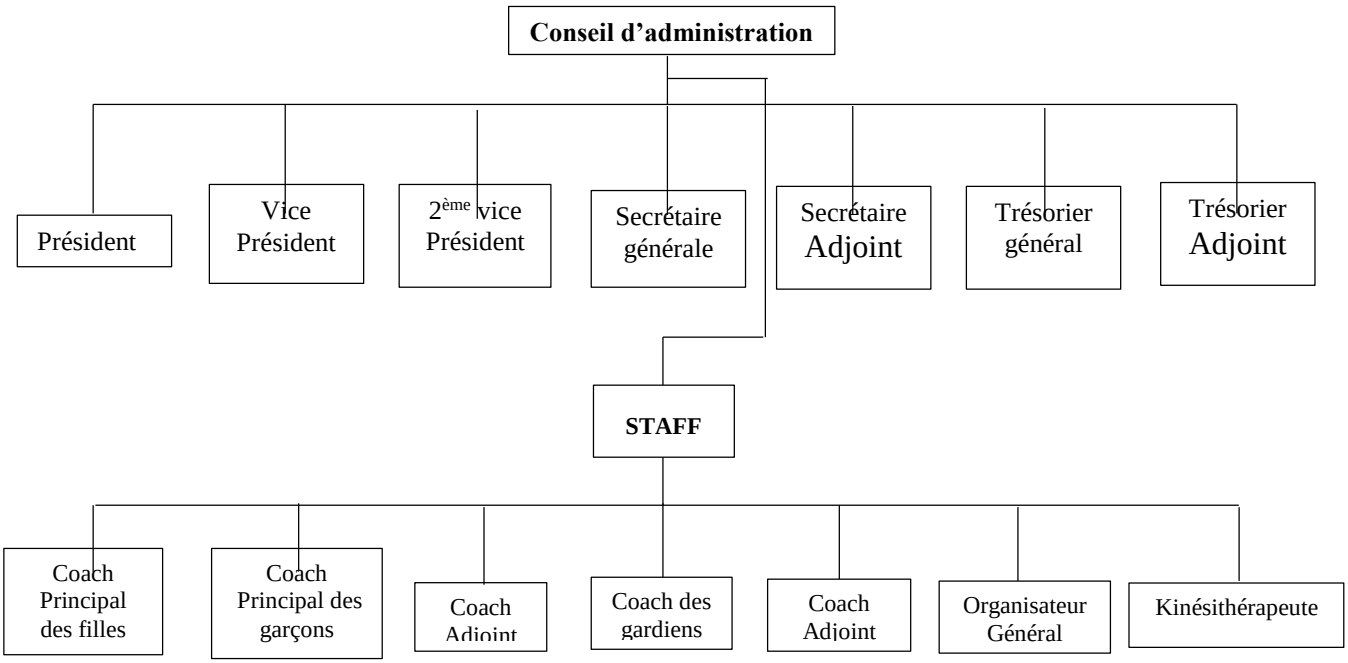
De plus, l'académie a également pris part à divers tournois et championnats de jeunes, notamment le championnat national U13 (2021-2022) où ils ont atteint les demi-finales, et le championnat U20 (2022). L'académie a également participé à la ligue des talents U17 (2023), où ils ont remporté le trophée de la victoire. L'Assaba Football Academy a émergé en tant qu'institution dédiée à l'épanouissement des jeunes talents dans le domaine du football, en les dotant de compétences sportives et personnelles essentielles. Son succès rapide et son engagement envers l'excellence sportive en font un acteur prometteur dans le

développement du football au Bénin et au-delà.

Mission

ASSABA FA a pour mission de promouvoir et de valoriser les jeunes talents dans le domaine du football à travers leur formation.

Organisation interne



Source : Archives ASSABA FA

Effectifs

Classes	Catégorie	Effectif	Effectif total	Mode d'accueil
Garçons	U15	14	54	Externat
	U17	24		
	U20	16		
Filles	U13	24	56	Internat
	U17	19		
	U20	13		

1-2 Déroulement du stage

1-2-1. Tâches accomplies

Le stage de formation à Assaba Football Academy s'étend sur une période de 160 heures, y compris les week-ends. Il est important de noter que les joueurs, étant en pleine compétition,

sont engagés dans un emploi du temps exigeant qui ne laisse qu'un peu de répit.

Avant chaque séance d'entraînement, une partie importante de la formation consiste en des séances de communication axées sur des concepts psychologiques nécessaires pour la performance sportive. Les thèmes abordés comprennent l'estime de soi, la confiance en soi, la motivation, l'anxiété, le stress, la performance, la gestion de la peur, la santé mentale, la gestion de la pression et la prévention du burnout et bien d'autres. De plus, les joueurs apprennent à fixer des objectifs concrets, qu'ils mettent ensuite en pratique sur le terrain.

Les séances d'entraînement sont particulièrement intensives compte tenu du calendrier compétitif chargé des joueurs. Les entraîneurs travaillent sur les compétences techniques et tactiques, mais ils intègrent également des éléments psychologiques. Les joueurs sont encouragés à appliquer les concepts appris lors des séances de sciences de la communication pour renforcer leur confiance en eux et gérer les pressions du jeu.

Avant chaque match, une série d'exercice psychologiques est mise en place pour préparer les joueurs mentalement. Cela inclut des exercices de respiration pour la relaxation, des séances de motivation pour renforcer l'esprit d'équipe et l'engagement, ainsi que des séances de visualisation pour se préparer mentalement au match à venir. De plus, des exercices de renforcement de la confiance en soi sont réalisés pour aider les joueurs à aborder le jeu avec assurance.

À la fin de chaque match, une séance de débriefing est organisée. Les joueurs ont l'opportunité d'exprimer leurs émotions, de partager leurs réflexions sur le match et de libérer les pressions accumulées. Ces discussions sont essentielles pour aider les joueurs à se sentir mieux et soutenus. L'encouragement et le soutien mutuel sont également au cœur de cette phase post match.

Ce déroulement du stage à Assaba Football Academy met en lumière l'importance accordée à la préparation mentale des joueurs, en plus de leur développement technique. Les activités psychologiques avant et après les matchs visent à maximiser la performance et à soutenir le bien-être émotionnel des joueurs tout au long de leur parcours sportif exigeant.

De même, nous effectuons des évaluations psychologiques individuelles pour mieux comprendre les profils psychologiques des joueurs. Cela a inclus l'analyse des forces, des faiblesses et des besoins spécifiques de chaque joueur en termes de gestion du stress, de confiance en soi, et d'autres aspects psychologiques pertinents. Nous avons organisé des ateliers pratiques sur la gestion du stress et de l'anxiété où nous apprenions aux joueurs des techniques de relaxation, et d'autres stratégies pour mieux gérer la pression liée à la compétition .Nous avons également organisé des séances de soutien psychologique individuel aux joueurs qui en

ont besoin. Cela nous a permis d'aider les joueurs à identifier, à comprendre et à faire face aux défis personnels ou aux problèmes émotionnels qui pourraient influencer leur performance. Nous avons également mené des séances pour travailler sur le renforcement de la cohésion d'équipe enfin de favoriser la cohésion entre les joueurs et renforcer l'esprit d'équipe en résolvant les défis d'ensemble par les activités comme : le cercle de motivation qui vise à renforcer la motivation individuelle et collective en mettant l'accent sur les raisons personnelles pour lesquelles chaque joueur souhaite gagner le match admet qu'on rassemble les joueurs à former un cercle puis on leur demande de partager une brève déclaration sur les raisons pour lesquelles ils veulent gagner le match ; le jeu de boite à inquiétudes qui demande a distribué aux joueurs des morceaux de papier puis on leur demande d'écrire leurs peurs et leurs inquiétudes concernant le match, ensuite on dépose une boite dans laquelle seront déposés les papiers ; le cercle de compliments qui consiste à rassembler tous les joueurs à former un cercle sur le terrain et on invite un joueur au milieu du cercle avec un ballon de football qu'on a nommé le ballon à compliment et il appelle un de ses coéquipiers et complimente une compétence ou une qualité spécifique qu'il possède puis il lui passe le ballon. Et ce dernier fait de même à un autre joueur ; le jeu d'affirmation positive où chaque joueur formule une affirmation positive sur ses compétences et ses capacités sportives, qu'il doit se répéter à voix haute et en groupe visant à améliorer la communication, la confiance mutuelle et la compréhension entre les joueurs et es joueuses.

L'intégration de ces activités dans le stage en psychologie à ASSABA FA a fourni un soutien mental essentiel aux joueurs et joueuses, a renforcé leur performance et a favorisé leur bien-être global.

1-2-2 Acquis du stage

Pendant notre stage enrichissant à ASSABA FA, nous avons acquis des compétences précieuses qui dépassent les frontières du domaine académique. Cette expérience nous a permis d'intégrer le jargon propre à ce domaine, ce qui s'est avéré être une clé pour une communication plus efficace au sein de l'académie. En outre, notre compréhension des interactions psychologique au sein des groupes diversifiés s'est renforcée, nous donnant un aperçu profond des dynamiques du groupe. Cette expérience nous a exposée à l'importance de l'analyse des performances pour identifier les points forts et les domaines à améliorer. Les défis rencontrés lors des premiers jours nous ont inculqué la résilience et la persévérance nécessaires pour surmonter les obstacles. Elle nous a également permis de découvrir les régions comme ADJAGBO, ZOPAH, DJEFFA.

En bref notre stage à ASSABA FA a été un tremplin pour développer des compétences qui s'appliquent non seulement dans le domaine académique, mais également dans le milieu du sportif. Nous avons gagné bien plus que des connaissances techniques ; nous avons gagné des compétences pratiques qui continueront à nous servir dans tous les aspects de notre vie.

1-2-3 Difficultés rencontrées sur le lieu du stage

Durant notre stage au sein d'ASSABA FA, nous avons été exposés à un environnement unique axé sur le football. Cependant, cette immersion nous a également confrontés à certaines difficultés. Parmi celles-ci, il y avait des termes et des expressions spécifiques football qui nous étaient alors étrangers. Par exemple, nous avons été confrontée à des abréviations telles que ''D1''et ''D2'' pour désigner les divisions de championnat. Nous nous trouvions également désarçonner par des termes tels que '' signature du forfait'' que nous ne parvenions pas à décoder immédiatement. De plus des notions telles que '' dossard' 'qui ne signifiait rien d'autre que le morceau de tissu que portent les sportifs par-dessus leur tenue sur lequel est inscrit dans le dos et souvent sur la poitrine leur numéro d'ordre ou d'identification et '' chasuble'', un gilet de couleur porté par les joueurs, étaient nouveaux pour nous dans ce contexte. Même des classifications comme'' U17'' qui font référence aux joueurs de moins de 17 ans nous semblaient obscures au départ.

Une autre difficulté notable que nous avons rencontrés au cours de notre stage à l'Académie ASSABA a été notre incapacité à nous exprimer efficacement devant l'équipe masculine. En tant qu'étudiante en Psychologie, il était important pour nous de créer un environnement de communication ouvert et confiant. Cependant, le contexte du football et la dynamique d'équipe pouvaient parfois rendre cette tâche complexe. Nous avons constaté que les normes sociales et les dynamiques de genre pouvaient parfois influencer notre perception de la manière dont nos idées étaient reçues. Notre défi résidait dans la recherche de méthodes de communication qui permettraient d'établir un dialogue constructif malgré ces différences.

Les premiers jours de notre stage, nous avons été confrontés à la difficulté de nous adapter à notre nouvel environnement. Le monde du football possède sa propre culture, et cela a créé un défi pour nous en tant qu'étudiante en Psychologie. Dans cet environnement dynamique et souvent frénétique, nous avons ressenti une certaine gêne initiale en raison de notre manque de familiarité avec les procédures et les habitudes quotidiennes de l'académie.

Une autre problématique majeure que nous avons identifiée lors de notre stage à l'académie était l'absence d'un cadre confidentiel adéquat pour des entretiens. En tant qu'étudiante nous étions conscientes de l'importance d'apporter un soutien psychologique aux joueurs dans

l’optique d’optimiser leurs performances et leurs biens être mental. Cependant nous nous sommes trouvée à ne pas disposer d’une gamme complète d’outils pour répondre aux besoins des joueurs.

CHAPITRE 2 : CADRES THÉORIQUE ET CONCEPTUEL DE LA RECHERCHE

Cette partie fournit une base théorique et structurelle à l'étude afin de donner une compréhension claire sur les concepts spécifiques de la recherche, les théories existantes et la manière dont ils sont organisés. On y retrouve, la problématique, les objectifs, les hypothèses, la clarification conceptuelle, la revue de la littérature et les théories de référence.

2.1. PROBLÉMATQUE

Le football féminin, malgré son développement remarquable à l'échelle mondiale, demeure souvent relégué à l'arrière-plan par rapport à son homologue masculin et la popularité croissante du football féminin a vu des joueuses affronter divers défis sur et hors du terrain, allant des stigmates culturels aux barrières institutionnelles. Selon la FIFA (2019), bien que la participation féminine au football ait augmenté de 60% dans les années précédentes 2019, le soutien financier, l'attention médiatique et les structures de développement demeurent inégaux. Ainsi, le football féminin reçoit souvent moins de soutien institutionnel et moins de reconnaissance que son homologue masculin (Bruce, 2016). Au niveau mondial, le football féminin a lutté pour se faire une place au soleil, se heurtant à des préjugés de genre persistants (Jeanes et al. 2019). De même la perception historique du sport comme une arène masculine a limité les opportunités et a créé des défis pour les femmes dans de nombreuses régions, y compris en Afrique (Messner, 1988). Ces défis ne sont pas uniquement physiques ou financiers, mais englobent également des questions psychosociales et culturelles complexes (Channon et al. 2015).

Dans des régions comme Abomey-Calavi, où le football féminin n'a pas encore été étudié en profondeur, on peut suggérer que les défis auxquels les jeunes joueuses sont confrontées sont multifactoriels. En s'appuyant sur les travaux réalisés dans d'autres régions africaines, la pression sociale pour se conformer aux rôles de genre traditionnels peut poser des défis particuliers pour les joueuses (Agergaard et al. 2018). Ces pressions peuvent exacerber des problèmes tels que l'anxiété, stress et la faible estime de soi, rendant la pratique du football à la fois une source d'émancipation et de stress (Clark, 2016).

La complexité des rôles de genre à Abomey-Calavi, la stigmatisation et les préjugés combinés à la pression sociale, peuvent créer une situation où les joueuses doivent naviguer entre des attentes contradictoires. Ces tensions peuvent contribuer à une variété de problèmes de santé mentale, allant de l'anxiété à la dépression (Messner, 2011). De plus, les attentes contradictoires en matière de performance et de conformité peuvent créer un terrain propice à des problèmes tels que la faible estime de soi, l'anxiété de performance et l'épuisement

professionnel (Eime et al. 2013). Les travaux de Cordeau et al. (2022) mettent en lumière les différents enjeux entourant l'activité physique et sportive des femmes et des filles, de manière à mieux comprendre les obstacles auxquels elles peuvent faire face. Il ressort ainsi des données et des écrits recensés les principaux constats suivants : des stéréotypes sexuels subsistent en matière d'activité physique et sportive, ce qui entretient une hiérarchisation du masculin sur le féminin et contribue à l'adoption de comportements différents entre filles et garçons qui se reflètent ensuite tout au long de leur vie; dans de trop nombreux cas, l'exclusion, voire l'intimidation, nuit à la participation sportive des filles et des épisodes de négligence ou de violence obscurcissent le parcours des athlètes; des iniquités dans l'attribution des ressources matérielles et financières s'observent entre différents sports masculins et féminins; la couverture médiatique du sport féminin représente, encore aujourd'hui, une mince fraction de son pendant masculin, une situation qui contribue aux inégalités de revenu entre sportives et sportifs; une minorité de femmes accèdent à des postes de leadership dans le milieu sportif et elles doivent surmonter des biais sexistes pour y être reconnues et acceptées. Avec cette toile de fond, la question centrale devient : Dans quelle mesure les défis psychosociaux, affectent-ils le bien-être mental et la performance des jeunes filles engagées dans le football à Abomey-Calavi?

2.1.1. OBJECTIFS

Objectif général :

Explorer des difficultés psychosociales rencontrées par les jeunes filles engagées dans le football à Abomey-Calavi.

Objectifs spécifiques :

- Identifier les principaux obstacles psychosociaux auxquels sont confrontées ces jeunes filles qui pratiquent le football à Abomey-Calavi.
- Évaluer l'effet de ces obstacles sur leurs aptitudes et la performance de ces joueuses.

2.1.2. HYPOTHÈSES DE RECHERCHE

Hypothèse générale

Les jeunes filles engagées dans le football à Abomey-Calavi rencontrent des défis psychosociaux qui ont un impact significatif sur leurs aptitudes et leurs performances.

Hypothèses spécifiques

1- Des difficultés psychosociales sont rencontrées par les jeunes footballeuses dans leur pratique sportive dans la commune d'Abomey-Calavi.

2- Ces obstacles influencent différents aspects de leur vie y compris la santé mentale et

la performance sportive.

2.2. CLARIFICATION CONCEPTUELLE

Exploration : Elle est selon le dictionnaire Larousse (2019), action d'explorer une contrée, un lieu, de les parcourir en les étudiants. De manière plus simple, l'exploration fait référence à l'acte de voyager dans des endroits inconnus ou non familiers pour acquérir de nouvelles connaissances, informations, ou expériences. Elle peut prendre de nombreuses formes comme l'exploration spatiale, l'exploration géographique, l'exploration sous-marine, l'exploration scientifique qui nous concerne particulièrement.

Psychosocial : Selon le dictionnaire Larousse (2010), le terme '' psychosocial'' fait référence à ce qui concerne à la fois les aspects psychologiques et sociaux d'une personne ou d'une société. Dans le lexique des sciences sociales, psychosocial est un concept qui est souvent utilisé pour décrire les interactions complexes entre les facteurs psychologiques (émotions, pensées) et sociaux (relations, institutions) qui influent sur le comportement humain.

Difficultés : D'après le dictionnaire Larousse 2010, le mot ''difficulté'' vient du latin ''difficultas- atis'' qui signifie le caractère de ce qui est difficile, l'état de complexité, obstacle à vaincre, à surmonter. Difficulté se réfère généralement à un état ou quelque chose est compliqué, ardu, exigeant un effort supplémentaire pour être accompli. Cela peut s'appliquer à des tâches, des situations, ou des défis qui nécessitent une certaine compétence, persévérance ou résolution pour être surmontés.

Jeune fille : D'après Erikson(1968), c'est une fille qui se trouve dans la phase de transition entre l'enfance et l'âge adulte. ''Jeune fille'' est un terme qui désigne une adolescence ou une fille relativement jeune, généralement âgée de l'adolescence à l'âge adulte ; jeunesse. L'OMS définit l'adolescence comme une étape qui va de 10ans à 19ans et la jeunesse comme la période qui s'étend de 15ans à 24ans.

Engagée : impliquée ou dévouée à une cause, à une activité ou à un objectif particulier. (Deci et al. 2000). De manière générale, le terme engagé fait référence à l'état d'être activement impliqué dans une cause, une activité, une relation, ou un travail avec un fort dévouement, une volonté sincère et un sens de la responsabilité envers cet engagement.

Football : C'est un sport très populaire pratiqué à travers le monde. Il se joue généralement entre deux équipes de onze joueurs chacune, qui s'affrontent pour marquer des buts en envoyant un ballon dans le but adverse. Il peut être pratiqué à différents niveaux, allant du jeu amateur dans les parcs locaux aux compétitions professionnelles de haut niveau, comme la Coupe du Monde de la FIFA. La Fédération Internationale de Football Association (FIFA 2018), le défini

comme un sport d'équipe joué avec un ballon rond qui est frappé principalement avec les pieds. Les équipes tentent de marquer en mettant le ballon dans le but adverse.

Abomey Calavi: Selon Wikipédia, c'est une commune du sud du Bénin. Elle est située à 18 kilomètres au nord du Cotonou, la capitale économique du Bénin.

2.3. REVUE DE LA LITTÉRATURE

Les femmes ont longtemps été exclues de l'univers du sport. Des analyses historiques menées en contexte européen révèlent qu'au XIXe siècle, les compétitions et les clubs sportifs étaient généralement réservés aux hommes et la pratique d'activités sportives par les femmes était socialement prohibée (Hall, 2016). À cette époque, des médecins s'opposaient à la pratique sportive chez les femmes, notamment en raison de leur faiblesse présumée ou par crainte de nuire à leurs capacités reproductives (Vertinsky, 1990). Dans les années 1920, ces craintes ont persisté auprès de certains médecins et éducateurs physiques, qui déconseillaient la pratique vigoureuse d'activités physiques chez les femmes, bien que des voix commençaient à s'élever pour l'encourager (Vertinsky, 1990).

En effet, l'idée selon laquelle le sport demeure davantage l'apanage des hommes n'est pas sans répercussions sur la pratique d'activités physiques des filles et des femmes. Des études récentes menées aux États-Unis ont notamment révélé que certains parents encourageraient davantage leurs garçons que leurs filles à bouger (Heinze *et al*. 2017). Selon la recension de Lee *et al*. (2015), plusieurs études menées dans différentes régions du monde montrent que les parents laissent leur fille jouer dehors moins longtemps ou moins loin de la maison que leur garçon, les estimant plus vulnérables. De plus, des études menées en Occident révèlent que les parents auraient davantage d'attentes envers leur fille quant à leur réussite scolaire ou à leur contribution aux responsabilités familiales, ce qui réduirait le temps dont elle dispose pour l'activité physique (Alliott *et al*. 2022; Duffey *et al*. 2021). Des différences s'observent aussi dans le choix des activités offertes : des travaux montrent que des parents tendent à soutenir davantage les garçons dans la pratique de sports d'équipe et à privilégier des sports qui comportent moins de contacts et d'agressivité pour les filles, comme la gymnastique et la natation (ACAFS, 2016).

La manière dont les personnes sont accueillies dans l'univers du sport a forcément une incidence sur leur propension à s'y investir. Des travaux menés au Québec et ailleurs au Canada suggèrent la présence de certains comportements hostiles envers les filles et les femmes. La situation semble préoccupante, sachant que dans un sondage mené auprès de filles âgées de 13 à 17 ans ou de parents de filles âgées de 6 à 12 ans, une personne sur cinq mentionne que des

préoccupations au regard de l'intimidation et de la sécurité constituent un frein à la participation sportive (Femmes et sport au Canada, 2020).

Toujours au Québec, chez les jeunes, des études menées permettent de constater qu'une proportion non négligeable d'entre eux subit des abus dans le milieu sportif et que des différences entre filles et garçons sont parfois, mais pas systématiquement, manifestes. Une étude québécoise menée en 2016 auprès de 1 140 jeunes de 13 à 18 ans, dont 818 filles, participant à des sports organisés révèle que 23 % d'entre elles ont subi de la violence sexuelle de la part d'autres athlètes et 13 % de la part de leur entraîneur ou entraîneuse, et que ces proportions étaient légèrement plus faibles chez les garçons (respectivement de 21 % et de 8 %) (Demers, 2020). S'appuyant sur des données collectées auprès de plus de 2 000 athlètes au secondaire, l'étude de Parent *et al*. (2016) montre que le risque de subir une agression sexuelle est 4,78 fois plus élevé chez les filles que chez les garçons (14 % contre 3 %). Pour ce qui est des abus sexuels perpétrés par l'entraîneur ou l'entraîneuse, toutefois, une proportion semblable d'athlètes féminines et d'athlètes masculins ont déclaré avoir été victimes, soit 1 % (Parent *et al*. 2016). Menée auprès de 1 055 athlètes francophones du Canada, l'étude de Parent et Vaillancourt-Morel (2021) n'a pas non plus observé de différence importante entre les filles et les garçons : 29 % des filles et 25 % des garçons âgés de 14 à 17 ans participant à un sport organisé ont vécu de la violence sexuelle, que ce soit de la part d'un entraîneur ou d'une entraîneuse, d'athlètes de la même équipe ou d'adversaires. Cette étude révèle toutefois que les athlètes féminines ont subi davantage de violence psychologique, soit 83 % contre 78 %, tandis que les athlètes masculins rapportaient davantage de violence physique, soit 49 % contre 36 %. De plus, en 2016, l'organisme français Égale Action dénonçait l'« inégalité qui prévaut encore dans l'octroi des ressources et le soutien aux divers programmes féminins », citant l'exemple du football dont l'essor bénéficie d'un investissement sans équivalent dans les sports féminins (Lauzon et Demers, 2016, p. 8). Pareilles préoccupations concernant l'équité dans l'attribution des ressources financières au sport féminin et masculin sont aussi exprimées par d'autres organisations dans l'ensemble de la France (Demers et Kidd, 2018). Toutefois, peu de données à ce sujet sont disponibles, ce qui rend difficile l'évaluation de la situation. Une étude met en relief le fait que les universités canadiennes comprennent un plus grand nombre d'athlètes masculins que d'athlètes féminines, et ce, malgré le fait que les femmes sont surreprésentées au sein de l'effectif étudiant (Norman et al. 2021). Une enquête de Radio-Sports menée auprès de 39 entraîneurs et entraîneuses en chef de programmes de hockey universitaire révèle que les équipes féminines obtiennent les plages horaires les moins désirables des arénas et que leur budget correspond à la moitié de celui des équipes masculines (Leclerc, 2022). Ces

observations, en plus de différents cas médiatisés au cours des dernières années, suggèrent que des iniquités dans l'attribution des ressources entre les sports féminins et masculins existent.

De façon générale, l'intérêt de la population pour les sports féminins semble moindre que pour les sports masculins; c'est ce que révèlent les travaux de l'ACAFS (2016). Par exemple, selon les données d'un sondage réalisé en 2015 (Jeanneret, 2020), le tiers des personnes interrogées estimaient que le sport féminin est moins passionnant que le sport masculin et la proportion était nettement plus élevée chez les hommes (46 %) que chez les femmes (26 %). Il reste que certains événements féminins attirent davantage les foules et l'auditoire télévisuel que leur contrepartie masculine; c'est notamment le cas du Championnat mondial de basketball féminin en 2015, qui a attiré près du double de l'auditoire télévisuel du championnat masculin (181 %) (ACAFS, 2016). Selon Cooky et al. (2013), l'intérêt généralement moindre pour les sports féminins serait en partie influencé par les choix des médias qui participent à la construction de l'intérêt pour les sports masculins à la faveur de la couverture médiatique de ces derniers. Comme les sports féminins bénéficient d'une faible part du temps d'antenne, ils auraient moins d'occasions de susciter l'intérêt de l'auditoire. Dans cette perspective, des spécialistes soutiennent que par leurs choix, les médias contribuent à la marginalisation, voire à la dissolution de l'intérêt pour les sports féminins (Cooky et al. 2013) ce qui, ultimement, « transmet à l'auditoire le message que le sport continue d'être par, pour et à propos des hommes » (Cooky et al. 2013, p. 3). Selon Trebilcock et Hoeber (2020), les enjeux concernant la qualité de la couverture médiatique des sports peuvent contribuer à renforcer les stéréotypes sexistes et la marginalisation des femmes dans le sport, particulièrement de celles qui dévient des stéréotypes de féminité. Des travaux suggèrent que de tels stéréotypes persistent. En particulier, des études, soulignent que les athlètes féminines pratiquant des sports « considérés comme étant "socialement acceptables" pour les femmes » (ACAFS, 2016, p. 22), comme le tennis, le golf, la natation et la gymnastique, bénéficient davantage de couvertures médiatiques que celles pratiquant des sports jugés plus masculins (ACAFS, 2016; Influence Communication, 2016). Sherry et al. (2016) observent aussi ce phénomène dans leur recension des études publiées entre 1990 et 2014 à propos des photographies sportives dans les médias imprimés et en ligne, principalement aux États-Unis et en Europe, et dégagent deux constats additionnels : le premier, bien que les sportives occupent parfois une place presque équivalente à celle des sportifs, les premières sont souvent présentées dans des poses plus passives que les seconds. Le second constat traduit que l'accent est souvent mis sur certains attributs physiques des sportives. De fait, l'analyse de la couverture des Jeux olympiques de 2014 par la CBC réalisée par MacArthur

et al. (2017) montre que les femmes recevaient davantage que les hommes des commentaires sur des parties de leur corps ou sur leur taille. La situation est telle que, comme le soulignent des spécialistes (ACAFS, 2016; Mogaji *et al*. 2021), le revenu de plusieurs athlètes professionnelles ne leur permet pas de subvenir à leurs besoins, ce qui les oblige à occuper un autre emploi et les empêche de se consacrer entièrement à leurs sports. La perspective que la carrière sportive ne mènera pas à une rémunération suffisante pour vivre confortablement peut aussi constituer un obstacle au passage au sport professionnel (ACAFS, 2016) et freiner les aspirations des athlètes féminines (Mogaji *et al*. 2021).

Par ailleurs, Burton (2015) soutient que la présence majoritaire d'hommes dans les postes de pouvoir renforce l'attribution de rôles décisionnels à des hommes et ne favorise pas la mise en place de pratiques plus inclusives envers les femmes. Des études menées au Québec ou dans l'ensemble du Canada en arrivent à des constats similaires, et mettent en relief les difficultés que vivent des femmes gestionnaires, des entraîneuses ou des officielles, toutes disciplines confondues. De façon récurrente, des gestionnaires, des entraîneuses et des officielles interrogées rapportent que les femmes sont perçues comme étant moins compétentes que les hommes et qu'elles doivent faire davantage d'efforts pour qu'on leur accorde respect et crédibilité (Cosentino, 2017). Plusieurs rapportent avoir dû modifier leur comportement pour se conformer davantage aux stéréotypes du leadership masculin, qui est valorisé et attendu, soit un style autoritaire, voire agressif, par exemple en sacrant, en levant le ton ou en frappant sur la table pour être écoutées et respectées (Danford, 2019). Des officielles mentionnent d'ailleurs devoir prouver leur compétence lorsqu'elles arbitrent des parties masculines, car des hommes remettent leur présence en question (Danford, 2019). Quel que soit le poste qu'elles occupent, la majorité des femmes interrogées soulignent vivre de l'exclusion de la part de leurs collègues masculins, voire de la marginalisation (Reid, 2016). Le manque de collègues et de modèles féminins contribue à cette exclusion, car il leur est difficile d'obtenir du soutien et du mentorat. Or, le mentorat leur apparaît important pour construire un réseau et progresser dans le milieu (Reid, 2016). Par ailleurs, plusieurs des femmes rencontrées affirment que leurs collègues masculins peinent à reconnaître les défis qui se présentent à elles dans le milieu du sport et qu'ils ne se sentent pas ou peu concernés par la sous-représentation des femmes, ce qui rend d'autant plus difficile d'obtenir du soutien pour faire face à ces situations (Abath, 2009).

2.4. LES THÉORIES DE RÉFÉRENCE SUR L'EXPLORATION DES DIFFICULTÉS PSYCHOSOCIALES LIÉES AU FOOTBALL FÉMININ

Divers auteurs ont énoncé des théories dont nous pouvons nous servir au cours de notre

recherche. Nous allons en premier lieu parler de la théorie de l'identité sociale de Tajfel (1981) dont le postulat était que les individus se définissent en fonction des groupes ils appartiennent. Dans le contexte du football féminin, les femmes joueuses font partie d'un groupe spécifique, à savoir les joueuses du football. Leur identité en tant que athlète de football peut les pousser à adhérer aux normes et aux valeurs de ce groupe. Elles peuvent s'identifier fortement comme membres de leur équipe et ressentir une forte cohésion avec leurs coéquipières, et cela peut influencer leurs comportements sur le terrain en les incitants à travailler en équipe et à poursuivre des objectifs communs. D'un autre côté, il y a la théorie du stress des psychologues renommés Lazarus et Folkman en 1984, qui s'intéresse à la manière dont les individus évaluent et font face aux situations stressantes, comme les préparations d'un match décisif. Leur évaluation de cette situation dépendra de leur perception personnelle. Si elles perçoivent ce match comme une opportunité de montrer leurs compétences et de prouver leur valeur en tant que joueuses, cela peut générer de la motivation. Cependant si elles le perçoivent comme une menace pour leur identité en tant que femmes joueuses, cela peut entrainer du stress. S'en suit la théorie de la dissonance cognitive de Festinger. Elle repose sur l'idée, que les individus cherchent à maintenir la cohérence entre leurs croyances, attitudes et comportements. Et lorsqu'ils sont confrontés à des informations ou à des situations qui entrent en conflit avec leurs croyances existantes, ils ressentent de la dissonance cognitive qui est une tension psychologique. Dans le contexte du football, elle peut survenir lorsqu'elles sont confrontées à des stéréotypes de genre contradictoires. Elles peuvent par exemple aimer le football et s'identifier fortement en tant que joueuses, mais la société peut valoriser d'autres traits ou intérêt jugés plus féminins. Par conséquent, cette dissonance peut créer des difficultés psychologiques pour les femmes qui cherchent à maintenir leur identité en tant que joueuses de football tout en gérant les attentes sociales liées au genre. Nous passons maintenant à la théorie de l'autodétermination des psychologues Deci et Ryan (1985). Une théorie qui met en avant le rôle de la motivation intrinsèque et du besoin de se sentir autonome, compétent et relié à son environnement. Pour eux, lorsque les individus sont motivés de manière auto déterminée, leur engagement et leur bien-être sont renforcés. Elle est alors appliquée dans notre cadre ici en considérant comment la motivation intrinsèque des joueuses influence leur persévérance face aux difficultés. Si ces dernières sont motivées par le plaisir de jouer, le désir de compétition et le développement des compétences, elles sont plus susceptibles de surmonter les obstacles et de maintenir leur engagement malgré les pressions liées au genre. Ensuite vient le psychologue Werner (1995) connu pour ses travaux de recherche longitudinale sur le développement de l'enfant et la résilience. Il est celui qui a travaillé sur la résilience qui n'est pas une

caractéristique innée, mais plutôt un processus qui peut être développé et renforcé. Cette théorie se focalise sur la capacité des individus à faire face à l'adversité et à s'adapter de manière positive à des situations difficiles. Elle met en lumière la manière dont certains individus sont capables de surmonter les pressions et de se développer sur le plan émotionnel malgré les circonstances défavorables. Le soutien social, la compétence personnelle, la capacité à donner un sens aux expériences difficiles et la régularisation émotionnelle sont des facteurs qui contribuent à la résilience. Elle cherche juste à comprendre dans notre domaine, comment les joueuses font face aux difficultés liées au genre, à la compétition, aux discriminations et aux inégalités. Ainsi, le soutien social, tel que le soutien de leurs coéquipières, de leur famille et de leurs entraineurs peut jouer un rôle essentiel dans leurs capacités à gérer le stress et à surmonter les difficultés dans le sport ; le renforcement de leur compétence personnelle et leur confiance en elles peut également contribuer à leur résilience en les aidant à persévérer malgré les défis ; de plus, la capacité à donner un sens aux expériences difficiles peut influencer la manière dont les femmes interprètent et réagissent aux obstacles.

CHAPITRE 3 : CADRE MÉTHODOLOGIQUE DE LA RECHERCHE

Ce chapitre constitue l'ossature méthodologique qui sous-tend toute investigation scientifique. Pour bien comprendre, il est utile de citer les mots de Creswell (2014), chercheur en méthodologie de recherche « Le cadre méthodologique est le plan qui guide la collecte et l'analyse des données dans une étude de recherche ». Ce cadre englobe plusieurs composantes cruciales notamment la nature de l'étude, la sélection de la population étudiée, la méthodologie d'échantillonnage, ainsi que les techniques de collecte et d'analyse des données.

3.1- NATURE DE LA RECHERCHE

Nous avons opté pour une étude de nature mixte. Les méthodes qualitatives ont permis aux filles de s'exprimer librement sur : leur ressentir face aux critiques extérieures, leur perception des difficultés sociales et environnementales, leur vie au sein du monde footballistique. Les méthodes quantitatives nous ont aidées à identifier les facteurs psychologiques qui contribuent aux difficultés qu'elles rencontrent.

3.2- POPULATION D'ÉTUDE ET ÉCHANTILLONNAGE

3.2.1 POPULATION D'ÉTUDE

La population d'étude de cette recherche est composée de jeunes athlètes féminins de football résidant dans la commune d'Abomey Calavi, au Bénin. Cette population représente un groupe spécifique de filles engagées et passionnées par du football au niveau local et qui constitue le principal sujet d'investigation.

3.2.2. TECHNIQUES D'ÉCHANTILLONNAGE

Dans le contexte de cette recherche, une technique d'échantillonnage a été méthodiquement sélectionnée pour atteindre nos objectifs. Nous avons opté pour la technique du choix raisonné qui nous a permis de sélectionner délibérément des participantes en fonction de critères spécifiques tels que l'âge, le niveau de compétence et la durée de pratique.

3.3. TECHNIQUES ET OUTILS DE COLLECTE DES DONNÉES

Les techniques de collecte de données déterminent comment les informations sont recueillir et les outils de collectes sont les moyens concrets utilisés pour mettre en œuvres ces techniques.

3.3.1. LA RECHERCHE DOCUMENTAIRE

Dans le cadre de notre recherche consacrée à l'exploration des difficultés psychosociales que rencontrent les filles dans le contexte du football, nous avons mené une recherche documentaire rigoureuse, une étape qui s'est révélée capitale dans la compréhension

approfondie du sujet, ainsi que dans la clarification précise de nos objectifs et de l'élaboration de notre problématique. Au cours de cette recherche documentaire, nous avons consulté une variété de sources, notamment des livres, des articles, et des mémoires pertinents à notre thématique. Ces ressources nous ont permis de recueillir une quantité substantielle d'informations et de données capitales pour cette étude. Elles ont éclairé notre compréhension des enjeux psychosociaux spécifiques auxquels sont confrontées les filles dans le football, elles ont également orienté la constitution de notre méthodologie de recherche.

3.3.2. QUESTIONNAIRE

La technique de la méthode quantitative nous a permis de recueillir des données statistiques quantifiables et mesurables. Les participantes ont rempli le questionnaire qui implique l'évaluation de divers aspects psychologiques tels que : les défis psychologiques et culturels, la santé mentale et la performance sportive, quelques mécanismes d'adaptation, les perceptions et attitudes et des questions diverses.

3.3.3. ENTRETIEN

En ce qui concerne la technique de la méthode qualitative, des entretiens semi-structurés ont été menés pour explorer en profondeur les expériences individuelles des joueuses, leurs émotions, leurs perceptions des difficultés psychologiques et leurs stratégies d'adaptation. Elle a été choisie parce qu'elle encourage des réponses détaillées. Les entretiens ont fourni des données qualitatives pour une compréhension en profondeur des expériences individuelles et le ressenti intrinsèque et extrinsèque de leur vie de footballeuse.

3.4. OUTILS DE TRAITEMENT ET TECHNIQUES D'ANALYSE DES DONNÉES

Les outils de traitement de données sont les logiciels utilisés pour nettoyer et préparer les données en vue de leur analyse et les techniques d'analyse des données sont les méthodes appliquées pour extraire des informations significatives.

3.4.1. -OUTILS DE TRAITEMENT DES DONNÉES

Au cours de cette recherche, les outils informatiques Microsoft Word et Excel 2013 ont été employés pour faciliter le traitement et l'analyse des données recueillies.

3.4.2. TECHNIQUE D'ANALYSE DE DONNÉES

Cette étude a mis en œuvre une méthode d'analyse de données qui combine le dépouillement manuel des informations avec un processus de traitement de données, suivi de leur classification organisée dans des tableaux et la réalisation de graphiques. Cette approche a été utilisée pour extraire organiser et examiner les données brutes collectées.

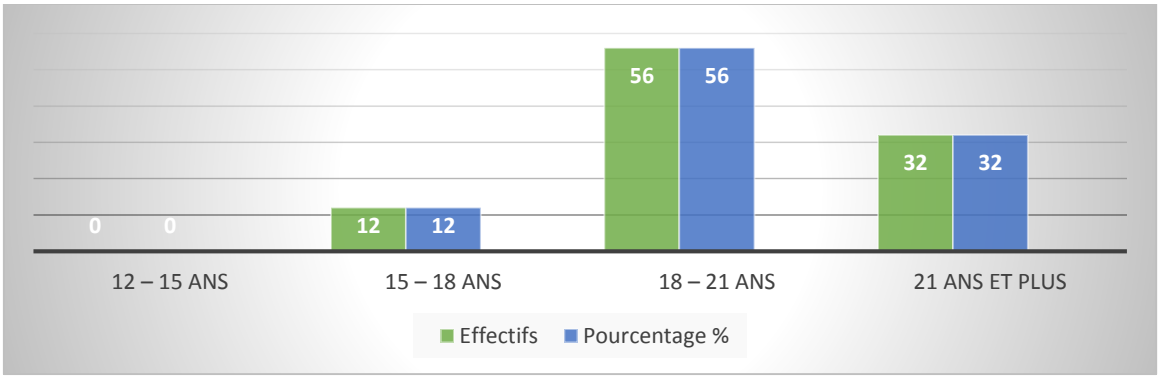
CHAPITRE 4 : PRÉSENTATION, ANALYSE DES RÉSULTATS ET DISCUSSION

4 -1 Présentation et analyse des résultats

Partie1: Données sociodémographiques

Figure 1

Âge des enquêtées

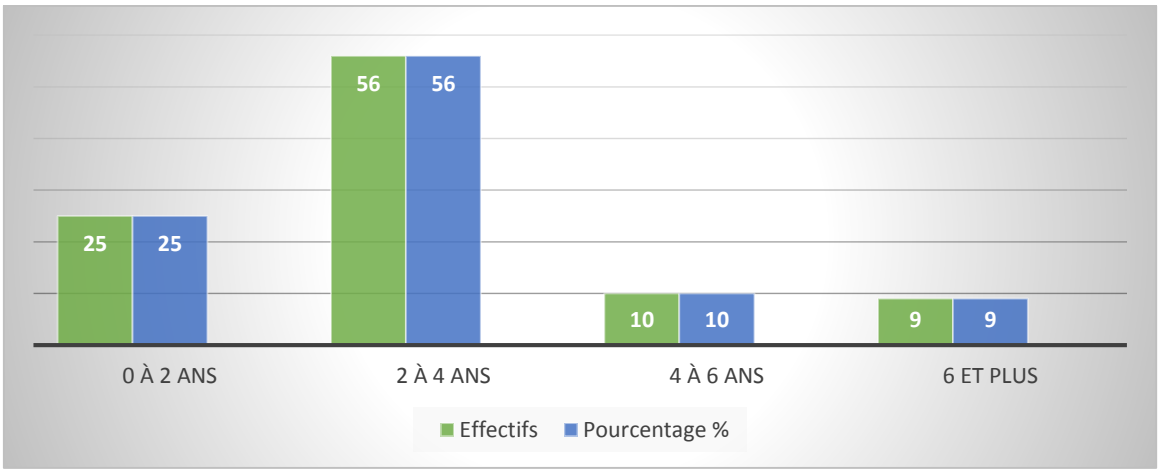


Source : Données collectées novembre 2023

L'analyse de cette figure nous révèle que des 105 joueuses questionnées, il n'y a aucune joueuse qui soit dans l'intervalle de 12 à 15 ans. Par contre, 12% sont situées entre 15 à 18 ans, 56% ont entre 18 et 21 ans et 32% ont entre 21 ans et plus. Ceci démontre que la majorité de nos enquêtées sont des joueuses adultes d'âges moyennes

Figure 2

Ancienneté dans la pratique du football



Source : Données collectées novembre 2023

Il ressort ici 25% de nos footballeuses enquêtées ont entre 0 à 2 ans d'ancienneté dans le football, 56% ont entre 2 à 4 ans d'expérience, pendant que 10% et 09% ont respectivement 4 à 6 ans et 6 ans et plus d'expérience dans la pratique du football. Nous pouvons ainsi

déduire que la majorité de nos joueuses ont une expérience qui va e 02 à 4ans d'expérience dans le football.

Tableau I:

Statut professionnel

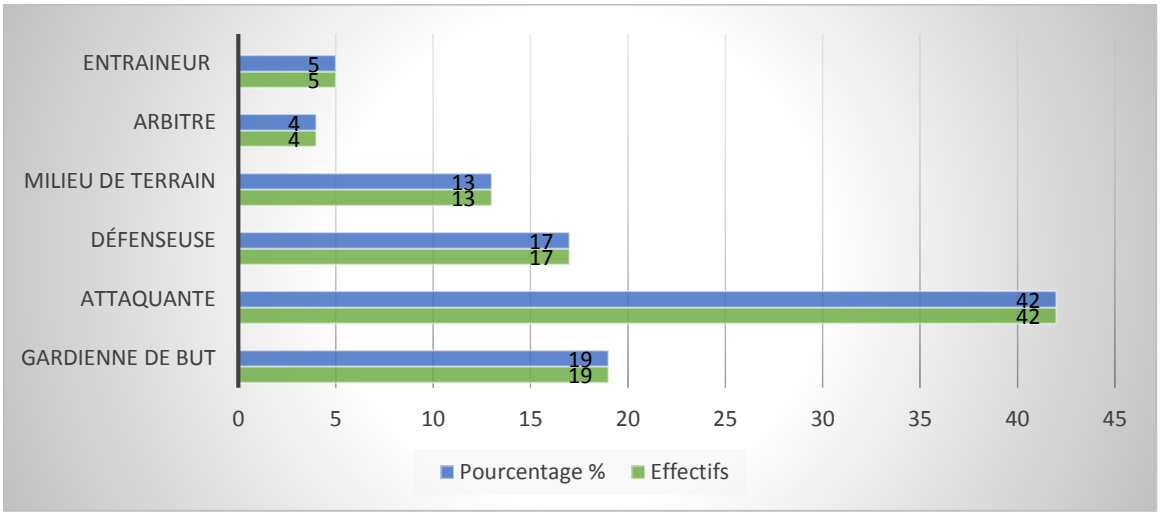
Statuts	Effectifs	Pourcentages %
Écolière	00	00
Élève	23	23
Étudiante	55	55
Autre	22	22
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

À la lecture de ce tableau 55% des filles sont des étudiantes, 23% des élèves et 22% ne sont ni écolières, ni élèves et ni étudiantes. Cela explique que la majorité d'elles ont un niveau intellectuel considérable

Figure 3:

Les postes



Source : Données collectées novembre 202 !3

Nous remarquons à travers ce graphique que 19% des footballeuses enquêtées jouent au poste de gardiennes de but dans leurs équipes respectives. 42% sont des attaquantes, 17% des défenseuses, 04% sont arbitres, 13% sont des milieux de terrain et 05 sont entraineurs. Ces informations indiquent que notre étude tient compte des joueuses de tous les postes sur le terrain avec une dominance des attaquantes.

Partie 2: Obstacles psychosociaux dans le Football féminin

Tableau II:
Confrontation à des situations difficiles lors de tes séances d'entraînement.

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	00	00
En désaccord	03	03
Neutre	01	01
D'accord	40	40
Fortement d'accord	56	56
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

À la lecture des données de ce tableau, 03% filles footballeuses affirment être en désaccord avec le fait qu'elles sont confrontées à des situations difficiles lors des séances d'entraînement , 01% restent neutres à cet item du questionnaire tandis que 40% des filles se montrent qu'elles sont d'accord avec le fait d'être confrontées à des situations difficiles lors des séances d'entrainement 56% sont fortement d'accord avec cette le fait qu'elles sont confrontées à des situations difficiles durant les séances d'entrainement. On en conclut que la grande majorité des joueuses font face à des situations complexes durant les situations d'entrainement. Pour mieux cerner la nature de ces difficultés, à travers l'entretien, une joueuse affirme :

«Nous nous retrouvons parfois à l'entrainement en face de tout le staff ou le président dit pour lui, les coaches pour eux, du coup on ne sait plus à qui obéir et en fin de compte on est punit. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau III:
Difficulté liée au fait de jouer au football parce qu'on est fille

Difficultés	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	03	03
En désaccord	04	04
Neutre	00	00
D'accord	43	43
Fortement d'accord	50	50
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

De ce tableau, nous notons que 03% et 04% des filles enquêtées sont respectivement fortement en désaccord et en désaccord avec le fait de penser qu'être filles pourrait rendre la pratique du football plus difficile , 43% et 50% sont fidèlement d'accord et fortement d'accord qu'elles pensent parfois qu'être fille rend plus difficile de jouer au football. De ces données, constatons que la majeure partie de nos enquêtées pensent que le football est difficile parce qu'elles sont des filles. Les informations recueillies à l'aide du guide d'entretien viennent confirmer nos données quantitatives. Dans ce sens une enquêtée disait :

« Être une fille, d'abord ça n'a jamais été facile et plus encore ans un sport qui est d'origine masculine. Ici, on nous crie à tout bout de champ que ce soit à la maison, à l'école que la place de la femme est au foyer et chez son mari et pas sur le terrain ». Extrait d'entretien novembre 2023.

Pour une autre :

« Le football, pour dire vrai, on ne voit pas chez nous une fille qui joue au foot 'un bon œil. Soit tu es traitée de garçon manqué, de fille qui ne veut pas se marier et à cela s'ajoutent les nombreuses pressions sur les terrains. On veut nous considérer comme les garçons, seules les courageuses filles comme moi s'en sortent. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Ces informations nous permettent de comprendre que le fait d'être une fille et de s'intéresser au football est un concept qui est mal perçu dans la Commune d'Abomey-Calavi et que les conceptions qui y sont associées constituent une difficulté quotidienne pour les footballeuses.

Tableau IV

Commentaires négatifs des pairs décourageant la participation au football

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	05	05
En désaccord	02	02
Neutre	00	00
D'accord	53	53
Fortement d'accord	40	40
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Les données ci-dessus, nous démontrent que 05% des filles enquêtées sont fortement en désaccord du faite d'être découragées par des commentaires négatifs venant de leurs coéquipières, 02% d'autres sont en désaccord, 53% acquiescent avoir été découragées par

certains commentaires de leurs pairs et les 40% restant sont fortement d'accord. L'analyse de ce tableau nous permet de conclure que beaucoup de joueuses se sentent découragées à cause des commentaires péjoratifs. Ces commentaires constituent donc une difficulté majeure pour elles.

Tableau V

La pression pour abandonner le football en raison de ton genre

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	04	04
En désaccord	11	11
Neutre	00	00
D'accord	53	53
Fortement d'accord	32	32
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Nous constatons d'après les données de ce tableau que, 04% des footballeuses enquêtées sont fortement en désaccord avec le faite d'avoir déjà ressenti de la pression pour abandonner le football. 11% sont en désaccord avec cette affirmation. 53% sont d'accord et donc ont déjà vécu de la pression pour abandonner. Tandis que 32% sont fortement d'accord pour avoir ressenti cette pression. Nous pouvons donc, à la lumière des données de ce tableau, nous pouvons conclure que la majorité de nos footballeuses ont déjà ressenties de lia pression pour abandonner le football. C'est ce que témoigne ces extraits du nos entretiens :

« *Mon papa m'a dit le jour où je lui ai annoncé que je suis dans une académie de foot, que si je persistais, je deviendrais footballeuse hors de sa maison et qu'il me couperait d'ailleurs tous les vivres et pansions. C'est ce qui est arrivé jusqu'à l'intervention du président de mon académie* ». Extrait d'entretien novembre 2023.

Une autre disait :

« *Mon petit ami était furieux, et il l'est toujours à l'idée de me voir jouer le football. Il m'a plusieurs fois menacé de rompre la relation si je n'arrêtais pas de jouer. Bien sûr je ne l'ai pas écouté, il a impliqué les parents et actuellement je dois choisir entre ma relation et ma passion* » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau VI

Jugement basé sur la compétence

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	00	00
En désaccord	04	04
Neutre	03	03
D'accord	43	43
Fortement d'accord	50	50
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Nous remarquons, ici que 50% des footballeuses enquêtées sont fortement en accord du faite d'être jugées ou critiquées, 43% se sont montrées en accord, 03 % se sont montrées neutres et 04 % ne se sont pas senties critiquées en raison de leur niveau de compétence. Nous pouvons donc conclure que la majorité de nos répondantes se sentent jugées en raison de leur compétence. Une enquêtée se confie *: « tu entends les coaches disent à l'entrainement que celles qui ne connaissent rien vont toujours restées aux touches. Ça n'encourage pas à se performer.»* Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau VII

Stéréotype de genre et participation au football

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	00	00
En désaccord	00	00
Neutre	11	11
D'accord	72	72
Fortement d'accord	17	17
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

De ce tableau, nous remarquons que 11% des joueuses enquêtées sont restées neutres à la question qui demande si les stéréotypes de genre peuvent affecter leur participation au football, 72% sont d'accord et 17 sont fortement d'accord que les stéréotypes de genre affectent leur participation. De l'analyse de ce tableau notons que presque toutes les filles enquêtées pensent que les stéréotypes de genre affectent leur participation, ce qui constitue

donc une barrière capitale pour la motivation de ces filles à pratiquer le football. Voici quelques extraits de nos entretiens avec les joueuses

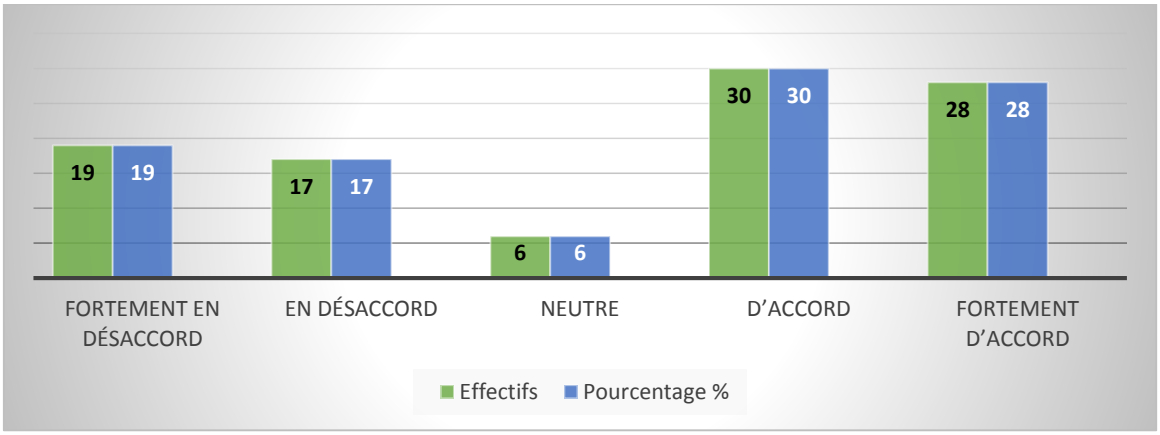
« *Il y a des gens qui disent que nous les femmes ne possédons pas la force physique nécessaire pour jouer au football au même niveau que les hommes. Ils sous-estiment juste nos capacités athlétiques, ce qui moi personnellement me démotive* ». Extrait d'entretien novembre 2023.

« *Moi par exemple dans mon village, les gens pensent que je ne sais pas cuisiner parce qu'ils voient les femmes qui s'accrochent au Ball comme celles qui ne savent même pas tourner la pâte* » Extrait d'entretien novembre 2023.

« *Les fesses t'empêchent de courir* » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 4

Confrontation à des comportements discriminatoires



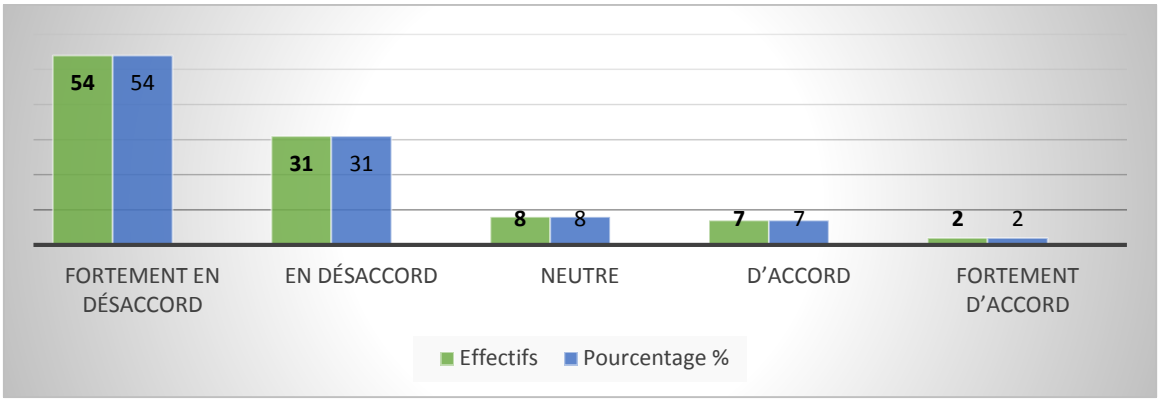
Source : Données collectées novembre 2023

À la suite de la lecture de cette figure, nous remarquons que 19% sont fortement en désaccord et 17% sont en désaccord pour 'avoir été confrontées à des comportements dits discriminatoires en tant que footballeuses. Alors que 30% sont d'accord et 28% de ces filles sont fortement en accord. Notons aussi que 06% de nos répondantes ont été neutres face à cette question. Nous remarquons juste qu'après l'interprétation de cette figure que la grande partie de la population questionnée a été victime des comportements discriminatoires. Ces propos viennent appuyer nos données quantitatives :

« *En tant que jeune footballeuse, la discrimination m'a rattrapée de manière brutale. Des séances d'entrainement sabotées, des critiques constantes basées sur mon genre ont créé un environnement hostile. Cela a éteint la flamme de ma passion, soulignant que le football, censé être un refuge, peut parfois refléter l'injustice la plus amère.* » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 5

Equilibre entre le football et d'autres responsabilités, comme l'école.

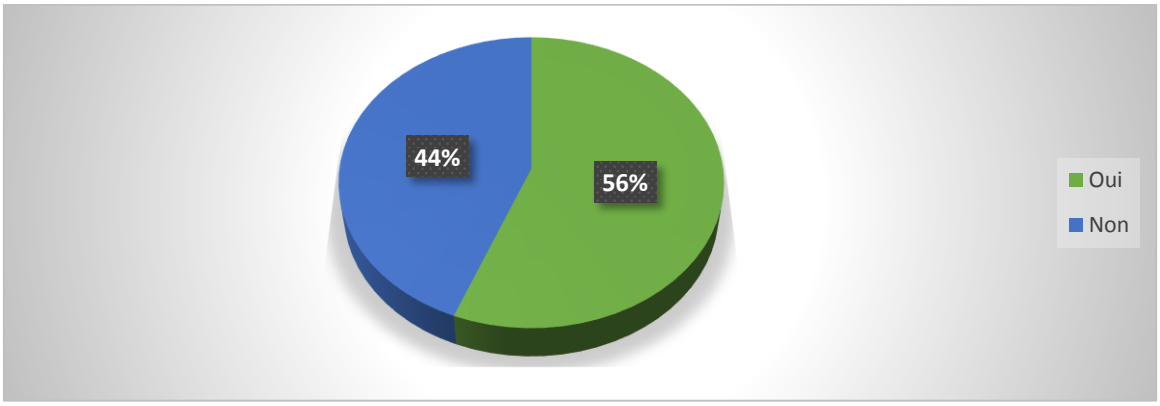


Source : Données collectées novembre 2023

Après la réalisation de cette figure, nous constatons que 54 % des pratiquantes du foot interrogées sont fortement en désaccord et 31 % sont en désaccord avec l'idée d'avoir des difficultés à équilibrer le football avec l'école par exemple. De la même manière, 08% ont été neutres, 07 % sont d'accord et 02 % sont fortement d'accord. Nous pouvons conclure que la majorité de notre échantillon n'éprouve aucune difficulté à équilibrer la vie footballistique avec d'autres responsabilités.

Figure 6

Différence entre les attentes envers les filles et les garçons dans le football



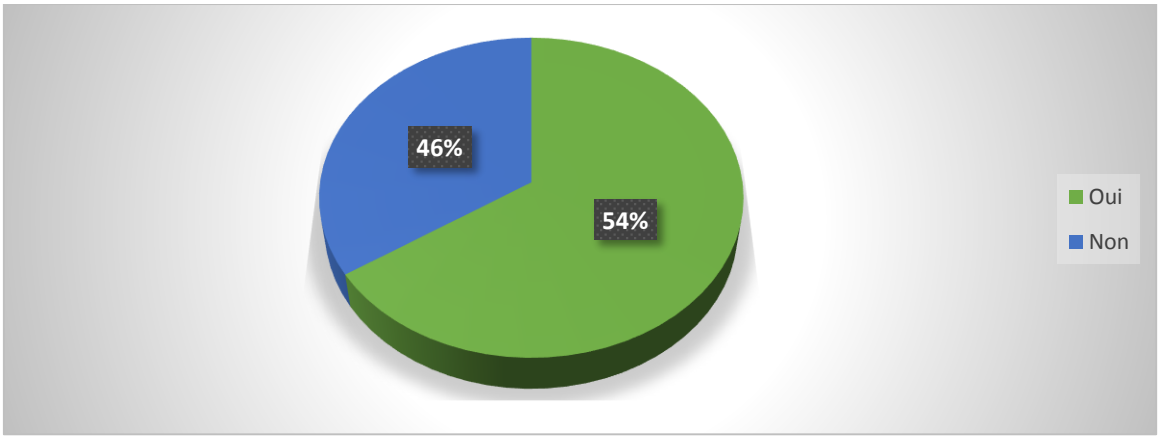
Source : Données collectées novembre 2023

D'après ce graphique, notons que 56% de nos interrogées sentent parfois que les attentes envers elles sont différentes de celles des garçons et 44% pensent plutôt le contraire. Nous pouvons donc déduire que la grande majorité de notre population pense que ce qu'attend la société d'elle est bien différent à celui des garçons. Comme une joueuse qui dit, *« oui, les attentes sont bien différentes. Bien que je sois footballeuse, la société attend que je sois une*

bonne mère, une bonne cuisinière… » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 7

Problèmes personnels, tels que des amitiés difficiles et participation au football



Source : Données collectées novembre 2023

De cette figure, nous comprenons que 54% des filles affirment avoir eu des problèmes personnels qui ont eu un impact sur leur pratique et 46% estiment n'avoir eu aucun problème personnel qui pourrait impacter leur performance dans le football. Nous déduisons donc que la plupart de nos enquêtées ont eu des problèmes personnels qui ont influencé leur participation.

Tableau VIII

Influence des médias ou de la société sur la manière dont les filles engagées dans le football sont perçues

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Fortement en désaccord	05	05
En désaccord	16	16
Neutre	10	10
D'accord	54	54
Fortement d'accord	15	15
Total	100	100

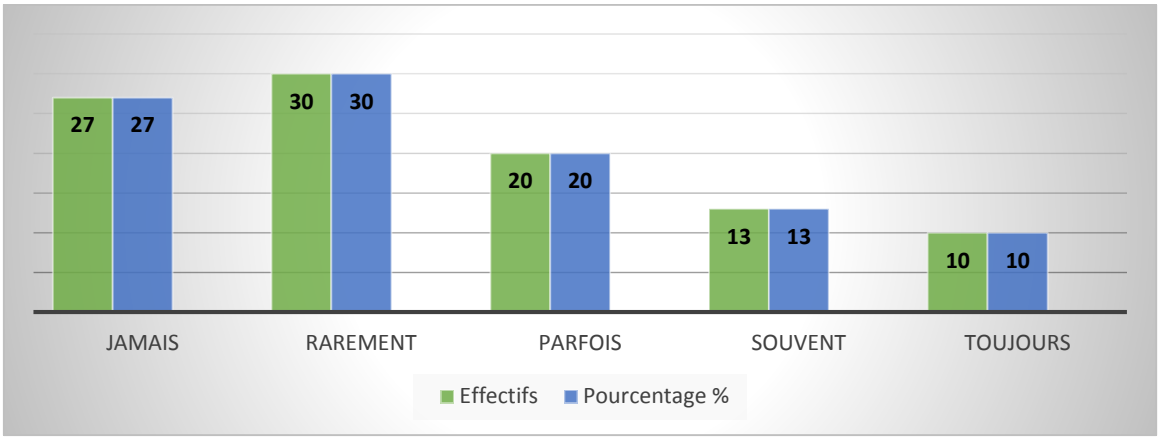
Source : Données collectées novembre 2023

D'après ce tableau, 05% de ces filles sont fortement en désaccord et 16% sont en désaccord et pensent donc que les médias ou la société n'ont aucune influence sur les façons dont les filles dans le football sont perçues. 54% sont en accord et 15% sont fortement d'accord et

pensent que et la société et les médias ont une influence sur les façons ont-elles perçues.

Figure 8

Témoin de comportements intimidants ou de harcèlement dans le cadre du football féminin

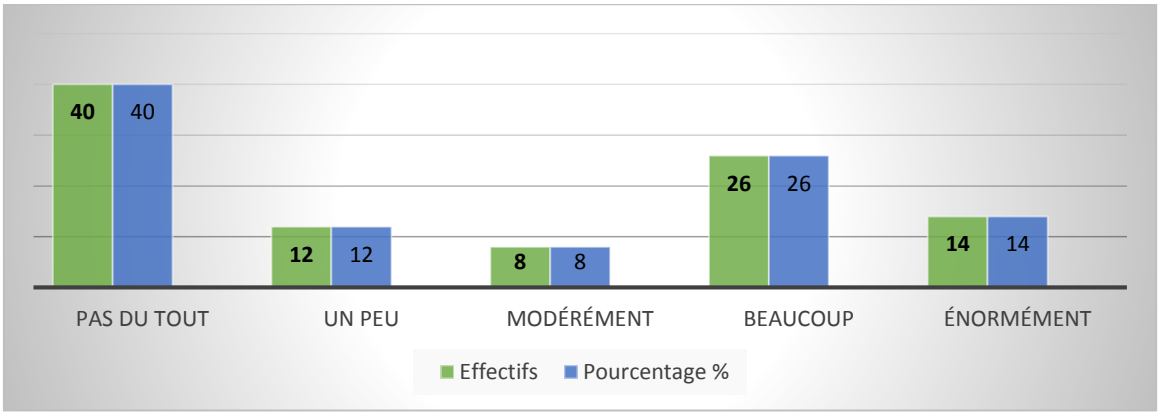


Source : Données collectées novembre 2023

D'après l'observation de cette figure, nous notons que 27% de ces filles n'ont jamais été témoins de comportements intimidants ou de harcèlement, 30% ont été rarement témoin de comportements intimidant ou de harcèlement, 20% y sont parfois témoin et 10% y sont souvent témoin. Nous déduisons après analyse que peu de joueuses ont été témoin d'un harcèlement ou comportement dits intimidants ce qui révèle malgré la portion réduite. Ce qui suggère que les filles sont victimes de harcèlement dans le football.

Figure 9

Soutien par les entraîneurs et coéquipières pendant des moments de difficultés dans le football



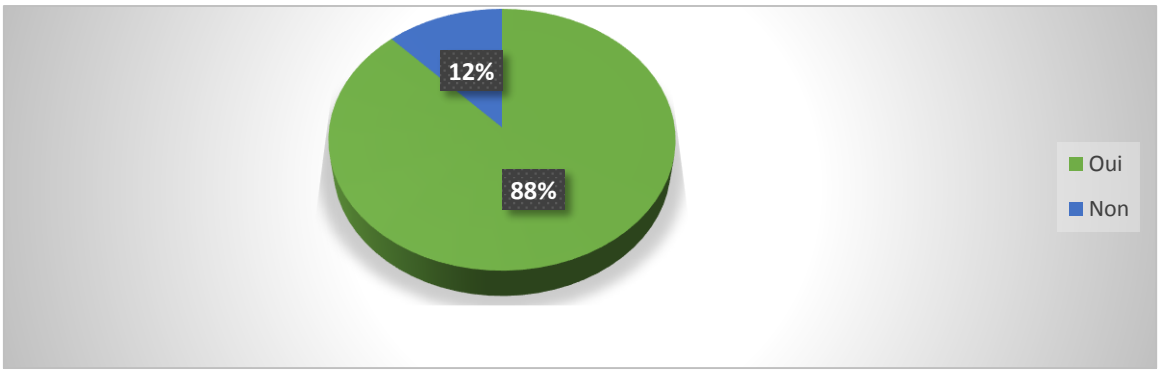
Source : Données collectées novembre 2022

Cet histogramme nous permet de dire que 40% des joueuses enquêtées ne sont pas du tout

soutenu en périodes difficiles, 12% sont un peu soutenues, 08% sont modérément soutenues, 26% sont beaucoup soutenues et 14% sont énormément soutenues. Nous conclure en disant que la plupart des filles engagées dans le football interrogées ne sont soutenues ni par les entraineurs ni les coéquipières lorsqu'elles se retrouvent en face des difficultés dans le football.

Figure 10

Différence culturelle et tensions dans les équipes de football féminin

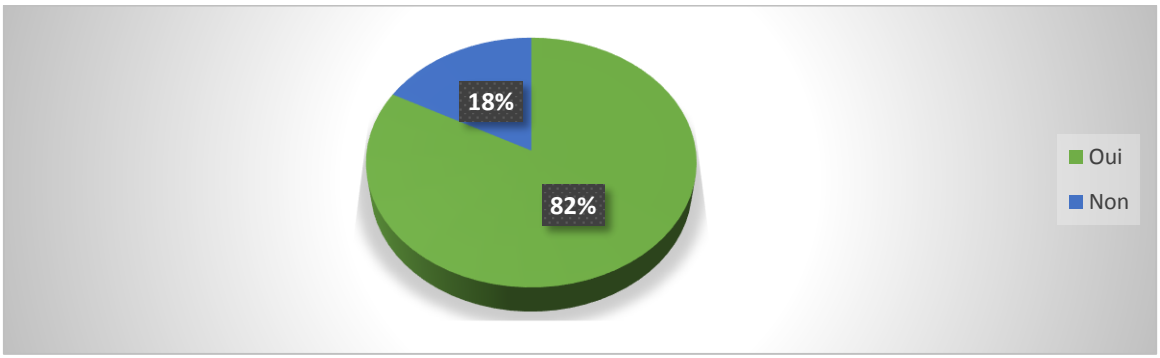


Source : Données collectées novembre 2023

Ici, 88% de ces enquêtées pensent que les différences culturelles peuvent parfois causer des tensions dans l'équipe de football et 12% voient le contraire. Nous finissons en disant que très peu sont celles qui pensent que les différences culturelles ne peuvent être le socle d'aucune tension dans leur équipe.

Figure 11

Difficultés à t'exprimer librement en tant que jeune footballeuse

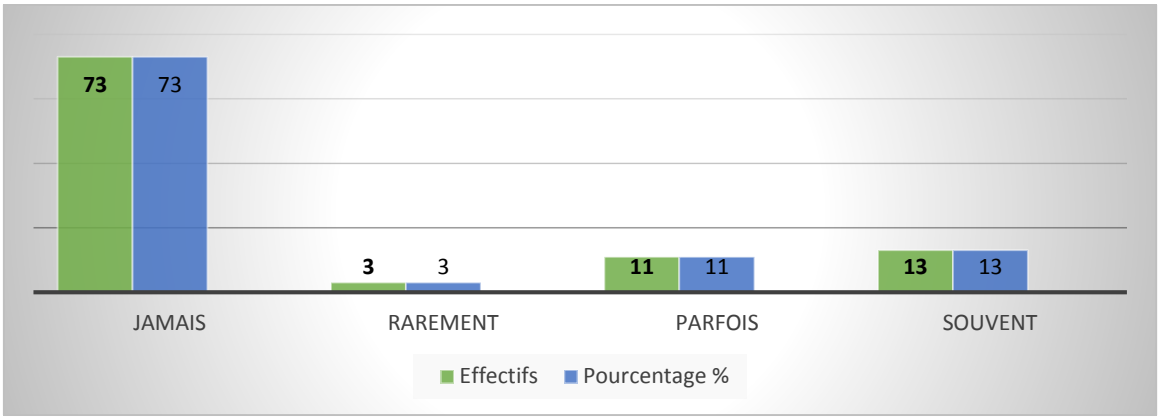


Source : Données collectées novembre 2023

À la question de savoir si elles ont des difficultés à s'exprimer librement, 82% ont répondu oui et 18% arrivent à s'exprimer librement. Nous pouvons dire que beaucoup parmi nos enquêtées, éprouvent d'énormes difficultés à s'extérioriser.

Figure 12

Sentiment de mise à l'écart par d'autres joueuses de football



Source : Données collectées novembre 2023

Nous comprenons de cette que 73% des filles questionnées ne se sont jamais senties exclues de l'équipe par leurs coéquipières, 03% se sont rarement senties mises à l'écart, 11% ont été parfois exclues et 13% ont été souvent exclues par d'autres joueuses. Nous pouvons dire par la suite que beaucoup sont celles qui se sont toujours senties en équipe ; ce qui pourrait nous permettre de dire que les filles ont pour la plupart l'esprit d'équipe. Pour nous faire comprendre, prenons cet extrait :

« *Nous travaillons toujours en équipe, même en plein match, on se sent coudé.* » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau IX

L'âge comme un obstacle dans le football féminin

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Oui	100	100
Non	00	00
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Dans ce tableau, la totalité des enquêtées (100%) est d'accord sur le fait que l'âge peut constituer un obstacle dans le football féminin. Aucune ne pense que l'âge n'est pas un facteur contraignant. Ces résultats soulignent une perception unanime parmi les footballeuses interrogées que l'âge peut être un défi dans leur pratique du football. À titre illustratif, prenons ces témoignages

« Oui, l'âge est un problème. On dirait qu'on attend toujours que les jeunes soient plus âgées

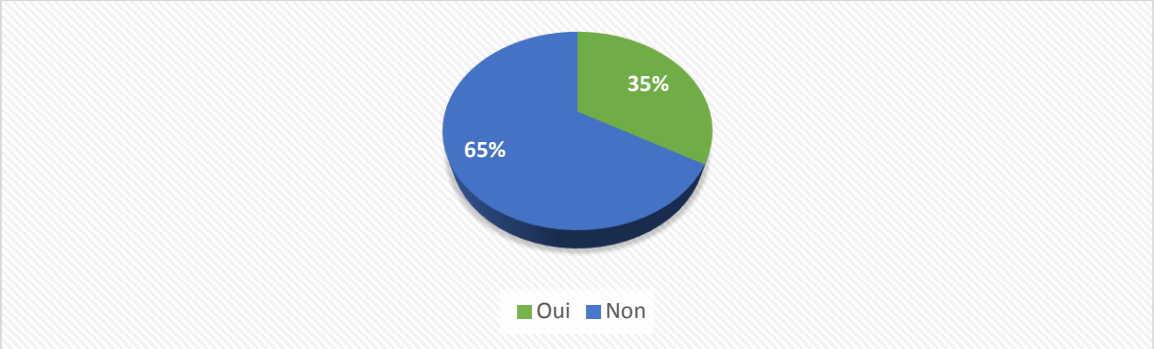
pour être considérées sérieusement dans le football. C'est comme si on devait attendre d'avoir un certain âge avant que notre passion ne soit prise au sérieux. »

« C'est frustrant, même quand on a du talent, on nous dit parfois que nous sommes trop jeunes pour comprendre pleinement le jeu. Cela limite les opportunités pour les jeunes joueuses comme moi. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Les deux témoignages soulignent une frustration partagée parmi les jeunes footballeuses, suggérant que l'âge est perçu comme un obstacle entravant leur reconnaissance et leur participation sérieuse dans le monde du football.

Figure 13

Confrontation à des attentes irréalistes en tant que jeune fille jouant au football



Source : Données collectées novembre 2023

35% des enquêtées ont confirmé avoir été confrontées à des attentes irréalistes en tant que jeunes filles jouant au football, tandis que 65% n'ont pas rapporté de telles expériences. Ces résultats suggèrent que bien que certaines jeunes footballeuses aient rencontré des attentes difficiles, la majorité n'a pas été soumise à des pressions irréalistes.

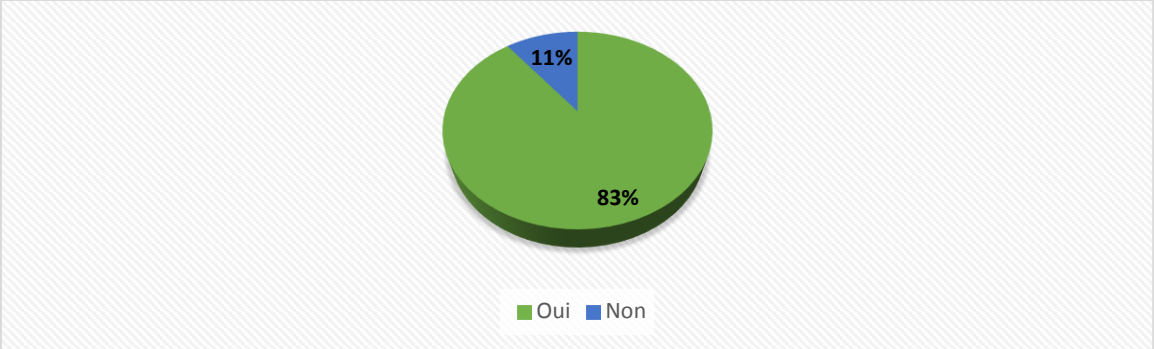
Voici deux témoignages qui confirment que certaines jeunes footballeuses ont dû faire face à des attentes déraisonnables, tandis que d'autres ont eu la chance de bénéficier d'un environnement plus compréhensif.

« Oh oui, on s'attend parfois à ce que nous soyons parfaites, comme si une seule erreur était inacceptable. C'est épuisant de sentir qu'on doit constamment être au sommet de notre jeu, sans espace pour grandir ou apprendre. »

« Heureusement, je n'ai pas ressenti ça. Mes entraîneurs et coéquipières comprennent que nous sommes ici pour apprendre et progresser. Mais je sais que certaines filles ont des attentes impossibles à satisfaire. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 14

Démotivation en raison de la compétitivité dans le football féminin



Source : Données collectées novembre 2023

Une proportion significative, soit 83%, des jeunes footballeuses interrogées ont exprimé se sentir parfois démotivées en raison de la compétitivité dans le football féminin. Seules 11% ne ressentent pas de démotivation liée à la compétitivité. Ces résultats indiquent un impact négatif généralisé de la compétitivité sur la motivation des joueuses. Les extraits suivants convergent vers l'idée que la compétitivité excessive peut être un obstacle à la motivation des jeunes footballeuses :

« La compétition peut être épuisante. Parfois, on a l'impression que tout le monde veut être le meilleur, et cela peut être décourageant. Ça ne devrait pas être toujours une bataille constante. » Extrait d'entretien novembre 2023.

« C'est difficile de rester motivée quand chaque match semble être une lutte acharnée. On veut toutes réussir, mais cela crée aussi une pression intense qui peut être démoralisante. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau X

Soutien émotionnel pour faire face aux défis du football

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Jamais	44	44
Rarement	54	54
Parfois	02	02
Souvent	00	00
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Une majorité, soit 54%, des jeunes footballeuses estiment ne recevoir que rarement du

soutien émotionnel pour faire face aux défis du football. 44% déclarent ne jamais recevoir un tel soutien, tandis que seulement 02% indiquent en recevoir parfois. Aucune réponse n'a suggéré une fréquence élevée de soutien émotionnel. Nous pouvons donc retenir que le soutien émotionnel est insuffisant pour les jeunes footballeuses. Se suivent quelques données qualitatives pour étayer l'apport quantitatif

« On se débrouille souvent seules avec nos émotions. Les entraîneurs sont là pour le physique, mais l'aspect émotionnel est souvent négligé. Ça serait bien d'avoir plus de soutien dans ce domaine. »

« Le soutien émotionnel est rare, on a parfois besoin de parler de la pression, des doutes, mais cela n'est pas vraiment encouragé. C'est comme si on devait être fortes tout le temps. »

Extrait d'entretien novembre 2023.

<u>Partie 3:</u> Répercussion des obstacles sur le Bien-être des Jeunes Footballeuses

Tableau XI

Impact des obstacles rencontrés dans le football sur le bonheur général

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Un peu	08	08
Modérément	23	23
Beaucoup	33	33
Énormément	36	36
Total	100	100

<u>Source :</u> Données collectées novembre 2023

Les résultats montrent que 36% des jeunes footballeuses estiment qu'elles ressentent un énorme impact sur leur bonheur général en raison des obstacles rencontrés dans le football. Un pourcentage significatif de 33% indique une influence considérable, tandis que 23% signalent un impact modéré. Seulement 08% déclarent un impact léger, et aucune n'affirme ne pas ressentir d'impact. Nous pouvons déduire que les obstacles dans le football ont un impact significatif sur le bonheur général des jeunes footballeuses, comme le soulignent celles- ci.

« C'est vraiment dur parfois. Les obstacles dans le football peuvent affecter l'humeur, surtout quand ça semble être constant. Cela influe définitivement sur mon bonheur quotidien »

« Ça peut être énorme. Quand tu te bats pour chaque opportunité, et que les obstacles

persistent, ça pèse sur le moral. Des fois, ça gâche même la joie du jeu. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XII

Impact des difficultés dans le football sur la confiance en soi

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Pas du tout	00	00
Un peu	25	25
Beaucoup	54	54
Modérément	12	12
Énormément	09	09
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Aucune participante n'affirme que les difficultés dans le football n'aient aucun impact sur sa confiance en soi. La majorité (54%) ressent une énorme influence, suivie de près par 25% qui déclarent un impact léger. Cependant, 12% signalent un impact important ou modéré sur leur confiance en elles. L'idée que les difficultés dans le football ont un impact significatif sur la confiance en soi des jeunes footballeuses est bien plus étayée par ces propos :

« C'est difficile de ne pas douter parfois. Les difficultés dans le football peuvent te faire remettre en question, même si tu es sûre de toi. Ça joue sur la confiance. »

« C'est comme une spirale. Les obstacles s'accumulent, et ça peut vraiment entamer ta confiance. Parfois, tu te demandes si tu es à la hauteur. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XIII

Stress et anxiété liée au football

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Jamais	00	00
Rarement	01	01
Parfois	11	11
Souvent	54	54
Toujours	34	34
TOTAL	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

Une proportion importante de 54% des jeunes footballeuses ressent souvent du stress ou de l'anxiété liée au football. 34% déclarent ressentir ces sentiments constamment. Aucune ne signale ne jamais ressentir de stress ou d'anxiété dans le contexte footballistique. 11 déclarent avoir parfois ressentir du stress et de l'anxiété et 01% pense être rarement stressée. Nous pouvons conclure en disant que très peu sont celles qui ne ressentent pas de l'anxiété et du stress et donc la majorité de nos enquêtées sont stressées et anxieuses. Quelques extraits nous font découvrir cette réalité: *« C'est comme une charge constante. Des matchs stressants, des attentes élevées. Ça peut devenir accablant à certains moments. »*

« Il y a une pression constante. Tu veux bien faire, mais cela crée du stress. Même en entraînement, il y a toujours cette tension. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XIV

Obstacles psychosociaux dans le football et performances scolaires

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Beaucoup	48	48
Énormément	39	39
Modérément	11	11
Pas du tout	02	02
Un peu	00	00
Total	100	100

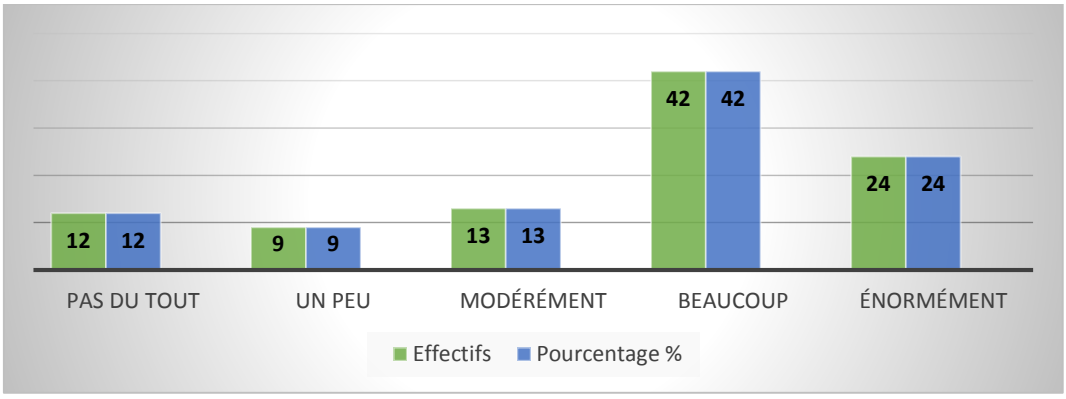
Source : Données collectées novembre 2023

Plus de la moitié, soit 48%, des jeunes footballeuses estiment que les obstacles psychosociaux influencent beaucoup leurs performances scolaires. Cependant, 39% pensent que ces obstacles ont un énorme impact, tandis que 11% jugent cet impact modéré. Seul 02% signalent que ces défis n'ont aucun impact ou peu d'impact sur leurs performances scolaires. Nous pouvons établir que, pour la majorité des jeunes footballeuses les obstacles psychosociaux dans le football déteignent sur leurs performances scolaires. Voici un extrait de notre entretien pour plus de compréhension.

« Pour moi, ce n'est pas du tout facile puisqu'il m'arrive parfois de revivre ces humiliations, en même en pleine composition. C'est parfois dur de rester concentrée après des moments difficiles sur le terrain. Il m'arrive de revoir toutes ces scènes dans le cahier si bien que j'ai du mal à apprendre » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 15

Impact des difficultés psychosociales sur l'estime de soi.



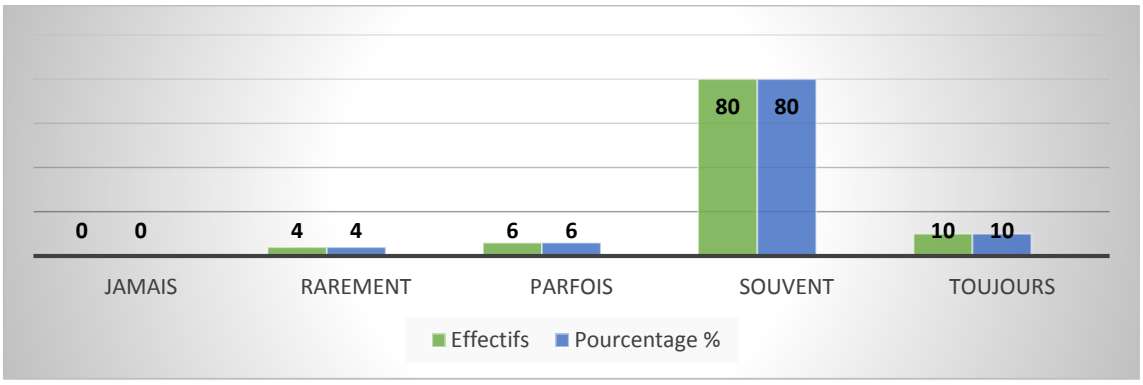
Source : Données collectées novembre 2023

Les résultats indiquent que 13% des jeunes footballeuses ressentent modérément des impacts sur leur estime de soi en raison des obstacles psychosociaux dans le football. 09% ressentent que ces obstacles ont un léger impact sur leur estime de soi. Une proportion de 12% déclare que leur estime de soi n'est pas du tout affectée, tandis que 42% signalent que ces difficultés ont un grand impact sur la manière dont elles se perçoivent en tant que joueuses. Nous déduisons donc en disant que l'estime de soi de la majorité des joueuses enquêtées est souvent affectée par les obstacles qu'elles rencontrent. Appuyons nos données par les propos de deux de nos enquêtées : *« Ça dépend des jours, mais globalement, je pense que je ne suis assez forte mentalement. Les obstacles dans le football touchent trop la manière dont je me vois moi-même. »* Extrait d'entretien.

« C'est difficile à admettre, mais parfois, surtout après une défaite ou des critiques constantes, tu te demandes si tu es à la hauteur. Ça joue sur la confiance en soi. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 16

Difficultés à maintenir un équilibre émotionnel en raison des défis dans le football



Source : Données collectées novembre 2023

La majorité de 80% des jeunes footballeuses déclare éprouver souvent des difficultés à maintenir un équilibre émotionnel en raison des défis dans le football. 10% affirment avoir toujours de difficultés.06% déclarent éprouver parfois de problèmes à maintenir un équilibre émotionnel. 04% éprouvent rarement de difficultés. Aucune n'affirme ne jamais ressentir ces difficultés. Nous concluons que la grande partie de notre population cible éprouve de difficultés à maintenir un équilibre émotionnel. En témoignent :

« C'est constant, surtout quand tu es passionnée par le jeu. Les hauts et les bas peuvent vraiment déséquilibrer tes émotions. »

« Il y a des jours où c'est génial, mais d'autres, tu rentres chez toi, et tu ne peux pas t'empêcher de replonger dans les difficultés du terrain. Ça peut être vraiment émotionnellement éprouvant. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XV

Impact des difficultés psychosociale sur la relation familiale

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Pas du tout	11	11
Un peu	72	72
Modérément	11	11
Beaucoup	06	06
Énormément	00	00
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

La majorité de 72% déclare que les difficultés dans le football influencent leurs relations familiales. 11% pensent ces obstacles interfèrent légèrement leurs relations familiales ; 06% pensent qu'ils affectent beaucoup leurs relations avec leurs familles. Seuls 11% affirment que cela n'a aucun impact. Nous pouvons donc dire que les relations familiales de nos interrogées sont réellement affectées en raison des difficultés qu'elles rencontrent dans le football.

« Ma famille ne comprend pas toujours pourquoi je m'investis autant dans le football. Ça crée parfois des tensions, mais on arrive à trouver un équilibre. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XVI

Abandon du football en raison des difficultés rencontrées

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Jamais	18	18
Rarement	13	13
Parfois	21	21
Souvent	28	28
Toujours	20	20
TOTAL	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

À la lecture de ce tableau, on observe que 28% des jeunes footballeuses ont souvent pensé à abandonner le football en raison des obstacles rencontrés, avec 20% affirmant le penser toujours, 13% affirment le penser souvent et 21% déclarent le penser parfois. Un pourcentage significatif de 18% déclare n'avoir jamais envisagé l'abandon. Nous pouvons dire que les obstacles qu'elles rencontrent engendrent d'énormes émotions assez complexes en elles au point où elles sentent décourager jusqu'à penser à abandonner. Mais la majorité en arrive à garder le cap. Les données qualitatives suivantes nous permettent de soutenir cette conclusion :

« Il y a des moments où tout semble trop difficile, mais je n'ai jamais sérieusement pensé à abandonner. C'est ma passion, même si ça peut être dur. » Extrait d'entretien novembre 2023.

« J'ai souvent des moments de doute, surtout après des matchs difficiles. Mais, à la fin de la journée, l'amour pour le jeu l'emporte sur les difficultés. » Extrait d'entretien novembre 2023.

« Je me sens souvent démotivée surtout. Toi aussi mets-toi à ma place où tu entends après un match : oooorrh (exclamations) elle est contre notre équipe, elle ne connait rien ou tu rencontres un supporteur qui te en face arbitre ''gorgounon '' (injures en langue fon) ou il te dit les hommes arbitrent mieux que vous. L'envie de revenir arbitrer te passe net dessus.» Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XVII

Impact des obstacles psychosociaux sur l'engagement global dans la vie

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Beaucoup	81	81
Un peu	19	19
Modérément	00	00
Pas du tout	00	00
Énormément	00	00
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

L'analyse de ce tableau révèle que la majorité de 81% des jeunes footballeuses estime que les obstacles dans le football affectent leur engagement global dans la vie. Et seuls 19% pensent que leur engagement général est affecté par les défis auxquels elles font face. Nous pouvons en déduire que ces obstacles ont un impact significatif sur l'engagement global dans la vie de la majeure partie de nos footballeuses.

Tableau XVIII

Impact des défis mentaux sur la qualité du sommeil

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Jamais	00	00
Rarement	17	17
Parfois	25	25
Souvent	51	51
Toujours	07	07
TOTAL	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

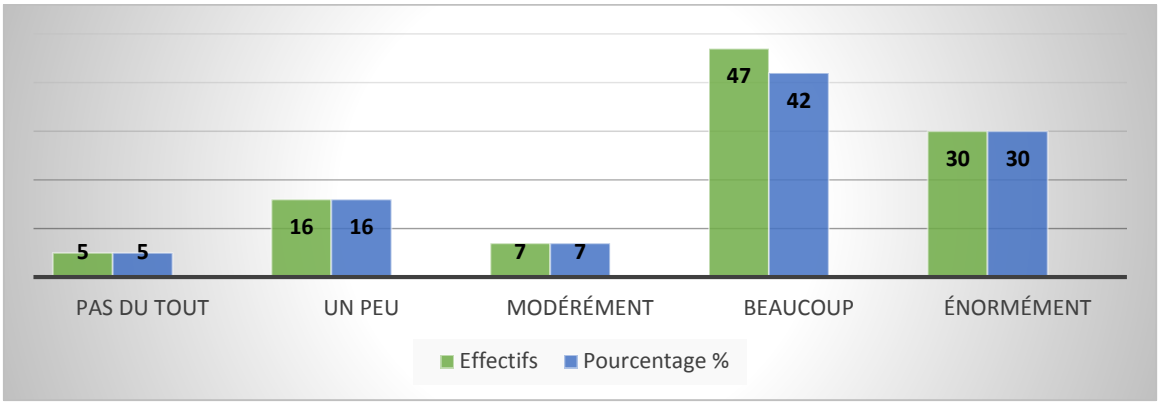
À la lecture de ce tableau, on observe que 51% des jeunes footballeuses déclarent que les défis dans le football ont parfois à toujours un impact sur leur sommeil. 17% déclarent que ceux-ci ont rarement d'impact sur la nature de leur sommeil. Nous déduisons que l'état de sommeil de nos questionnées est perturbé par les problèmes qu'elles rencontrent dans le football. Durant l'entretien, certaines se sont confiées en ces termes :

« Les nuits avant un grand match peuvent être agitées. On pense à la stratégie, à la performance. Ça peut être difficile de trouver le sommeil. » Extrait d'entretien novembre 2023.

« Après une défaite, il y a toujours ce sentiment d'inachevé. Ça peut vous hanter la nuit. C'est comme si le match continuait dans vos rêves. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Figure 17

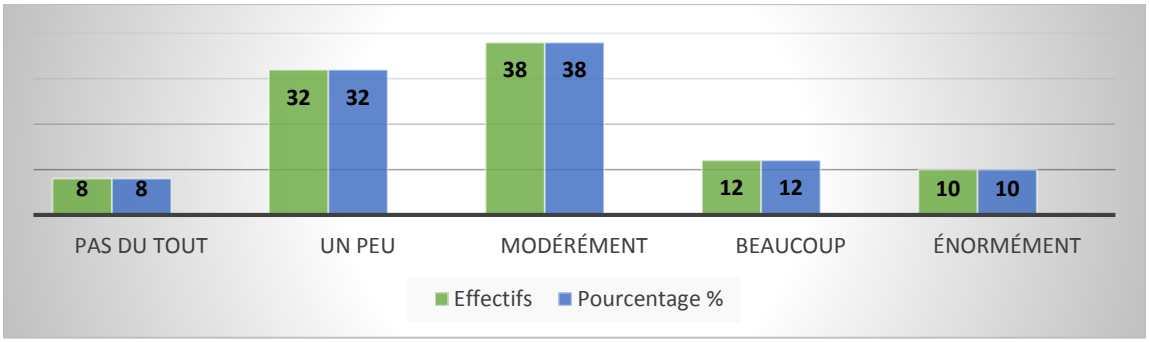
Influence des obstacles psychosociaux sur la performance sportive.



Source : Données collectées novembre 2023

L'analyse de ce graphique révèle que 47% des jeunes footballeuses estiment que les difficultés rencontrées influencent leur performance sportive, 07%, 16% déclarent que les difficultés rencontrées impactent leur manière de jouer sur le terrain à un degré modéré et faible ; et 30% déclarant que cela a un impact énorme. Seule une minorité de 05% affirme qu'elles n'influencent en aucun cas leur performance sur le terrain. Excepté cette petite portion, la grande partie de notre échantillon pense que leur performance sportive est influencée par les obstacles dans le football.

Figure 18
Impact des obstacles rencontrés sur la perception de soi



Source : Données collectées novembre 2023

L'analyse de ce graphique révèle que 38% des jeunes footballeuses estiment que les obstacles dans le football ont au moins un impact modéré sur leur perception d'elles-mêmes. 12% et 10% estiment qu'ils ont beaucoup voire énormément d'impact sur leur perception d'elles même.

32% pensent qu'ils ont peu d'impact sur elles et 08% que ces derniers n'ont jamais touché leur perception d'elles-mêmes. Nous pouvons conclure que les difficultés auxquelles elles font face affectent également leur perception d'elles-mêmes.

Tableau IX

Recherche de soutien psychologique pour faire face aux obstacles dans le football.

Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Jamais	86	86
Rarement	13	13
Parfois	00	00
Souvent	00	00
Toujours	00	00
TOTAL	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

À la lecture de ce tableau, on observe que 86% des jeunes footballeuses n'ont jamais cherché de soutien professionnel ou psychologique pour faire face aux obstacles dans le football. 13 % estiment le faire rarement. Nous pouvons donc conclure presque toutes les jeunes footballeuses ont une réticence à chercher un soutien professionnel. Pour renforcer nos chiffres, quelques enquêtées ont révélé ceci en entretien :

« On n'a jamais vraiment pensé que c'était une option. On se débrouille avec nos coéquipières, mais un soutien externe pourrait peut-être aider. » Extrait d'entretien novembre 2023.

« Il y a encore une stigmatisation autour du soutien psychologique. On ne veut pas sembler faible. » Extrait d'entretien novembre 2023.

Tableau XX

Prise en compte du bien-être émotionnel des jeunes footballeuses

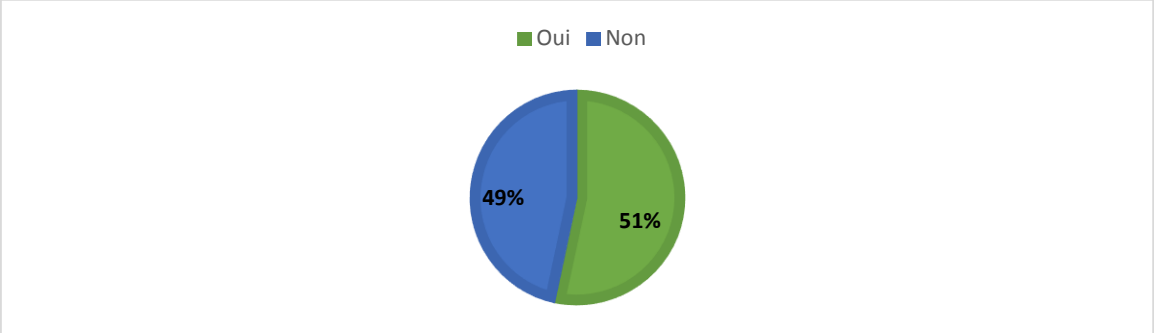
Réponses	Effectifs	Pourcentages %
Pas du tout	84	84
Un peu	12	12
Modérément	14	14
Beaucoup	00	00
Énormément	00	00
Total	100	100

Source : Données collectées novembre 2023

L'analyse de ce tableau révèle que 84% des jeunes footballeuses estiment que le bien-être émotionnel n'est pas du tout pris en compte. 12% pensent qu'il est un peu pris en compte tandis que 14% pensent qu'il est modérément pris en compte. Nous déduisons que le bien-être émotionnel des joueuses est bafoué et non pris en considération.

Figure 19

Capacité de surmonter les obstacles dans le football avec un soutien approprié



Source : Données collectées novembre 2023

En analysant cette figure, on constate que 51% des jeunes footballeuses estiment qu'avec un soutien approprié, elles sont capables de surmonter les obstacles dans le football. 49% s'estiment incapables de surmonter les obstacles même avec un soutien approprié. Nous pouvons conclure qu'avec un soutien approprié, la plupart de nos enquêtées arrivent à braver les défis auxquels elles font face.

4-2 DISCUSSION DES RÉSULTATS DE LA RECHERCHE

Notre recherche sur les difficultés psychosociales que rencontrent les filles dans le monde footballistique nous a permis de collecter des informations au sujet des obstacles psychosociaux que rencontrent les jeunes filles qui sont engagées dans cette pratique sportive. Ainsi, nos travaux révèlent que les pressions pour abandonner le football en raison des jugements liés au niveau de compétence et les stéréotypes de genre affectent significativement la participation des jeunes filles au football à Abomey-Calavi. Ceci rejoint les travaux de Williams (2007), qui montrent que les femmes subissent souvent des pressions sociales pour se conformer aux normes de genre traditionnelles, ce qui peut influencer leurs choix de carrière ou d'activités, y compris dans le sport. Dans ce même sillage, nous retrouvons Kane (1995) qui par ses recherches a démontré que les stéréotypes de genre et les attentes sociales ont été identifiés comme des obstacles significatifs pour les femmes souhaitant s'engager dans des domaines considérés comme masculins, tels que le football. Il apparaît que la majorité des jeunes footballeuses interrogées ont été confrontées à des comportements discriminatoires, mais ne

rencontrent généralement pas de difficultés majeures à concilier le football avec d'autres responsabilités. Des études menées par Dixon et Warner (2007) ont révélé que les jeunes athlètes, bien que passionnés par leur sport, réussissent souvent à équilibrer leurs engagements sportifs avec d'autres responsabilités telles que les études. Cependant, leurs travaux ont également montré que des difficultés peuvent surgir dans des cas spécifiques, mais cela ne semble pas être une tendance dominante parmi les sportives. De même, une majorité significative perçoit des attentes différentes par rapport aux garçons dans le football. Des recherches menées par Pfister (2010) et Scraton (1992) ont montré que les attentes envers les filles dans le sport, y compris le football, diffèrent souvent de celles imposées aux garçons. Les attentes sociales et culturelles peuvent être influencées par des stéréotypes de genre, plaçant parfois des contraintes supplémentaires sur les filles pour répondre à des normes de comportement spécifiques en dehors du domaine sportif. Plus loin, les données collectées corroborent les conclusions de recherches antérieures de celle de Brown et al. (2012), Messner (2009) et Aitchison (2015) ; Fasting et al. (2019) et Nixon et al. (2014), qui confirment que les problèmes personnels peuvent impacter la participation au football, que les médias et la société influencent la perception des filles dans ce sport, et que les comportements intimidants ou de harcèlement peuvent être présents dans le cadre du football féminin. De même Kassing et Matthews (2010) ont mis en évidence que les différences culturelles au sein d'une équipe sportive peuvent être source de tensions, notamment en raison des diversités de langues, de valeurs, ou de perceptions sur le sport et les rôles des jeunes filles confirmant ainsi que le manque de soutien en période de difficultés, les tensions liées aux différences culturelles au sein de l'équipe et les difficultés à s'exprimer librement sont des réalités auxquelles font face les jeunes footballeuses . En plus, les aspects psychosociaux tels que le soutien émotionnel insuffisant sont revenus comme étant des obstacles fréquemment rencontrés par nos enquêtées dans le football féminin. Comme l'ont souligné des études précédentes menées par Darnell et al. (2009), qui insistent sur la carence en soutien émotionnel qui figure comme un problème capital chez les jeunes filles qui s'investissent dans les sports masculins. Ces données renforcent ainsi la validité de nos données et nous permettent de confirmer notre première hypothèse qui admettait que les jeunes filles engagées dans le football à Abomey-Calavi sont confrontées à de nombreuses difficultés psychosociales.

Dans le but d'explorer les influences diverses de ces défis sur leur bien-être, notre étude nous a révélé que les obstacles psychosociaux rencontrés par les jeunes footballeuses ont un impact significatif sur leur bonheur général en affectant leur humeur, leur capacité à gérer le stress en

dehors du contexte sportif ; en engendrant des émotions difficiles à gérer comme la tristesse, la frustration ou la déception. Ces résultats concordent avec des recherches antérieures (Mack et al, 2017) qui démontrent que les aspects psychosociaux tels que la compétitivité, le soutien émotionnel insuffisant et les obstacles rencontrés dans le sport peuvent avoir un impact considérable sur le bien-être mental et émotionnel des jeunes athlètes, notamment dans le football féminin. Ainsi, la pression sociale, les attentes élevées, les stéréotypes génèrent du stress et de l'anxiété ce qui engendre des niveaux de détresse mentale plus élevés chez elles. De même les difficultés dites relationnelles ou des difficultés dans l'acceptation sociale secouent la confiance en soi des jeunes ce par quoi des doutes et la faiblesse de l'estime de soi, la carence de la confiance en soi s'installent (Bandura 1997 ; Gould et al. 1996). D'après nos données collectées, ces obstacles psychosociaux entrainent très souvent une diminution de leur motivation et de leur engagement dans le football du coup, elles envisagent parfois d'abandonner le football parce qu'elles se sentent désormais démotivées. Ces résultats sont conformes aux conclusions de Hagger et al. (2013) sur les facteurs de motivation et de renoncement dans le sport, indiquant que les obstacles peuvent conduire à des pensées d'abandon chez les athlètes. Ensuite, 83,80% des jeunes footballeuses déclarent que les défis dans le football ont parfois ou toujours un impact sur leur sommeil, ces résultats sont en accord avec les travaux de Lastella et al. (2015) qui ont examiné l'impact du stress lié au sport sur la qualité du sommeil des athlètes, confirmant que les compétitions importantes ou les défis sportifs peuvent altérer le sommeil des sportifs. Les témoignages des participantes font écho à ces conclusions, décrivant les difficultés à trouver le sommeil avant des matchs importants ou après des événements stressants. Du fait que les difficultés psychosociales engendrent une augmentation de niveau de stress et de l'anxiété, ces dernières n'arrivent plus à se concentrer sur le jeu. Par conséquent, les mauvaises prises de décisions et de coordinations motrices sont observées. De même, d'après nos données qualitatives, des difficultés dans des sphères, qui jouent un rôle important dans le développement de la confiance en soi comme les interactions de groupes et inclusion sociale, peuvent provoquer une baisse de la confiance, une communication inefficace, une coordination médiocre sur le terrain et des difficultés à développer des stratégies collectives. Aussi la majorité des jeunes footballeuses estiment en effet que leurs difficultés dans le football influencent leurs performances sportives, ce résultat est également cohérent avec des études antérieures de Eccles et Tenenbaum (2004), qui mettent en lumière comment les défis psychosociaux peuvent impacter les facteurs de la performance sportive. Tout comme les recherches de Ginis et al. (2014) qui ont examiné l'impact psychologique des obstacles dans le sport sur l'estime de soi des athlètes, en soulignant que les

défis et les critiques peuvent affecter négativement la perception de soi des sportifs, un nombre important de nos jeunes footballeuses estiment que les obstacles dans le football ont au moins un impact modéré sur leur perception d'elles-mêmes. De même la plupart des jeunes footballeuses estiment être capables de surmonter les obstacles dans le football avec un soutien approprié. Cette perception optimiste est essentielle et correspond à des travaux antérieurs soulignant l'importance du soutien social et professionnel pour aider les sportifs à faire face aux défis (Reardon et Factor, 2010). Malheureusement, nous avons noté une réticence à chercher un soutien psychologique, combinée à la perception d'un manque de prise en compte du bien-être émotionnel. En somme, ces résultats soutiennent l'hypothèse selon laquelle les facteurs psychosociaux pourraient potentiellement influencer différents aspects de leur vie y compris la santé mentale et la performance sportive. En résumé, nos données ont révélé que les filles engagées dans le football à Abomey-calavi, rencontrent réellement des difficultés d'ordre psychosocial qui interfèrent tant sur leur santé mentale que sur physique en provoquant des problèmes tels que le stress, l'anxiété, la mauvaise estime de soi, l'isolement, pour ne citer que ceux-là. Notre recherche comporte toutefois certaines limites, d'abord parce qu'elle se focalise sur certains enjeux et leurs répercussions sur le bien-être mental et la performance sur les joueuses. D'autres pourraient effectivement mériter une attention singulière et profonde, comme celles liées à l'impact de l'image corporelle sur la performance spotive et au manque de temps libre des femmes, comme celles liées aux socles de démotivation dans le monde footballistique, comme celles liées à l'impact des blessures physique sur la confiance en soi. Du fait que certains sujets demeurent insuffisamment documentés, il existe peu de données sur les défis particuliers que pourraient rencontrer les femmes à faible revenu, racistes ou en situation de handicap. Il en va de même pour ce qui est des salaires des athlètes ainsi que des ressources allouées au soutien et au développement du sport féminin ; de plus amples analyses gagneraient à être faites sur ces thèmes pour prendre la mesure des disparités entre femmes et hommes.

4.3. PERSPECTIVES

Néanmoins, la présente étude permet d'émettre quelques éléments de perspective afin d'améliorer l'expérience sportive des joueuses

- Organiser des ateliers impliquant les familles, les entraîneurs et la communauté pour sensibiliser sur les défis spécifiques rencontrés par les filles dans le football. Ces séances visent à encourager un soutien familial et communautaire accru envers les jeunes footballeuses.
- Offrir des services de soutien psychologique accessibles aux jeunes footballeuses.

Des séances de counseling ou des interventions de groupe peuvent aider à gérer le stress, l'anxiété et développer des compétences de résilience face aux obstacles.

- Intégrer des programmes éducatifs dans la formation sportive. Ces programmes devraient aborder des compétences en matière de gestion du stress, de confiance en soi et de bien-être émotionnel pour aider les joueuses à naviguer efficacement à travers les défis psychosociaux du football.
- Organiser des campagnes de sensibilisation visant à promouvoir l'égalité des genres dans le sport. Ces campagnes doivent cibler la déconstruction des stéréotypes de genre associés aux rôles féminins dans le football et encourager l'acceptation de la diversité des talents et des compétences.
- En adoptant ces stratégies intégrées et en offrant un soutien complet, les organisations sportives, les équipes et les communautés peuvent contribuer à créer un environnement plus inclusif et favorable où les jeunes footballeuses pourront s'épanouir et réaliser leur plein potentiel dans le football féminin.

CONCLUSION

Notre étude a mis en lumière les défis complexes auxquels sont confrontées les jeunes footballeuses dans le contexte du football féminin à Abomey Calavi et a également révélé l'impact considérable de ces défis psychosociaux sur leur bien-être général. Les pressions liées aux normes de genre traditionnelles, les stéréotypes associés au football féminin, ainsi que le manque de soutien social et familial, sont des facteurs prédominants qui affectent la santé mentale, physique et émotionnelle de ces athlètes. Notre étude a souligné l'importance cruciale du soutien social et du mentorat pour atténuer les effets négatifs des défis rencontrés. Les programmes de mentorat et les initiatives de sensibilisation apparaissent comme des leviers essentiels pour renforcer le soutien familial, communautaire et professionnel en faveur des jeunes footballeuses. Les conclusions mettent en évidence la nécessité d'une transformation des normes socioculturelles et des politiques sportives pour créer un environnement inclusif et égalitaire. La promotion de l'égalité des genres, l'éducation sur les stéréotypes de genre, et la formation des encadreurs sont des avenues cruciales pour favoriser une culture sportive plus inclusive. Pour l'amélioration continue de l'expérience des jeunes footballeuses, il est nécessaire de mettre en œuvre des politiques et des programmes concrets visant à éliminer les difficultés psychosociales. Cela comprend la création de communautés sportives inclusives, le renforcement du soutien psychologique, et la sensibilisation continue sur les enjeux de genre dans le sport féminin. En somme, cette étude souligne l'importance d'adopter une approche holistique pour améliorer l'expérience sportive des jeunes filles engagées dans le football. L'intégration de ces recommandations pourrait contribuer à créer un environnement plus adéquat, équitable et favorable à leur épanouissement personnel et professionnel.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Abath, A. A. (2009*).* L'expérience des femmes dans les directions sportives au Québec : une « émancipation sous tutelle ». *Recherches féministes*, *22*(1), 123-145.
- Aitchison, C. (2015). *Football and Women's Participation: An Introduction*. Routledge.
- Alliott, O., et al. (2022). Do adolescents' experiences of the barriers to and facilitators of physical activity differ by socioeconomic position? A systematic review of qualitative evidence. *Obesity Reviews*, *23*(3).
- Andersen, M. B., et al. (2000). Psychological antecedents of sport injury: *Review and critique of the stress and injury model. Journal of Applied Sport Psychology, 12*(1), 5-13.
- Association canadienne pour l'avancement des femmes du sport et de l'activité physique (2016). *Le sport féminin : nourrir toute une vie de participation*. *Rapport sur l'état de la participation sportive des filles et des femmes au Canada*.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: *The exercise of control. W.H. Freeman and Company.*
- Brewer, B. W., & Petitpas, A. J. (2014). Relationships between family environment, athletic identity, and emotional well-being in collegiate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, *15*(2), 176-185.
- Burton, Laura J. (2015). Underrepresentation of women in sport leadership: A review of research. *Sport Management Review*, *18*(2), 155-165.
- Cosentino, A. B. (2017). *Women in leadership within professional sport in Canada*, Master of Arts, University of Western Ontario, London, Canada. Electronic Thesis and Dissertation Repository.
- Cratty, B. J. (2015). Understanding girls' sport participation: The influence of gender-role socialization and perceived school climate. *Journal of Teaching in Physical Education, 34*(3), 512-530.

  Danford, M. (2019). *Women ice hockey officials and gender relations in officiating.* TSpace Repository
- Darnell, S., & Marchesseault, D. (2009). Men, Masculinities, and Male Privilege in Sport. In L. A. Wenner (Ed.), Media, Sports, & Society (pp. 257-276). SAGE Publications.
- Demers, E. (2020). *La violence sexuelle vécue par les jeunes athlètes en contexte sportif : liens avec la conformité à l'éthique du sport* Corpus.

- Demers, G. (2004). Why female athletes decide to become coaches - or not. *Canadian Journal for Women in Coaching*, *4*(5), 1-9.
- Demers, G., & Bruce, K. (2018). *Groupe de travail du CFPTS sur les femmes et les filles dans le sport : rapport de recommandations*.
- Dixon, M. A., & Warner, S. (2007). *Physical activity and sport in the lives of girls: Physical and emotional contexts.* In B. L. D. Sabo & D. F. Gordon (Eds.), *Women in Sports: Theory and Practice* (pp. 187-204). Routledge
- Donnelly, P., & Young, K. (1998). *The sociology of sport: An introduction*. Routledge.
- Duffey, K. (2021). *Barriers and facilitators of physical activity participation in adolescent girls.*
- Femmes et sport au Canada (2020). *Le signal de ralliement : appel à l'action pour bâtir un système de sport réellement ouvert aux filles et aux femmes*.
- Gould, D. (1996). Psychological foundations of coaching: Stress in sport. *The Sport Psychologist, 10*(4), 295-315.
- Gould, D., et al. (1996). Psychological foundations of coaching: Stress in sport. *The Sport Psychologist, 10*(4), 295-315.
- Gouttebarge, V. (2019). Symptoms of common mental disorders in professional football (soccer) across five European countries. *Journal of Sports Science & Medicine, 18*(2), 289-295.
- Gulliver, A. (2012). Barriers and facilitators to mental health help-seeking for young elite athletes: *a qualitative study. BMC Psychiatry, 12*(1), 157.
- Hagger, M. S. (2013). Predicting success in professional soccer: A longitudinal study of big-5 personality characteristics in professional soccer players. *International Journal of Sports Science & Coaching, 8*(2), 1-12.
- Hall, M. A. (2016). The girl and the game: A history of women's sport in Canada (2nd Ed). *University of Toronto Press.*
- Hanton, S. (2009). Stress and anxiety in elite athletes. *The Sport Psychologist, 23*(4), 438-452.
- Hargreaves, J. (1994). *Sporting Females: Critical Issues in the History and Sociology of Women's Sport.* Routledge.
- Heinze, J. E., *et* al. (2017). Gender role beliefs and parents' support for athletic participation. *Youth and Society, 49*(5), 634-657.
- Holt, N. L., et al. (2008). Positive youth development in sport: *The role of psychological capital. Psychology of Sport and Exercise, 9*(3), 337-354.

- Jeanneret, N. (2020). *Les obstacles rencontrés par les joueuses de hockey sur glace de haut niveau au Québec au fil de leur carrière sportive* mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal. Archipel.
- Johnstone, L., & Sydney, M. (2012). *Engagement actif des femmes et des filles : aborder les facteurs psychosociaux*. Femmes et sport au Canada.
- *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, *61*(2), 410-429.
- Kane, M. J. (1995). Resistance/transformation of the oppositional binary: Exemplary stories of female athletes and coaches. *Quest, 47*(2), 193-212.
- Kane, M. J. (2013). The better sportswomen get, the more the media ignore them. *Communication and Sport*, *1*(3), 231-236.
- Kavussanu, M., & Stanger, N. (2017). Women in Sport: Examining the Role of Support in Overcoming Gender Stereotypes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 6*(4), 357-370.
- Lastella, M., et al. (2015). Sleep and recovery in team sport: Current sleep-related issues facing professional team-sport athletes. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, *10*(8), 950-957.
- Lauzon, E., & Demers, G. (2016). *Politique sur l'égalité entre les femmes et les hommes : recommandations Égale Action*. Égale Action.
- Leclerc, M. (2022, 31 janvier). *Hockey universitaire : des budgets 50 % moins élevés pour les équipes féminines*. Radio-Canada Sports.
- Lee, H., *et al*. (2015). A meta-study of qualitative research examining determinants of children's independent active free play. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *12*(5).
- MacArthur, P. J., et al. (2017). The Canadian state of mind: Coverage of men and women athletes in the Canadian Broadcasting Corporation's prime time broadcast of the 2014 Sochi Winter Olympic Games.
- Martin Ginis, K. A., et al. (2014). Understanding physical activity and motivation of spinal cord injury populations. *Adapted Physical Activity Quarterly, 31*(4), 362-380.
- McGarry, J. E., & Ryall, E. (2012). *Social identity and young female footballers' decisions regarding further and higher education in England. Soccer & Society, 13*(2), 151-167.
- Messner, M. A. (2002). Taking the field: Women, men, and sports. *University of Minnesota Press.*
- Messner, M. A. (2009). It's all for the kids: Gender, families, and youth sports.

University of California Press.

- Michael A., & Robin H. (2013). Women play sport, but not on TV: A longitudinal study of televised news media. *Communication and Sport, 1*(3), 203-230.
- Mogaji, E., *et al*. (2021). Financial well-being of sportswomen. *International Journal of Sport Policy and Politics, 13*(2), 299-319.
- Morneau, S. (2020, 8 mars). *Malheureusement, l'écart salarial dans le sport est encore très présent entre les hommes et les femmes*. Balle courbe.
- Ngo Mpii, J. (2018). *Women's sport in Africa: History, mythology, gender and empowerment*. Routledge.
- Norman, T., & Bruce, K. (2021). Gender inequality in Canadian interuniversity sport: Participation opportunities and leadership positions from 2010-11 to 2016-17. *International Journal of Sport Policy and Politics*, *13*(2),

  O'Reilly, N., & Cheri B. (2018). Lifelong female engagement in sport: A framework for advancing girls' and women's participation. *Journal of Applied Sport Management*, *10*(3).
- Ontario, Canada]. Recherche uO.
- Pfister, G. (2010). *Women in Football*. In G. Pfister & S. Pope (Eds.), *Football, Women, and Gender: Histories, Perspectives, and Challenges* (pp. 1-17). Palgrave Macmillan.
- Reardon, C. L., & Factor, R. M. (2010). Sport psychiatry: A systematic review of diagnosis and medical treatment of mental illness in athletes. *Sports Medicine, 40*(11), 961-980.
- Rees, T., & Hardy, L. (2011). An investigation of the social support experiences of high-level athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 2*(1), 35-50.
- Reid, K. (2016). *The untold stories of women soccer referees.* Mémoire de Masters en Art à l'Université d'Ottawa
- Rice, S. M., et *al*. (2016). Sport-related concussion and mental health outcomes in elite athletes: A systematic review. *Sports Medicine, 46*(2), 143-148.
- Sabo, D., & Jansen, S. C., Tate, S. (2004). *The women's sports foundation report: Sport and teen pregnancy.* East Meadow, NY: Women's Sports Foundation.
- Scraton, S. (1992). Shaping up to Womanhood: Gender and Girls' Physical Education. *The Falmer Press*.*Sex Roles, 74*(78), 299-309.
- Williams, J. (2007). *Boxing, Masculinity, and Identity: The "I" of the Tiger*. Routledge.

ANNEXE

Guide d'analyse des documents

Catégorie	Points examinés
Identification des documents	Titre du document Auteurs ou sources Dates de publication
Contextualisation	Contexte général et spécifique du document
Objectif du document	Cibles spécifiques (difficultés psychosociales dans le football féminin)
Conclusions et recommandations	Principales conclusions et recommandations

Questionnaire

Partie1: Données sociodémographiques

1-Quel âge avez-vous ?

12 à 15 ans ☐ 15 à 18 ans ☐ 18 à 21 ans ☐ 21 et plus ☐

2-Depuis combien de temps jouez-vous au football ?

0 à 2 ans ☐ 2 à 4 ans ☐ 4 à 6 ans ☐ 6 et plus ☐

3- Quel est votre statut ?

Ecolier ☐ Élève ☐ Etudiant ☐ Autre ☐

-Quel poste occupez-vous ?

Gardien de but ☐ Attaquant ☐ Défenseur ☐ Milieu de terrain ☐

Arbitre ☐ Entraineur ☐

Partie 2: Obstacles psychosociaux dans le Football féminin

Pour chacune des affirmations suivantes, veuillez indiquer votre degré d'accord en cochant les cases qui vous correspondent :

5-Es-tu parfois confrontée à des situations difficiles lors de tes séances d'entraînement de football?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐

Fortement d'accord ☐

6. Penses-tu que le fait d'être une fille peut parfois rendre plus difficile de jouer au football à Abomey Calavi?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐

Fortement d'accord ☐

7. Est-ce que des commentaires négatifs de tes pairs t'ont déjà découragée de jouer au football?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

8. As-tu déjà ressenti de la pression pour abandonner le football en raison de ton genre?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

9. Te sens-tu parfois jugée ou critiquée en raison de ton niveau de compétence dans le football?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

10. Penses-tu que les stéréotypes de genre peuvent affecter ta participation au football?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

11. As-tu déjà été confrontée à des comportements discriminatoires en tant que jeune footballeuse?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

12. Éprouves-tu des difficultés à équilibrer le football avec d'autres responsabilités, comme l'école?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

13. Sens-tu parfois que les attentes envers toi en tant que fille dans le football sont différentes de celles des garçons?

Oui ☐ Non ☐

14. Est-ce que des problèmes personnels, tels que des amitiés difficiles, ont déjà eu un impact sur ta participation au football?

Oui ☐ Non ☐

15. Penses-tu que les médias ou la société ont une influence sur la façon dont les filles sont perçues dans le football?

Fortement en désaccord ☐ En désaccord ☐ Neutre ☐ D'accord ☐ Fortement d'accord ☐

16. As-tu déjà été témoin de comportements intimidants ou de harcèlement dans le cadre du football féminin ? Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐

Souvent ☐ Toujours ☐

17. Te sens-tu soutenue par tes entraîneurs et coéquipières lorsque tu fais face à des difficultés dans le football?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

18. Penses-tu que les différences culturelles peuvent parfois causer des tensions dans l'équipe de football féminin?

Oui ☐ Non ☐

19. Éprouves-tu des difficultés à t'exprimer librement en tant que jeune footballeuse?

Oui ☐ Non ☐

20. Te sens-tu parfois exclue ou mise à l'écart par d'autres joueuses de football?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐

Souvent ☐ Toujours ☐

21. Penses-tu que l'âge peut être un obstacle dans le football féminin?

Oui ☐ Non ☐

22. As-tu déjà été confrontée à des attentes irréalistes en tant que jeune fille jouant au football?

Oui ☐ Non ☐

23. Te sens-tu parfois démotivée en raison de la compétitivité dans le football féminin?

Oui ☐ Non ☐

24. Penses-tu que les jeunes footballeuses reçoivent assez de soutien émotionnel pour faire face aux défis du football?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐

Souvent ☐ Toujours ☐

Partie 3: Évaluation de l'Impact des Obstacles sur le Bien-être des Jeunes Footballeuses

25- Est-ce que les obstacles rencontrés dans le football affectent parfois ton bonheur général?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

26-Penses-tu que les difficultés dans le football ont un impact sur ta confiance en toi?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

27-As-tu déjà ressenti du stress ou de l'anxiété lié au football?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐

28-Est-ce que les obstacles psychosociaux influent sur tes performances scolaires?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

29-Penses-tu que ton estime de soi est parfois affectée en raison des obstacles dans le football?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

30-Éprouves-tu des difficultés à maintenir un équilibre émotionnel en raison des défis dans le football?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐

31-Penses-tu que les difficultés dans le football peuvent influencer tes relations avec ta famille?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

32-As-tu déjà pensé à abandonner le football en raison des obstacles rencontrés?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐

33- Penses-tu que les obstacles dans le football peuvent affecter ton engagement global dans la vie ?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

34-Est-ce que les défis dans le football ont déjà eu un impact sur ton sommeil ?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐

35-Penses-tu que tes performances sportives peuvent être influencé par les difficultés psychosociales rencontrées en tant que jeune footballeuse?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

36-Te sens-tu parfois découragée en raison des attentes de la société par rapport aux filles dans le football?

Jamais ☐ Rarement ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Toujours ☐

37 -Penses-tu que les obstacles dans le football peuvent affecter ta perception de toi-même?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

38 -As-tu déjà cherché un soutien professionnel ou psychologique pour faire face aux

obstacles dans le football?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

39 -Penses-tu que le bien-être émotionnel des jeunes footballeuses est suffisamment pris en compte?

Pas du tout ☐ Un peu ☐ Modérément ☐ Beaucoup ☐

Énormément ☐

40 - Te sens-tu capable de surmonter les obstacles dans le football avec un soutien approprié ?

Oui ☐ Non ☐

Guide d'entretien

Objectif: Nous discuterons de votre expérience dans le football féminin pour mieux comprendre les défis psychosociaux que vous pourriez avoir rencontrés.

- Pouvez-vous me donner quelques informations sur vous, comme votre âge, votre niveau d'éducation et depuis combien de temps vous êtes impliquée dans le football?
- Qu'est-ce qui vous a motivée à participer au football féminin?
- Pouvez-vous me décrire votre parcours dans le football, les équipes auxquelles vous avez participé et les rôles que vous avez joués?
- Avez-vous rencontré des défis ou des difficultés pendant votre participation au football?
- Pourriez-vous me parler de certaines expériences qui ont été particulièrement difficiles sur le plan psychosocial?
- Comment décririez-vous les relations avec vos coéquipières?
- L'acceptation sociale dans le milieu du football féminin a-t-elle été une préoccupation pour vous?
- Pensez-vous que ces défis psychosociaux ont eu un impact sur d'autres aspects de votre vie quotidienne, y compris votre santé mentale?
- Comment pensez-vous que ces défis ont influencé votre performance sportive?
- Ont-ils eu un impact sur votre motivation à rester impliquée dans le football?
- Avez-vous des soutiens ou des ressources, que ce soit au sein de votre famille, de la communauté ou ailleurs, qui vous ont aidée à faire face à ces défis?
- Enfin, avez-vous des suggestions sur la façon dont la situation des femmes dans le football à Abomey Calavi pourrait être améliorée?

Merci beaucoup pour partager votre expérience. Si vous avez des questions ou des points que vous souhaitez ajouter, n'hésitez pas.

TABLE DES MATIERES

SOMMAIRE i
DÉDICADE ii
REMERCIEMENTS iii
LISTE DES SIGLES iv
LISTE FIGURES v
LISTE DES TABLEAUX vi
RÉSUMÉ vii
INTRODUCTION 1
CHAPITRE 1 : CADRE INSTITUTIONNEL DU STAGE 3
1-1 Cadre institutionnel du stage 3
1-2 Déroulement du stage 4
1-2-1. Tâches accomplies 4
1-2-2 Acquis du stage 6
1-2-3 Difficultés rencontrées sur le lieu du stage 7
CHAPITRE 2 : CADRES THÉORIQUE ET CONCEPTUEL DE LA RECHERCHE 9
2.1. PROBLÉMATQUE 9
2.1.1. OBJECTIFS 10
2.1.2. HYPOTHÈSES DE RECHERCHE 10
2.2. CLARIFICATION CONCEPTUELLE 11
2.3. REVUE DE LA LITTÉRATURE 12
2.4. LES THÉORIES DE RÉFÉRENCE SUR L'EXPLORATION DES DIFFICULTÉS PSYCHOSOCIALES LIÉES AU FOOTBALL FÉMININ 15
CHAPITRE 3 : CADRE MÉTHODOLOGIQUE DE LA RECHERCHE 18
3.1- NATURE DE LA RECHERCHE 18
3.2- POPULATION D'ÉTUDE ET ÉCHANTILLONNAGE 18
3.2.1 POPULATION D'ÉTUDE 18
3.2.2. TECHNIQUES D'ÉCHANTILLONNAGE 18
3.3. TECHNIQUES ET OUTILS DE COLLECTE DES DONNÉES 18
3.4. OUTILS DE TRAITEMENT ET TECHNIQUES D'ANALYSE DES DONNÉES 19
3.4.1. -OUTILS DE TRAITEMENT DES DONNÉES 19
3.4.2. TECHNIQUE D'ANALYSE DE DONNÉES 19
CHAPITRE 4 : PRÉSENTATION, ANALYSE DES RÉSULTATS ET DISCUSSION 21
4 -1 Présentation et analyse des résultats 21
4-2 DISCUSSION DES RÉSULTATS DE LA RECHERCHE 44
4.3. PERSPECTIVES 47
CONCLUSION 49

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES 50
ANNEXE ..... a
Guide d'analyse des documents ..... a
Questionnaire ..... a
TABLE DES MATIERES ..... f