



Corps et émotions dans la recherche interventionnelle **PRECAPSS** (favoriser la pratique d'activités physique de personnes sédentaires en situation de précarité) : l'exemple d'ateliers AP spécifiques

PRECAPSS : une RI en promotion de la Santé

- Une recherche sur 3 ans (IREPS Bretagne et Université Rennes 2 – STAPS (VIPSS) et de nombreux partenaires – financée principalement par l'INCA) ;
- Des **interventions pour changer les pratiques** : de la sédentarité à l'activité régulière ;
- Deux territoires choisis (quartier de Saint-Malo et CCBR) pour le taux élevé de prévalence du cancer et des partenariats professionnels anciens avec l'IREPS ;
- Qui suppose d'agir sur l'environnement (politique, associatif, équipements, mobilité, etc.) en impliquant les personnes concernées ;
- **RI PRECAPSS : développer des connaissances sur les interventions (et leur transférabilité) qui visent à favoriser la pratique d'une AP régulière pour les personnes sédentaires en situation de précarité/vulnérabilité.**

L'intervention n'est pas figée

- Un diagnostic de l'offre APS sur les deux territoires, des pratiques professionnelles et des représentations, également prétexte à « mise en mouvement » des acteurs-trices (des secteurs sportif, sanitaire et social) vers l'intervention ;
- Réunions entre acteurs-trices du territoire pour sensibiliser, travailler sur les représentations de chacun.e et formaliser l'intervention ;
- **Des ateliers AP hebdomadaires proposées à un public considéré comme éloigné des APS via les services sociaux et associations caritatives ;**
- L'intervention se définit au gré des propositions, des opportunités ;
- Les personnes concernées sont parti-prenantes de l'intervention.

Un exemple d'intervention : des ateliers APS spécifiques

- ❑ Séances hebdomadaires « bouge ton lundi/ton mardi ! » sur les 2 sites de février à décembre 2018 ;
- ❑ Des groupes de participant.e.s inégaux selon les terrains : 3-4 CCBR et 10-12 à Saint-Malo ;
- ❑ Des participant.e.s mobilisé.e.s par des professionnel.l.es du secteur sanitaire, social et caritatif de quartiers populaires ou de zones rurales ;
- ❑ Un public exclusivement féminin à Combourg et mixte (50/50 environ selon les séances) à Saint-Malo ;
- ❑ Un éducateur sportif à Saint-Malo ; une éducatrice sportive à Combourg ;
- ❑ Activités « multisport »/gym douce définies au fur et à mesure par le groupe.

Méthodologie

- ❑ Participation régulière des chercheur.e.s aux ateliers ;
- ❑ Posture méthodologique « dedans-dedans-par-corps » (Zanna, Morillon, 2018) pour rendre compte de ce qui se joue au sein de ces ateliers : s'immerger dans son terrain et entrer en empathie avec les personnes « objets » des observations afin de saisir à la fois leur rationalité et leur sensibilité, leurs émotions ;
- ❑ Corps des chercheurs, jeunes et moins jeunes, qui ne doit pas trop performer pour se faire oublier (parfois source de tension avec les coordinatrices du projet) ;
- ❑ Les émotions et le corps du chercheur pris en compte et analysés dans les résultats obtenus.

L'observation porte sur :

- ❑ les corps en mouvement ; les corps (stigmatisés) dans la relation aux autres (Zanna, 2015) ;
- ❑ les interactions (de genre notamment) et l'apparition d'un « Nous » au sein du groupe dans chaque contexte ;
- ❑ les effets de l'accompagnement des participant.e.s / engagement contractuel et/ou moral (Le Yondre, 2012) ;
- ❑ le poids des contraintes (financières, familiales, de mobilité...) malgré la volonté de les dépasser mais aussi les opportunités qu'elles amènent (ex. co-voiturage, APS avec les enfants...) ;
- ❑ les résistances et les adhésions à la norme sportive « compèt » (Héas, 2006) à laquelle l'intervention PRECAPSS veut échapper à tort ou à raison... mais qui revient au galop !

Premiers questionnements et résultats

- **Une hypothèse de travail : la cohésion du groupe est un facteur de maintien/renforcement de la participation des personnes concernées :**
 - Par exemple, à Saint-Malo, Le « Nous » semble émerger à l'occasion d'un changement ponctuel d'éducateur sportif (une femme, ancienne travailleuse sociale) et d'activité (renforcement musculaire) ;
 - Hostilité partielle du groupe à ce type d'activité centré sur le ressenti d'un corps souffrant faisant dire à certains sur le ton de la plaisanterie « *on est une équipe de bras cassés !* » et solidarité de tous dans l'épreuve (encouragement, complicité...).

Premiers questionnements et résultats

- Dans ce contexte, l'état de santé, le corps souffrant semble être une dimension forte de leur identité (Le Breton, 2017) ;
- L'expression forte, d'un corps douloureux, non-habitué au mouvement et de la « souffrance » (causée par exemple par un gain de poids) relèvent peut-être aussi d'une stratégie d'évitement pour ne pas se retrouver face à soi, à son corps, à ses difficultés :
 - après avoir exprimé tout le mal qu'il pensait de la séance avec l'éducatrice sportive remplaçante, un des participants de Saint-Malo dit « *avec la petite dame, c'était pas si mal... Ça fait mal, ça pique, mais ça fait du bien* ».

Premiers questionnements et résultats

- **L'expression d'une identité de genre à travers la mixité hommes/femmes et la sociabilité pendant l'atelier (temps d'échange et temps de pratique) :**
 - La mixité dans l'atelier : un implicite non discuté dans le projet avec les partenaires mais opportunité d'observer la non-mixité et ses effets (atelier de Combourg - exclusivement féminin pour le moment et autre atelier mis en place en septembre réservé aux « femmes isolées » à Saint-Malo) ;
 - Les interactions, dont celles marquées par le genre, peuvent participer du « bien-être » ou du « mal être » encourageant ou décourageant à continuer à participer.
 - La question de la virilité pour certains potentiellement fragilisés à plusieurs niveaux (réflexions sur le type d'activité « un truc de gonzesses »...).

Premiers questionnements et résultats

- **L'atelier est aussi l'occasion de s'exprimer sur un bien-être émotionnel et/ou corporel retrouvés grâce aux AP* ;**
- **et de partager avec le groupe des « moments forts » et émouvants du quotidien** (Joie de partir en vacances ; de revoir ses enfants placés en famille d'accueil ; peine ou tristesse causées par la solitude, une séparation, un accident...).

Premiers questionnements et résultats

□ Le registre de l'humour dans les interactions :

- L'image du corps : entre « sérieux » (par ex. la perte de poids est un objectif exprimé) et « dérision » (« *je fais bouger ma graisse* » ; « *toi tu voles, tu ne cours pas* » dit un homme costaud à une femme mince) ;
- Des blagues sexistes dont les réactions oscillent entre :
 - Une forme d'indifférence alimentant l'entre-soi : blagues qui n'apparaissent pas toujours choquantes pour les autres participant.e.s. Situation semblable sur d'autres terrains (entre jeunes par exemple : celui qui comprend que l'injure raciste est une blague, fait partie du groupe) ;
 - Ou qui agacent faisant émerger (ponctuellement) un « Nous féminin ».

Références bibliographiques

Héas S., (2006). « Normes ». In : B. Andrieu (dir.), *Le dictionnaire du corps*, Paris, Editions du CNRS, février, 343-344.

Le Breton D., (2017). *Tenir. Douleurs chroniques et réinvention de soi*, Paris, Métailié.

Le Yondre F. (2012). Des corps incertains. Redynamisation des chômeurs par le sport. *Le sociographe*, 38,(2), 83-92. doi:10.3917/graph.038.0083.

Zanna O., Morillon A., (2018). Quand les corps en mouvement produisent de la connaissance sociologique. L'exemple d'un atelier chorégraphique avec des migrants. A paraître.

Zanna O., (2015). *Le corps dans la relation aux autres. Pour une éducation à l'empathie*, Rennes, PUR.