

# FICHE THÉORIQUE N° 21

## Les conduites agressives dans le sport

### SOMMAIRE



- ▶ **Agression et agressivité : quelles différences ?**
- ▶ **Les causes de l'agressivité**
- ▶ **Spécificité de l'agressivité en sport**

### AGRESSION ET AGRESSIVITE : QUELLES DIFFERENCES



#### Une graduation

L'agression est un comportement qui a pour but de blesser ou de porter préjudice à un autre être vivant, lequel cherche à éviter un tel traitement (Baron, 1978). Cette définition indique une volonté de causer du tort à autrui, volonté qu'on ne retrouve pas dans l'agressivité dans le sport, où l'enjeu est, simplement, d'être volontaire, accrocheur sans faire mal à l'adversaire. La bonne agressivité est souhaitée en sport tandis que l'agression y est à bannir.



Comment aider le sportif à trouver le juste milieu ? L'entraîneur veut des joueurs agressifs mais pas d'agression. Est-ce facile à gérer pour les joueurs ?

#### Différents types d'agressions

- **Agression directe ou indirecte**  
L'agression directe s'en prend directement à la personne visée, l'agression indirecte se porte sur des objets (par exemple l'enfant qui casse le jouet de son camarade). Dans le cas de l'agression indirecte, l'attaque peut tout autant se porter sur des objets qui n'appartiennent pas à la personne visée. Par exemple, un joueur mécontent d'être sorti par son entraîneur en plein match peut jeter une bouteille d'eau par terre, ou taper dans un banc. Cette manifestation agressive montrerait un mécontentement vis à vis de l'entraîneur. Attention cependant à bien décoder les

comportements : un joueur peut très bien être énervé contre lui-même d'avoir mal joué et d'être sorti, et pas à l'encontre de son entraîneur.

- **Agression passive ou active**

Le refus, la rétention d'information, l'omission, peuvent être des moyens pour manifester son agressivité envers autrui. Cette agression passive est très frustrante pour la personne qui l'a subit. En revanche, l'agression active est le résultat d'une action concrète, d'un comportement précis de l'agresseur.

### Exemples d'agressions passives

**Le refus d'explication.** Un joueur qui n'est pas titularisé pour un match va voir son entraîneur, ce dernier refuse de lui donner des informations car il n'a pas à commenter ces choix (croit-il !). La frustration du joueur, on le devine, sera grande.

**Le refus de participation.** A l'entraînement, cette fois, le même éducateur sportif met en place un exercice. Le joueur non titularisé lors du match précédent fait semblant de ne pas comprendre et ne s'engage pas dans l'activité. L'entraîneur prend cette attitude comme une attaque personnelle.

- **Agression physique ou verbale**

L'agression physique se caractérise pas les coups, poussées, crachats, et tirages.

L'agression verbale, en tant que langage, se caractérise par les insultes, les moqueries dures, les signes de main mais tout autant par des coupures de paroles.

## LES CAUSES DE L'AGRESSIVITE



### La théorie de l'instinct



### UN INSTINCT ANIMAL

Cette théorie s'inspire directement de l'approche freudienne. Notre inconscient est constitué pour une part de pulsions, d'instincts que nous avons parfois du mal à contrôler. Parmi ceux-ci, nous trouvons entre autres, la faim, la soif, et l'agressivité (pour plus de précisions se reporter à la fiche « nos actions expliquées par l'inconscient »). L'agressivité est donc un instinct inné qui est présent en chacun de nous, qui se développe progressivement et qui doit

inévitablement s'exprimer. Cet instinct s'extériorise par des comportements agressifs envers autrui, ce sont alors des actions directes de violence. On parle d'agressivité non dissimulée. Mais cet instinct peut se retrouver transformé en action acceptable, sublimée, c'est à dire action positive. Ainsi, on dit facilement du sport qu'il permet de se défouler, qu'il permet de canaliser les instincts agressifs de façon socialement acceptable. Cependant, dans la réalité pratiquer un sport ne suffit à rendre doux comme un agneau un individu plutôt agressif. En fait, les individus agressifs qui participent à des sports de contacts n'abaissent pas de façon évidente leur niveau d'agressivité (Gill, 1976).

## ARGUMENTS

- **L'agressivité ressentie dans un contexte continu dans un autre.** Par exemple, un élève énervé durant la classe va arriver au cours de sport avec cette agressivité potentielle au fond de lui.
- **L'agressivité est difficilement contrôlable.** Combien d'entraîneurs se sont énervés en séance pour des brouilles alors qu'ils voulaient au contraire être calmes ! Et combien retournés chez eux, ont eu du mal à expliquer rationnellement pourquoi ils s'étaient emportés et surtout pourquoi ils n'avaient pas pu se contrôler.

## La théorie de la frustration

- **Quel constat ?**

Dans cette théorie, l'agression est le résultat d'une frustration. Nous avons tous fait l'expérience de ce mécanisme dans la pratique. Retenu par le maillot de façon illégale par un adversaire, nous nous sentons frustré et réagissons en le repoussant plus ou moins violemment.

### Qu'entend-on par frustration ?

La frustration c'est l'action d'un élément bloquant. C'est une barrière psychologique interne qui empêche l'individu d'atteindre un but. Il y a frustration par exemple, si un enfant qui veut acheter une glace apprend qu'il y en a plus.

La frustration est d'autant plus forte si le désir de départ est élevé (ici un enfant affamé), si l'intensité du blocage est important (l'enfant est puni, il ne mangera pas de glace de tout l'été), le nombre de blocages successifs (les petites frustrations s'additionnent).

Au niveau pédagogique l'apprenant peut ressentir de petites frustrations sans que l'enseignant ne s'en aperçoivent. Le danger de l'apparition de gestes d'énervement est alors plus important.

Cependant cette théorie frustration-agression n'est pas aussi mécanique, elle n'est pas trop rigide. En ce sens, elle ne prévoit pas que chaque frustration entraîne obligatoirement de l'agressivité, de l'énervement.

- **Rôle de la colère ?**

Aujourd'hui, les auteurs de référence s'accordent sur l'importance de la colère. C'est elle qui serait augmentée par la frustration. Cependant,

l'apparition de la colère ne provoque l'agression qu'en présence de signaux socialement appris qui indiquent que l'agression est possible dans une situation donnée. Si un jeune footballeur constate que lorsqu'ils sont retenus par le maillot, les joueurs qu'il peut conserver à la télévision réagissent violemment, il fera de même les dimanches sur le terrain s'il est mis en colère. En revanche, si les signaux appris socialement indiquent que l'agression n'est pas adaptée à telle situation l'agression ne se produira pas.



### **La théorie de l'apprentissage social**

Cette théorie est assez proche de la précédente, dans la mesure où elle tient compte de l'observation des comportements d'autrui. Pour, la notion de colère est oubliée.

L'agression devient un comportement qu'on apprend en observant les autres et pour laquelle on reçoit des renforcements lorsqu'on l'imité. Les enfants témoins de gestes violents commis par des adultes sont plus portés à répéter ces gestes par rapport à d'autres enfants qui n'auraient pas vus ces gestes d'adultes. Ces effets les conduites agressives sont plus importantes si les enfants sont récompensés à la suite de ces comportements.

Prenons l'exemple du hockey sur glace (ce n'est pas un choix pris au hasard au regard de la fréquence élevée de gestes agressifs illégaux, tels que les bagarres), les jeunes joueurs imitent la violence qui domine dans le hockey professionnel. Les jeunes joueurs se rendent vite compte que l'agressivité dure est valorisante. Les gestes agressifs sont renforcés par plusieurs entraîneurs, parents et coéquipiers.

### LE CAS DU MECHANT MICHEL

Michel, âgé de 7 ans, gardien de but d'une équipe de hockey s'engage dans un regroupement près de son but. Michel reçoit un coup. Il se venge en donnant un coup de poing au joueur adverse le plus proche. L'arbitre sort Michel. L'entraîneur de Michel lui dit qu'il n'aurait pas dû agir ainsi, parce que son équipe a besoin de lui et qu'il ne fera rien d'utile s'il est expulsé régulièrement. Cependant, un peu plus tard, Michel surprend la remarque que son entraîneur fait au dirigeant : "quel bagarreur et quel compétiteur ce Michel !". Michel en ressent toute une satisfaction.

A la maison, le père de Michel semble fier de sa performance. Il dit à Michel de ne jamais amorcer de dispute ou de distribuer des coups à tort et à travers sur la glace, mais il ajoute qu'il doit être un homme et se défendre : "le hockey est une jungle et tu ne dois laisser personne te marcher sur les pieds - tu vois aucun gardien pro ne pas se faire respecter".

Depuis peu, Michel est un gardien que ses adversaires craignent - tout joueur qui s'aventure près du but s'expose à une rude réception. Michel observe les professionnels pour apprendre comment être un dur sans risquer l'expulsion.

## SPECIFICITE DE L'AGRESSIVITE EN SPORT



### Performance sportive et agressivité

La plupart des sportifs et des entraîneurs considèrent que l'agressivité augmente la performance tant au niveau collectif qu'individuel. Certains athlètes diront qu'être agressif sur le terrain permet d'être respecté, « de ne pas se faire marcher sur les pieds », d'autres athlètes diront que leur équipe a plus de chance de gagner s'ils malmènent leur adversaire à chaque duel. Ils ont certainement raison, mais le rôle de l'agressivité dans la réussite sportive est plus complexe. Nombreux sont les cas où l'agressivité des joueurs a desservi l'équipe en terme de résultat.

On pourrait dire que l'agressivité ne favorise pas une meilleure performance lorsqu'elle provoque une élévation du niveau d'engagement (en faire trop) et dévie l'attention vers des préoccupations parasitantes (rendre un coup à un attaquant plutôt que bien défendre). L'agressivité ne doit jamais se transformer en agression.

En prenant du recul, on pourrait penser que la relation entre agression et performance est secondaire. On devrait plutôt chercher à savoir si l'on tient à tout prix à la victoire ou si l'on s'inquiète du bien être des participants.

## **Spectateurs et agression**

En général, le niveau d'agressivité des spectateurs ne diminue pas après avoir assisté à un match. Les spectateurs les plus agressifs seraient les plus jeunes, ceux pris dans une foule dense, ceux ayant consommé de l'alcool, les hommes (par rapport aux femmes) et ceux ayant assisté à des gestes agressifs sur le terrain.

## **Agression et esprit sportif**

Des gestes agressifs sont justifiés dans le domaine sportif et critiqués dans la vie de tous les jours. Une bagarre dans un match de rugby est normale alors qu'elle est mal perçue dans la vie quotidienne.

On observe une dualité des jugements moraux, qui peut être complexe chez le jeune pratiquant : ce qui est normal dans telle situation ne l'est pas dans une autre.