

# La mixité dans les sports

## Regard contrasté sur une problématique genrée

Par Marilou St-Pierre, Ph. D.

La mixité dans les sports, c'est-à-dire la pratique sportive où garçons et filles sont mélangé.e.s, a généré et continue de générer plusieurs débats passionnés. Récemment, une mère de famille s'est rendue devant la Cour d'appel du Québec en plaidant que ses fillettes âgées de 4 et 5 ans au moment des faits avaient subi une forme de discrimination basée sur le sexe. Au cœur du litige, le refus d'un club de soccer de laisser les deux jeunes filles jouer avec des garçons de leur âge, sous prétexte de différences trop grandes entre garçons et filles, même à ce jeune âge (Marin, 2023)<sup>1</sup>.

Avant d'aller plus loin, il importe de signaler que la mixité dans les sports peut revêtir plusieurs habits. Elle peut prendre la forme de garçons et de filles jouant dans une même équipe. Il peut cependant s'agir d'entraînements en mixité alors que les compétitions n'offrent pas cette possibilité. Il peut s'agir d'équipes non mixtes, donc uniquement masculines ou féminines, qui vont s'affronter les unes les autres dans des compétitions. On retrouve aussi des disciplines qui offrent des volets mixtes et genrés, comme l'ultimate. Bref, la mixité n'a pas qu'un seul visage.

Mais, quelle que soit la situation, la mixité soulève plusieurs questions. Est-ce juste pour tout le monde? Est-ce un bon moyen de garder les filles accrochées au sport? Pourquoi sommes-nous aussi frileux et frileuses à l'idée même de remettre en question la division genrée et binaire du sport? Qu'est-ce qui crée ce malaise?

Dans le texte qui suit, nous allons essayer de démêler tout cela en nous attardant d'abord aux structures du sport et aux stéréotypes sur lesquels elles sont construites. Par la suite, nous verrons comment ces stéréotypes s'actualisent ou sont remis en question dans les discours sur la mixité et la non-mixité. Enfin, nous tenterons de sortir de la dichotomie du pour ou contre la mixité en mettant en lumière des éléments pour repenser plus globalement notre rapport à la binarité en sport.

### Des structures binaires au nom de la différence

Les structures sportives contemporaines, que l'on pense aux ligues professionnelles, aux fédérations sportives nationales et internationales, aux systèmes de développement des athlètes de l'enfance à l'âge adulte, aux Jeux olympiques ou même aux réseaux de ligues et de compétitions amateurs, reposent d'abord et avant tout sur une division genrée. Ces structures, élaborées par et pour les hommes, ont dans une première phase exclu les femmes. Par exemple, les premiers Jeux olympiques modernes tenus à Athènes en 1896 ne comptaient aucune femme. Pierre de

Coubertin, à qui l'on a accolé le titre de père des Jeux olympiques modernes, justifiait cette exclusion en mentionnant que « le véritable héros olympique est [...] l'adulte mâle individuel. [...] Une olympiade femelle serait impensable, impraticable, inintéressante, inesthétique et incorrecte ». (Cité dans Bohuon, 2012, p. 40)

S'appuyant sur un discours essentialiste, c'est-à-dire qui repose sur le postulat selon lequel il existe une essence intrinsèquement « masculine » ou « féminine » dès la naissance, différentes autorités telles que le clergé, les instances médicales et les organisations

sportives ont justifié l'exclusion des femmes par leur « nature » profonde. Comme l'expliquent Detellier (2015) et Bohuon (2012), qui se sont toutes deux intéressées à la pratique du sport par les femmes à partir de la fin du 19<sup>e</sup> siècle, ces discours essentialistes reposent sur un mélange de croyances biologiques et psychologiques. Dans le premier cas, le corps des femmes ne serait pas fait pour la pratique sportive. Trop faibles, elles ne pourraient supporter l'intensité du sport et pire, leur capacité à enfanter serait mise à mal par ces exercices à forte intensité. Quant au volet psychologique, la compétition violerait la nature profonde de « la » femme. Toutefois, les sports esthétiques ou qui préparent au rôle de mère seraient acceptables. De manière sous-jacente, on craint la virilisation du corps des femmes par le biais de l'activité physique (Bohuon, 2012).

Alors que ces discours essentialistes ne sont plus d'actualité et que les femmes ont pris possession elles aussi des terrains et des salles de sport, la logique qui sous-tendait jadis l'exclusion des femmes demeure présente dans certains stéréotypes appuyant une division binaire rigide de la pratique sportive.

Parmi les présupposés les plus souvent évoqués dans la littérature, nous retrouvons d'abord cette idée que les femmes auraient systématiquement des habiletés physiques et athlétiques moindres que celles des hommes (Hills et coll., 2021; Tagg, 2018; Sailors, 2014; Channon et coll., 2016). Ce faisant, il serait injuste (*unfair*) pour les femmes de les mettre en compétition avec les hommes, car elles ne seraient pas en mesure de remporter des victoires contre ces derniers. McDonagh et Pappano (2008) expliquent que les femmes sont perçues comme des corps handicapés, ce qui impose qu'elles participent à des épreuves différentes, avec des règles différentes de celles des « able men ».

Dans les faits, ces discours essentialistes et biologistes qui font des femmes « the physically weaker sex » (Kay et Laberge, 2004 : 159) sont souvent invoqués pour justifier des pratiques discriminatoires et la marginalisation des athlètes féminines (Winiarska et coll., 2016). Comme le soulignent Pavlidis et Connor (2016),

« Women's sport has always (and largely continues to be) classified as "less than"— less hard, strong, tough, fast, and crucially in the increasingly commercialized sporting world, less watchable and therefore profit making » (p. 3-4). Le sport masculin est ainsi placé dans une position hiérarchiquement supérieure au sport féminin, et ce, peu importe les qualités démontrées par les athlètes des deux sexes.

Un autre présupposé en faveur de la division genrée des sports repose sur l'idée qu'il faut protéger les femmes des dangers physiques qu'elles encourraient en participant à des compétitions avec les hommes (Hills et coll., 2021; McDonagh et Pappano, 2008; Pavlidis et Connor, 2016). Les femmes seraient à risque de blessures graves si elles compétitionnaient contre les hommes en raison des différences de force et de taille entre ces deux groupes. Une fois de plus, ces affirmations n'ont pas été factuellement vérifiées, c'est-à-dire qu'elles ne reposent pas sur une démarche scientifique qui permettrait que les femmes courent des risques importants de blessures en jouant avec et contre des hommes.

Pourtant, le sport a démontré ses capacités structurelles à séparer les athlètes en différentes catégories pour les protéger des blessures. Les plus jeunes font ainsi l'objet d'une division basée sur l'âge. Par exemple, dans plusieurs disciplines, à les moins de sept ans, les U8<sup>2</sup>, les U9, les U11, les U13, les U15 et ainsi de suite. Cette catégorisation par âge repose sur les capacités émotionnelles, cognitives et physiques des jeunes sportifs et sportives. Or, la division selon le genre ne repose ni sur le développement cognitif, ni sur le poids, ni sur la maîtrise des techniques sportives. Par exemple, Hills et coll. (2021), dans leur recherche sur la mixité en soccer chez les jeunes, indiquent que des parents et des entraîneurs remettent en question la division genrée du sport justement en raison des incohérences que cette dernière soulève. Par exemple, pourquoi ne voit-on aucun problème à ce qu'un garçon de 12 ans plus petit que la moyenne joue avec des jeunes de son âge qui sont tous plus grands et plus forts, mais qu'on empêche une jeune fille de le faire, même si elle est aussi grande et costaud que les garçons, et ce, au nom de la sécurité?

## La mixité : un portrait tout en nuances

Est-ce à dire que la division genrée, donc la non-mixité, est uniquement soutenue par des stéréotypes et des préjugés? À cela, la réponse est non. Comme le souligne Tag (2018), des arguments de nature « progressiste » se font aussi entendre pour maintenir un système sportif binaire. En effet, les femmes tendent à perdre leur pouvoir quand des hommes envahissent des espaces qui auparavant leur étaient réservés. De plus, les femmes ne peuvent être libérées de la discrimination sexuelle et de l'objectification (le *male gaze*) lorsque des hommes sont présents.

Ces critiques « progressistes » trouvent écho dans des expériences que certaines recherches empiriques ont répertoriées. Hills et coll. (2021) évoquent le « benevolent sexism » qui prévaut dans les sports où la mixité s'accompagne d'une modification ou d'un ajustement des règles pour « aider » les participantes à s'intégrer. Ce sexisme s'exprime dans des règlements différenciés pour les hommes et les femmes.

Par exemple, un but au hockey marqué par une fille comptera pour deux. Cette forme de sexisme renvoie aux stéréotypes genrés présentés précédemment. Les hommes auraient à jouer moins bien pour accommoder les femmes, et ces dernières sont plus souvent assignées à des rôles périphériques (Hills et coll., 2021).

Kay et Laberge (2004) se sont intéressées à la mixité dans le cadre des courses d'aventure. La compétition étudiée était télévisée et mettait en scène des équipes de quatre où chacune devait obligatoirement compter sur au moins une femme. Ce type de courses exige de passer plusieurs jours en forêt, dans des conditions parfois difficiles, en se fiant à une boussole et à une carte, et en portant tout l'équipement nécessaire sur son dos. Bien que tout le monde soit soumis aux mêmes règles et doive affronter les mêmes obstacles, les chercheuses relèvent une réitération des rôles de genre stéréotypés. Ainsi, les hommes sont présentés — et se présentent — comme forts alors que les femmes sont perçues comme de meilleures communicatrices. Or, les attributs dits « féminins » sont considérés comme moins importants

dans la réussite sportive. De plus, les femmes elles-mêmes sont souvent présentées par leurs coéquipiers comme étant plus ou moins des obstacles à de meilleurs résultats sportifs en raison de leur supposée fragilité. La naturalisation de la faiblesse des femmes va amener des hommes à aider les femmes — par exemple en portant une partie de leurs bagages — alors qu'elles ne demandent même pas d'aide. Les causes des blessures sont également sujettes à une interprétation genrée. Les blessures des hommes seraient la résultante d'une prise de risque alors que celles des femmes surviendraient lorsqu'elles tentent de surcompenser leur faiblesse. Finalement, Kay et Laberge (2004) notent que les femmes qui sont aussi fortes que les hommes sont soupçonnées d'utiliser des produits dopants.

La mixité serait-elle donc une fausse bonne idée qui ne fait que réactualiser les stéréotypes de genre en plus de nuire encore plus aux femmes? Encore une fois, la réponse est non. En effet, Hills et coll. (2021) notent que les filles et les femmes qui jouent avec les hommes ont une meilleure confiance en leurs moyens et développent de nouvelles habiletés. Les jeunes qui font partie de la même équipe tendent à développer des relations garçons-filles en dehors de l'hétérosexualité. Autrement dit, la mixité permet de percevoir l'autre sexe en dehors du potentiel rapport amoureux ou sexuel : les jeunes de l'un et l'autre sexe arrivent à se considérer simplement comme des ami-e-s qui partagent des points communs. Musto (2014) fait remarquer que lorsque la structure du groupe repose sur les capacités démontrées plutôt que sur des présupposés genrés — les garçons sont meilleurs que les filles en sport —, la saillance du genre se fait plus discrète. Les comparaisons ne sont pas faites entre garçons et filles, mais entre tous les athlètes. Cela a pour effet d'effacer la hiérarchisation entre les sexes. Les garçons ne veulent pas battre une fille pour prouver leur supériorité, mais simplement parvenir à vaincre l'adversaire avec le meilleur temps.

## Offrir le choix

On ne peut donc affirmer simplement que la mixité est une bonne ou une mauvaise idée en contexte sportif. Ce que l'on peut affirmer par contre, c'est que lorsque le modèle binaire est choisi, il l'est souvent sans se questionner sur le bien-fondé de ce choix. Il apparaît trop souvent comme « naturel » de séparer garçons et filles, même à un très jeune âge, sur la base de stéréotypes de genre qui ne résistent pas à l'épreuve des faits. On participe alors à reproduire un système qui a historiquement été défavorable à la pratique sportive des filles et des femmes.

Comme le fait remarquer Sailors (2014), imposer la ségrégation fondée sur le sexe envoie le message que les femmes ne sont pas assez compétitives pour les hommes et qu'elles doivent être protégées. Le problème n'est pas la ségrégation des sports selon le sexe, mais le séparatisme imposé (Birrell, 1984). Et inversement, Channon et coll. (2016) indiquent qu'il y a une différence importante entre la mixité volontaire et celle imposée. Ainsi, si on veut donner aux femmes un maximum d'options athlétiques, on ne peut pas les restreindre à adopter uniquement le système de la mixité ou seulement le sport divisé selon le sexe.

En conclusion, avant de faire un choix, il importe de se questionner sur ce qui motive ce dernier. Éviter de recréer une structure biaisée et stéréotypée qui tend à désavantager les filles. D'autres méthodes de division des groupes, basées sur les capacités réelles et l'expérience par exemple, sont susceptibles de générer une expérience sportive plus enrichissante pour tout le monde. Enfin, offrir des milieux diversifiés qui permettent à la fois des moments en mixité et en non-mixité avec un encadrement qui favorise l'égalité entre les sexes est certainement une avenue à explorer.

## Note de bas de page

<sup>1</sup> « Une mère devant la Cour d'appel pour des équipes de soccer », *Le Devoir*, 19 janvier 2023

<sup>2</sup> Pour assurer la compréhension, les U8 représente la catégorie sportive réservée aux joueurs de moins de 8 ans (Under the age of 8 en anglais); et ainsi de suite avec U9, U10...

## Bibliographie

- Birrell, S. 1984. « Separatism as an Issue in Women's Sport ». *ARENA Review*, 8, 21–29.
- Bohuon, A. (2012). *Le teste de féminité dans les compétitions sportives : une histoire classée X ?*. Éditions iXe.
- Channon, A., Dashper, K., Fletcher, T. et Lake, R.J. (2016). The promises and pitfalls of sex integration in sport and physical culture. *Sport in Society*, 19 (8–9), 1111–1124.
- Detellier, É. (2015). *Mises au jeu. Les sports féminins à Montréal, 1919-1961*. Montréal : Les Éditions du remue-ménage.
- Hills, L. A., Matiland, A., Croston, A. et Horne S. (2021). « It's not like she's from another planet »: Undoing gender/re-doing policy in mixed football. *International Review for the Sociology of Sport*, 56(5), 658–676.
- Kay J. et Laberge, S. (2004). « Mandatory equipment »: Women in adventure racing. Dans B. Wheaton (ed.), *Understanding Lifestyle Sport: Consumption, Identity and Difference*, (154–174). London: Routledge.
- Musto, M. (2014). Athletes in the pool, girls and boys on deck: The Contextual Construction of Gender in Coed Youth swimming. *Gender and Society*, 28(3), 359–380.
- Pavlidis, A. et Connor, J. (2016). Men in a « women only » sport? Contesting gender relations and sex integration in roller derby. *Sports in society*.
- Sailors, P.R. (2014). Mixed Competition and Mixed Messages. *Journal of the Philosophy of Sport*, 41(1), 65–77.
- Sailors, P.R. (2016). Off the beaten path: should women compete against men? *Sports in Society*, 19 (8–9), 1125–1137.
- Tagg, B. (2018). Men's netball or mixed-gender indoor netball? *Sport in Society*, 21(9), 1400–1415.