

Le plaisir en questions.

Didier Delignières
Professeur des Universités
STAPS Montpellier

Le plaisir ne se laisse pas facilement cerner, on comprend vite qu'il présente de multiples facettes. Dans le cadre de l'EPS, on peut utilement distinguer plusieurs catégories.

- L'amusement, ou le divertissement, qui renvoient à l'aspect ludique des activités pratiquées. C'est principalement ici l'incertitude du résultat du jeu ou de la partie qui semble susciter le plaisir éprouvé par le pratiquant.
- Le plaisir des sens est lié à l'expérience de sensations agréables, de vertige, d'ivresse, d'abandon, de relaxation. Un certain nombre d'auteurs ont mis au principe de ces sensations plaisantes l'installation d'un niveau optimum d'activation (voir notamment Berlyne, 1960).
- Le plaisir d'affiliation, qui renvoie à la reconnaissance des pairs, et à l'inscription dans un collectif.
- La satisfaction, ou la joie, qui sont liées aux sentiments d'accomplissement et de maîtrise dans des situations difficiles. On trouvera dans l'ouvrage de Snyders (1999) des analyses remarquables sur ce thème de la joie à l'école.

Cette catégorisation peut évidemment être discutée. Certaines activités peuvent générer des sensations plaisantes relevant de plusieurs catégories, de manière simultanée ou à divers moments de la pratique. D'autres semblent dédiées à certains types spécifiques de plaisir. Le risque, dans ce type de débat, est de ne pas parvenir à dépasser le niveau d'un discours où tous les points de vue seraient tenables, même les plus contradictoires. Deux précautions doivent être à notre sens être prises.

La première est strictement politique, et renvoie à la question : quel est le plaisir utile au processus éducatif ? L'objectif essentiel de l'EPS nous semble être d'inciter nos élèves à devenir des pratiquants réguliers d'activités sportives ou artistiques. Nous nous situons ici dans une perspective de santé publique, et il semble en effet essentiel que l'école participe à l'éducation des modes de vie. La pratique sportive constitue un élément essentiel de la qualité de vie, du bien-être psychologique, et de l'entretien de la santé. Un certain nombre de travaux ont montré que l'adhésion à la pratique sportive était avant tout lié au plaisir que les individus tiraient de leur engagement (voir notamment Perrin, 1993). Des analyses plus approfondies ont mis en évidence que ce plaisir découlait en premier lieu de la satisfaction éprouvée dans la maîtrise des situations, les progrès dans l'activité (Goudas & Biddle, 1994). C'est pourquoi il nous semble que c'est ce plaisir, lié à l'apprentissage et à l'accomplissement qui doit être valorisé en EPS, et c'est sur cet aspect que doivent porter les efforts de recherche.

La seconde est davantage d'ordre méthodologique. Réfléchir sur le plaisir, c'est prendre le risque de projeter sur les élèves ses propres représentations et attentes. Bien des auteurs ont montré que le plaisir des élèves n'était pas toujours là où l'on s'y attendait, n'était pas suscité par les situations et les activités que l'on aurait pu prévoir a priori. C'est pourquoi il est nécessaire de disposer d'outils d'évaluation fiables, de manière à pouvoir tester de manière rigoureuse les hypothèses que l'on peut émettre. C'est dans ce sens que nous avons proposé, voici quelques années, un questionnaire de plaisir, spécifiquement adapté aux séances et cycles d'EPS (Delignières & Perez, 1998).

Notre approche du plaisir en EPS a pu choquer certains collègues : il s'agissait ni plus ni moins de que proposer à terme une didactique du plaisir, c'est à dire considérer le plaisir de la pratique sportive comme un contenu d'enseignement, et comme une acquisition essentielle au vu de l'utilité sociale de la discipline. D'un côté certains nous ont fait comprendre qu'on ne saurait fonder un enseignement scolaire sur la quête du plaisir. L'école serait ainsi un lieu de travail, d'effort, aux antipodes des notions de plaisir ou de divertissement. Nous avons dû à ce niveau nous livrer à une définition rigoureuse du plaisir qu'il nous semblait essentiel de promouvoir dans les cours d'EPS (Delignières, 2000). D'autres collègues, moins rétifs à l'idée que le plaisir avait un rôle central à jouer en EPS, nous ont reproché d'en promouvoir une approche rationnelle et une didactique plus ou moins contrôlée. Le plaisir n'est-il pas le dernier espace intime, le jardin secret que l'enseignant devrait surtout s'abstenir de pénétrer ? Je n'ai pas de réponse définitive à cette question troublante.

Mais deux points méritent réflexion :

Tout d'abord, il me semble nécessaire de substituer au terme « plaisir », trop polysémique et pouvant prêter à confusion (voir à ce niveau mon article dans la revue HYPER 222), le concept de « satisfaction », qui renvoie à mon sens à un plaisir « utile » pour l'EPS. Satisfaction d'avoir progressé, d'avoir appris, d'avoir acquis la maîtrise des situations.

Deuxièmement, il me semble nécessaire de renouveler l'approche de tels concepts. Classiquement la psychologie sociale s'est livrée à des approches dites nomothétiques, tentant d'évaluer le plaisir « moyen » ressenti à un moment donné par un groupe de sujets, d'en inférer les antécédents (les garçons ont-ils plus de plaisir que les filles, le football procure-t-il plus de plaisir que la gymnastique, etc.) et les conséquences. Le questionnaire de plaisir que nous avons proposé en 1998 participait de ce type de démarche. Cette approche cependant ne renseigne pas réellement sur la manière dont un individu construit, dans le décours temporel de sa pratique, cette sensation de plaisir. Il nous semble plus judicieux dorénavant de suivre, à intervalles réguliers, l'évolution des affects au cours d'une séance ou d'un cycle. L'analyse des séries temporelles ainsi recueillies pourra livrer des connaissances précieuses sur le fonctionnement des élèves et la dynamique de la satisfaction.

Il s'agit d'un profond renouvellement des approches, tant au niveau des méthodes de recueil de données, des traitements statistiques et des modèles théoriques sous-jacents. Cette approche se situerait dans la ligne de projets actuellement développés à Montpellier, sur la dynamique de l'estime de soi ou des états motivationnels.

Références

Berlyne, D.E. (1960). *Conflict, arousal and curiosity*. New York: McGraw Hill.

Biddle, S. & Goudas, M. (1994). Sport, activité physique et santé chez l'enfant. *Enfance*, 2-3, 135-144.

Delignières, D. (Ed., 2000). *L'effort*. Paris: Éditions Revue EPS.

Delignières, D & Perez, S. (1998) Le plaisir perçu dans la pratique des APS: Elaboration d'un outil d'évaluation. *Revue S.T.A.P.S.*, 45, 7-18.

Delignières, D. & Garsault, C. (1996). Apprentissages et utilité sociale : que pourrait-on apprendre en EPS ? In B.X. René (Ed.), *A quoi sert l'Éducation Physique et Sportive?* (pp. 155-162). Paris : Edition Revue EPS.

Delignières, D. (2001a). Plaisir et compétences. *Contre-Pied*, 8, 43.

Delignières, D. (2001b). Performance et démocratisation. In *Éducation Physique et Sportive: Quelle activité professionnelle pour la réussite de tous?* (pp. 89-94). Paris : SNEP.

Perrin, C. (1993). Analyse des relations entre le rapport aux APS et les conceptions de la santé. *STAPS*, 31, 21-30.

Snyders, G. (1999). *Des élèves heureux : réflexion sur la joie à l'École à partir de quelques textes littéraires*. Paris : L'Harmattan.