



Le sport, médaille d'or de l'intégration sociale ?

Christina Cerfontaine

© Une analyse de l'IRFAM – Liège, 2025 – n°1

Partir de la rue, au Sénégal, et entrer dans une école d'ingénieurs, en France : le chemin d'Aly S. Ly croise l'association Diambars dont le credo est «faire du foot un moteur d'éducation». Analysant ce type de parcours, Radio France Internationale (RFI) s'interroge sur le rôle social du sport.

Si le sport s'impose comme une pratique incontournable pour la santé, son impact social reste ignoré. La RFI se questionne : en quoi le sport permet-il une intégration sociale ? Les valeurs du sport sont-elles un atout pour vivre ensemble, trouver un emploi ? Comment intégrer les vertus du sport à l'école ? S'agissant de populations immigrées, le sport est-il un levier de socialisation et de brassage culturel ?

En Europe, cette perspective conduit, en effet, à des politiques encourageant utilisation du sport à des fins d'intégration, notamment pour les mineurs étrangers non accompagnés (MENA). En Belgique, des initiatives similaires existent également et répondent à des engagements internationaux liés aux droits de l'enfant.

Pourtant, l'impact social du sport, compte tenu des défis spécifiques rencontrés par les MENA (traumatismes liés à leur parcours migratoire, barrières linguistiques et culturelles, contraintes financières, accès limité aux infrastructures) est peu étudié et les rares

recherches ne parviennent pas à mettre en lumière des résultats univoques (Manço et Crutzen, 2022).

Face à ces réalités complexes, la présente analyse propose d'explorer l'impact de la pratique sportive dans le parcours migratoire des MENA, du point de vue des éducateurs à Liège. L'analyse s'appuie sur des observations menées dans des centres d'asile, une association et un dispositif d'accueil et de scolarisation d'élèves primo-arrivants. Plusieurs entretiens sont menés avec des éducateurs sur les modalités d'accès au sport, les acteurs impliqués, les disciplines choisies, ainsi que les effets sociaux et psychologiques observés. Il s'agit de l'approfondissement d'une précédente étude de l'IRFAM ayant examiné l'accompagnement et l'épanouissement des MENA à travers diverses activités socio-éducatives telles que le jeu, le sport et la créativité, considérées comme des facteurs de résilience.

MENA et pratique sportive

En Belgique, les MENA représentent une part notable des demandes d'asile. En 2023, 2 594 demandes ont été recensées, dont 87 % émanent de jeunes gens, avec une majorité venant d'Afghanistan, d'Érythrée et de Syrie.

Tout au long de leur parcours migratoire, ces jeunes subissent divers traumatismes

physiques et psychologiques, en raison des conflits, des violences, des persécutions et des conditions de vie difficiles. Ces événements traumatisants entraînent des conséquences sur leur santé mentale et physique, notamment des troubles du comportement, de la concentration et du sommeil, de la dépression, ainsi qu'un stress post-traumatique. S'ajoute à cela la rupture des repères culturels, sociaux et relationnels aggravant leur vulnérabilité, créant une tension identitaire entre leur culture d'origine et les normes de la société d'accueil.

Le traitement des traumatismes psychologiques chez les jeunes demandeurs d'asile est entravé par plusieurs obstacles comme les barrières linguistiques, les conditions de vie précaire dans les centres, ainsi que les différences culturelles. Leur réticence à solliciter des soins psychologiques conventionnels, souvent attribuable à un faible capital social et à une faible valorisation des services de santé mentale dans leur pays d'origine, exacerbe également ces difficultés (Draper et coll., 2024). Par ailleurs, les structures des centres généralement focalisées sur les aspects somatiques, accordent peu d'attention aux besoins psychologiques en raison de faibles ressources matérielles et humaines contribuant à la négligence des besoins émotionnels des MENA (April et coll., 2015). L'instabilité de l'environnement des centres nécessite d'instaurer des méthodes thérapeutiques alternatives telles que les activités artistiques, créatives, récréatives et sportives pour améliorer le bien-être psychosocial des enfants migrants et faciliter leur intégration.

Le sport par sa capacité à toucher un large public se voit l'activité la plus instaurée au sein des centres d'accueil. Il est reconnu pour ses multiples bienfaits : la libération d'endorphines favorisant une diminution du stress, une amélioration de l'estime de soi et une meilleure

santé physique. De plus, le sport contribue à la régulation émotionnelle, au renforcement de la cohésion sociale et à l'expression des émotions refoulées. Draper et coll. (2024) ont également montré son efficacité dans la gestion des symptômes du stress post-traumatique et l'amélioration de la qualité du sommeil. La majorité des éducateurs interrogés perçoivent le sport comme une médecine naturelle, un antidépresseur et projettent ainsi sur les MENA leurs propres expériences positives avec le sport, suggérant une reconnaissance implicite de ses bienfaits thérapeutiques : « *Pour moi, le sport, ça reste un bon antidépresseur* ».

Mabillard (2012) estime toutefois qu'il est erroné de considérer le sport comme une activité universellement adoptée. La participation à des activités sportives reste variable d'un individu à l'autre et dépend de nombreux facteurs, notamment l'origine ethnique des jeunes. Ce qui est également souligné par les éducateurs : « *les jeunes Afghans sont plus enclins à jouer au cricket, tandis que les jeunes originaires d'Afrique subsaharienne ou du Maghreb préfèrent le football.* »

Le football s'impose, en effet, comme l'activité sportive dominante pour les MENA, grâce à la disponibilité des terrains. Ce choix est d'autant plus renforcé par la prédominance masculine parmi les éducateurs, souvent eux-mêmes footballeurs. Ils orientent les jeunes vers ce sport et facilitent leur inscription dans des clubs. Cette dynamique reflète un déséquilibre de genre, limitant la participation des filles et perpétue une domination culturelle.

La sous-représentation des filles migrantes dans les activités sportives s'explique par plusieurs facteurs : les choix personnels, des contraintes socioculturelles ou encore le manque de sensibilisation à leurs droits sportifs dans les pays d'origine et d'accueil. Un autre obstacle réside dans le rôle des éducateurs qui

communiquent peu sur les opportunités sportives accessibles aux jeunes filles. La méconnaissance des disciplines disponibles à proximité du centre d'accueil limite en général l'élargissement de l'offre sportive adaptée aux besoins et aspirations des filles et des jeunes en général qui ne se retrouvent pas dans l'offre footballistique. Il est crucial que les éducateurs non seulement informent les filles migrantes de leur droit à pratiquer un sport, mais qu'ils les encouragent activement à s'impliquer dans ces activités, tout en veillant à la qualité et à la diversité de cette offre.

Actuellement, les activités proposées aux filles restent souvent confinées à des disciplines stéréotypées, telles que le yoga, la danse, voire des ateliers de maquillage, qui renforcent les normes genrées. Pourtant, les échanges avec ces jeunes filles montrent que leurs préférences sportives ne se limitent pas à ces disciplines. Beaucoup d'entre elles expriment un vif intérêt pour le basket-ball, le volley-ball ou le fitness. Cet intérêt souligne une aspiration à dépasser les attentes sociales, mais aussi une volonté de s'émanciper à travers le sport. Bien que le sport soit considéré comme un outil d'intégration, il ne garantit pas un accès équitable, en particulier pour les jeunes filles confrontées à des barrières supplémentaires dues à des structures sociales patriarcales et à leur faible représentation, tant parmi les MENA que dans les sports (Russo et Gasparini, 2021).

Le sport : un moyen d'intégrer les MENA dans la société d'accueil ?

Bien que le sport soit souvent perçu comme un outil intégratif, tant par les éducatrices que par les décideurs politiques, cette vision idéale ne semble pas se matérialiser dans le contexte des

MENA, du moins en Province de Liège. Le concept d'intégration est abordé dans ce contexte, car il reflète au mieux la perspective des éducatrices. Cependant, il est nécessaire de considérer qu'il est largement débattu et doit être utilisé avec précaution. Les observations et entretiens menés révèlent que le sport en tant que tel ne contribue pas réellement à l'intégration sociale de ces jeunes dans la société d'accueil. Certes, il favorise la socialisation, mais cette dernière nécessite bien plus que la simple pratique sportive : elle dépend des infrastructures, de l'approche des entraîneurs, des relations interpersonnelles dans les clubs et bien d'autres interactions tels que les moments de partage en dehors du sport et le sentiment d'appartenance à des collectifs comme les amateurs d'un sport ou d'un club en particulier. La présence dans un club permet aux MENA d'avoir des contacts réguliers avec les membres de la société d'accueil et de tisser des liens à travers des activités communes. Cependant, comme le souligne un éducatrice de Fedasil, ces interactions restent souvent superficielles, limitées au cadre sportif, sans nécessairement aboutir à des relations profondes (Hertting et Karlefors, 2013).

En réalité, les MENA ont tendance à s'intégrer dans des sous-groupes où leurs normes culturelles ne sont pas considérées comme déviantes. Ainsi, la pratique sportive, bien qu'elle puisse être un outil de socialisation, semble favoriser les interactions au sein de groupes partageant une origine ethnique commune ou des références culturelles similaires, plutôt que les échanges interculturels. Le sport contribue alors à créer des liens intragroupes et à préserver l'identité culturelle, mais limite les interactions intergroupes et renforce les divisions sociales.

Cette situation soulève des questions quant aux politiques d'intégration, souvent axées sur la

conception d'une société homogène dans laquelle les jeunes doivent s'intégrer. L'intégration des migrants se joue à travers de multiples dimensions entre autres sociales, culturelles, économiques et identitaires. Elle se manifeste également à différents niveaux spatiaux : local, national et supranational (Spencer, 2022). Ne pas considérer pleinement les multiples sphères d'intégration et les besoins variés des jeunes peut conduire à l'échec de leur inclusion sociale.

Le sport comme pédagogie

Selon les éducateurs, le sport constitue une démarche pédagogique polyvalente. Il permet non seulement d'enseigner des valeurs fondamentales comme l'humilité, le respect, la résilience, l'esprit d'équipe, le *fair-play* et la maîtrise de soi, mais facilite également l'apprentissage des langues et offre un cadre structuré propice au développement des compétences sociales et émotionnelles des jeunes. Ils peuvent alors transférer ces acquis dans leur vie quotidienne et scolaire.

Lorsqu'il est encadré par des institutions et fédérations sportives, le sport inculque aussi des notions telles que le respect des règles, la discipline et la conformité aux attentes sociales. Les jeunes apprennent ainsi progressivement à adopter des comportements normalisés par la société d'accueil, ce qui selon les éducateurs facilite leur intégration dans celle-ci : *« peu importe où tu vas, il y a des règles à respecter — que ce soit dans le sport ou ailleurs. Cette prise de conscience les aide à se construire et à trouver leur place au sein de la communauté. »*

Ainsi, le sport s'avère un vecteur d'apprentissage et d'épanouissement

personnel permettant aux jeunes de développer un ensemble de compétences transversales pour leur devenir social.

Le sport comme contrôle social

Les déclarations des éducateurs ci-dessus illustrent comment le sport encadré peut s'inscrire dans les mécanismes de « gouvernementalité » décrits par Foucault (1976). Il agit comme un outil de régulation sociale, visant à intégrer les migrants tout en normalisant leurs comportements selon les standards de la société d'accueil. Il le fait en inculquant des valeurs telles que la discipline, le respect des règles et la conformité, qui sont des éléments clés du maintien de l'ordre social.

Le sport pour les immigrés semble promouvoir l'intégration, mais en réalité, il impose aussi les normes et les valeurs de la culture dominante, sans que les groupes marginalisés en soient pleinement conscients (Caprioli, 2010). En ce sens, le sport fonctionne comme un cadre imposé visant à développer des compétences personnelles, sociales et éducatives et à promouvoir des valeurs telles que la tolérance et la solidarité alignées sur les idéaux européens. Ce cadre contribue paradoxalement à la reproduction des inégalités en favorisant ceux qui disposent déjà d'un certain capital culturel et social, renforçant ainsi les disparités existantes.

En outre, bien que l'intention soit positive, cette régulation contribue à une violence symbolique en imposant les valeurs dominantes et en contrôlant la population migrante (Gasparini, 2008). Les éducateurs expriment fréquemment des inquiétudes quant à l'attitude des MENA afghans, supposant souvent que leur participation à des activités telles que le cricket, qu'ils perçoivent comme quelque peu déviante,

pourrait potentiellement les isoler et conduire à leur exclusion de la société d'accueil. Mais dans ce contexte, les mineurs afghans exploitent le cricket comme forme d'expression et de résistance. En en pratiquant ce sport, ils ne participent pas simplement à une activité ; ils remettent en question leur marginalisation et démontrent leur capacité à se réapproprier un espace de liberté et d'expression, affirmant ainsi leur identité et leur résilience face aux difficultés et à la discrimination qu'ils peuvent rencontrer (Manço et Crutzen, 2022).

La performance et la compétitivité dans la pratique sportive

La pratique des sports favorise l'émergence d'un esprit de compétition, car, par essence, le sport oppose les équipes et accorde une importance à la victoire (Dowling, 2020). Cette dynamique compétitive se manifeste de manière marquée, les MENA perçoivent souvent la victoire comme une source de reconnaissance personnelle et sociale. Cet esprit de compétition est également présent chez les éducateurs, qui choisissent les joueurs les plus performants pour assurer la victoire de leur équipe lors de matchs de football : « *Oui, on sélectionne les plus forts. En fait, ça dépend aussi des collègues qui sont là. Il y en a qui disent, moi, je veux qu'ils s'amuse. Et il y en a qui disent, non moi, je veux gagner.* »

Ainsi, la recherche de la performance et de la victoire devient un objectif pour les deux parties, éducateurs et jeunes sportifs, ces derniers peuvent même y percevoir une porte de salut tant pour leur dossier de séjour que pour leur future profession de sportif. Si cette espérance n'a qu'une infime probabilité de réalisation, l'esprit de compétition tend bien à opposer, classer et discriminer, conduisant à

l'exclusion des plus faibles, voire à des tensions au sein et entre groupes de jeunes (Caprioli, 2010). La compétition entraîne également une discrimination entre les garçons et les filles.

Le sport pratiqué dans un esprit de compétition impose, enfin, une segmentation du corps, le traitant comme un objet à optimiser et à exploiter. En privilégiant la performance et les résultats, plutôt que d'envisager le sport comme une expérience globale et harmonieuse, ou comme un moment de détente et de connexion avec soi-même et son environnement, on néglige les valeurs plus inclusives et coopératives.

Conclusion

Il est erroné de supposer que le sport est intrinsèquement intégratif, notamment dans le cas des jeunes issus de l'immigration. Il n'active pas directement les mécanismes d'intégration ou d'exclusion sociale, mais les influence, soit en accélérant, soit en ralentissant ces processus. L'intégration par le sport dépend de la manière dont il est organisé, des valeurs qu'il transmet et de la qualité des interactions sociales qu'il permet entre individus.

Bien que les bienfaits physiques et mentaux des activités sportives soient indéniables, ce sont surtout les interactions sociales et le sentiment d'appartenance qui en découlent qui s'avèrent cruciaux pour le bien-être et le développement des jeunes migrants. Le football, le cricket, la boxe et le fitness font partie des activités sportives les plus fréquemment pratiquées par les MENA, chacune ayant ses propres spécificités. Le sport, en général, renforce le sentiment d'appartenance à la culture d'origine. Il permet également le transfert de compétences entre le terrain et la vie quotidienne, en inculquant des valeurs de

pédagogie et de discipline. Cependant, ce transfert n'est pas automatique et dépend largement de l'encadrement fourni par le moniteur ou l'éducateur. Un encadrement de qualité, axé sur la transmission de valeurs positives et l'apprentissage de compétences utiles dans la vie de tous les jours, est essentiel pour maximiser les effets bénéfiques du sport au-delà du terrain.

Cependant, le sport, lorsqu'il est organisé selon certaines valeurs ou idéologies, peut également avoir des effets négatifs. Il peut être utilisé comme un outil de contrôle social et de normalisation des individus. Il peut renforcer une mentalité de compétition et de performance excessive, ce qui est préjudiciable au développement personnel et à la cohésion sociale, voire conduire à l'exploitation économique. En outre, le sport peut amplifier les stéréotypes sexistes et ethniques, renforçant ainsi la marginalisation de certains groupes.

L'IRFAM, par cette analyse, encourage les acteurs de terrains à renforcer et définir des structures organisées de manière coopérative et inclusive, au sein desquelles les pratiques sportives seront instaurées. Il est également indispensable de rappeler que la pratique d'activités sportives reste avant tout un droit fondamental, et que les jeunes migrants doivent connaître et faire valoir leurs droits. Dans cette optique, il est crucial que les intervenants en contact avec les MENA, comme avec tous les jeunes, soient à leur écoute et

coconstruisent avec eux des activités correspondant à leurs attentes. La création d'espaces d'interaction, comme le sport, est essentielle pour élaborer le monde de demain. Ces espaces favorisent l'expression, le dialogue, la création de liens et la compréhension mutuelle, contribuant ainsi à une inclusion harmonieuse des jeunes migrants dans la société d'accueil.

Bibliographie

- Aprile P., Englebert J. et Gauthier J.-M. (2015), « La sécurité affective chez l'enfant en milieu résidentiel des soins du corps au bien-être émotionnel », *Évolution psychiatrique*, v. 80, n° 3, p. 501-513.
- Caprioli N. (2010), « Sport : (Anti)modèle d'intégration ? », *Agenda interculturel*, n° 285, p. 3-4.
- Draper A., Marcellino E., Benham K. et Dunn Z. D. (2024), « Fast Feet Forward : A sports group for looked-after children and unaccompanied asylum-seeking children as an early intervention to process trauma and reduce distress », *Counselling and Psychotherapy Research*, v. 24, n° 1, p. 342-351.
- Dowling F. (2020), « A critical discourse analysis of a local enactment of sport for integration policy : Helping young refugees or self-help for voluntary sports clubs ? », *International Review for the Sociology of Sport*, v. 55, n° 8, p. 1152-1166.
- Gasparini W. (2008), « L'intégration par le sport : genèse politique d'une croyance collective », *Sociétés Contemporaines*, v. 69, n° 1, p. 7-23.
- Foucault M. (1976), *Surveiller et punir : naissance de la prison*, Paris : Gallimard.
- Hertting K. et Karlefors I. (2013), « Sport as a context for integration : newly arrived immigrant children in Sweden drawing sporting experiences », *International Journal of Humanities and Social Science*, v. 3, n° 18, p. 35-44.
- Manço A. et Crutzen D. (2022), « Liens autour de pratiques sportives, facteurs de résilience pour mineurs étrangers non accompagnés. Enseignements d'une observation durant la pandémie », *La psychiatrie de l'enfant*, v. 65, n° 2, p. 123-139.
- Spencer S. (2022), « The Contested Concept of Integration », Scholten P. (éd.), *Introduction to Migration Studies*, Cham : IMISCOE et Springer.
- Russo G., et Gasparini W. (2021), « Integration by Sport and Physical Activities in Europe: An Introduction », *Culture e Studi del Sociale*, v. 6, n° 2, p. 229-244.