

Violence interpersonnelle en contexte sportif

Émilie Lemelin, Ph.D

Psychologue et professionnelle de recherche à la Chaire Sécurité et intégrité en milieu sportif

18 novembre 2025

Colloque régional montréalais en santé et bien-être des hommes

Plan de l'atelier

- Mythes ou réalités
- Définitions de la violence
- Prévalences en sport
- La violence chez les athlètes masculins
- Particularités du contexte sportif
- Stratégies de prévention
- Période de questions



Mythes ou réalités

Qui êtes-vous?



Mythe ou réalité



Mythe ou réalité



Mythe ou réalité



Mythe ou réalité



Mythe ou réalité





Définition

Violence

« La menace ou l'utilisation **intentionnelle** de la **force** physique ou du **pouvoir** contre soi-même, contre autrui ou contre un groupe ou une communauté qui **entraîne ou risque** fortement d'entraîner un traumatisme, un décès, des **dommages** psychologiques, un **problème** de développement ou des **privations** » - Organisation mondiale de la santé (Krug et coll., 2002, p.5)

Auto-infligée

Interpersonnelle

Communautaire/
institutionnelle

Violence

Physique

Sexuelle

Psychologique

Négligence

Violence physique

Définition

«La violence physique comprend tout acte visant à essayer de causer ou entraînant de la douleur ou une blessure physique.»

Manifestations

- Frapper, pousser ou secouer
- Lancer des objets
- Coup de pied ou de poing, gifler
- Attraper par le vêtement ou pièce d'équipement

Violence sexuelle

Définition

«Tout acte sexuel, toute tentative d'obtenir un acte sexuel, des commentaires ou des avances sexuelles non désirés, ou actes de trafic, ou autrement dirigés contre la sexualité d'une personne en utilisant la coercition, par toute personne, quelle que soit sa relation avec la victime, dans n'importe quel cadre, y compris, mais sans s'y limiter, à la maison et au travail.»

Manifestations

- Faire des commentaires ou des remarques (par exemple sur le corps, l'apparence, la vie sexuelle)
- Faire des blagues ou des remarques sexistes
- Échange de photos sexuellement explicites
- Abus sexuels
- Exhibitionnisme

Violence psychologique

Définition

«La violence psychologique implique l'utilisation régulière et délibérée d'une série de mots et d'actions non physiques dans le but de manipuler, de blesser, d'affaiblir ou d'effrayer une personne sur le plan mental et émotionnel et/ou de déformer, confondre ou influencer les pensées et les actions d'une personne dans sa vie quotidienne.»

Manifestations

- Crier des insultes, des propos dégradants
- Ridiculiser, se moquer
- Ignorer volontairement
- Humilier et rejeter
- Restreindre les liens sociaux
- Ne pas s'assurer de la sécurité de la pratique

Négligence

Définition

«La négligence comprend le fait de ne pas fournir un niveau adéquat de nutrition, de soins médicaux, d'habillement, d'hébergement ou de supervision dans la mesure où la santé ou le développement est significativement altéré ou exposé à un risque grave.»

Manifestations

- Forcer ou demander à une personne de se doper
- Aller contre un avis médical
- Encourager à quitter ses études
- Promouvoir ou forcer des méthodes malsaines pour atteindre un poids idéal (perte/maintien/gain de masse)
- Demander à une personne à commettre des actes de violence



Si vous croyez qu'un·e athlète mineur·e subit de la violence, il est primordial signaler au DPJ

Prévalences en sport

Violence envers les athlètes

Physique: 4-66 %

Sexuelle: 0,5-78 %

Psychologique: 21-79 %

Négligence: 27-69 %

Violence envers les officiel·les

Abus verbal: 51-94,3 %

Abus physique: 6,4-38 %

Présence de violence sexuelle



Par qui est commise la violence en sport



Majorité = entre les athlètes

Où et quand a lieu la violence?

Pratiques/entraînements

Matches/compétitions

Initiations/activités
d'intégration

Party d'équipe

Vestiaires

En ligne

Déplacement (hôtels,
camps d'entraînement)

Dans la voiture au retour



Conséquences

Santé

- ↓ estime de soi
- Isolement
- Anxiété, dépression, détresse psychologique
- Comportements alimentaires problématiques
- Idéations et comportements suicidaires

Sport

- ↓ performances
- Abandon du sport

(Boudreault et coll., 2022; Mountjoy et coll., 2016; Ohlert et coll. 2019; Parent et coll., 2021 Timpka et coll. 2019; Vertommen et coll., 2018)

Violence chez les athlètes masculins

Victimisation et dénonciation

Les hommes sont plus à risque que les femmes de vivre de la violence physique

Les hommes dénoncent moins la violence subie que les femmes

Qui sont les auteur·es de violence

Autorité

Type de violence/victimes	Garçons	Filles
Physique	85% hommes	53% femmes
Psychologique/négligence	90% hommes	50% femmes
Sexuelle	72% hommes	47% hommes

Pairs

Type de violence/victimes	Garçons	Filles
Physique	91% garçons	76% filles
Psychologique	92% garçons	76% filles
Sexuelle	86% garçons	40% filles

Particularités des milieux sportifs

Pourquoi y a-t-il de la violence en sport?

Facteurs relationnels

Relations de pouvoir

- Entraîneur·es-athlètes ET vétérans-recrues
- Asymétrie
- Relation de dépendance
- Proximité et confiance
« aveugle »
- Isolement possible (p. ex.,
absence des parents)

Facteurs sociaux/culturels

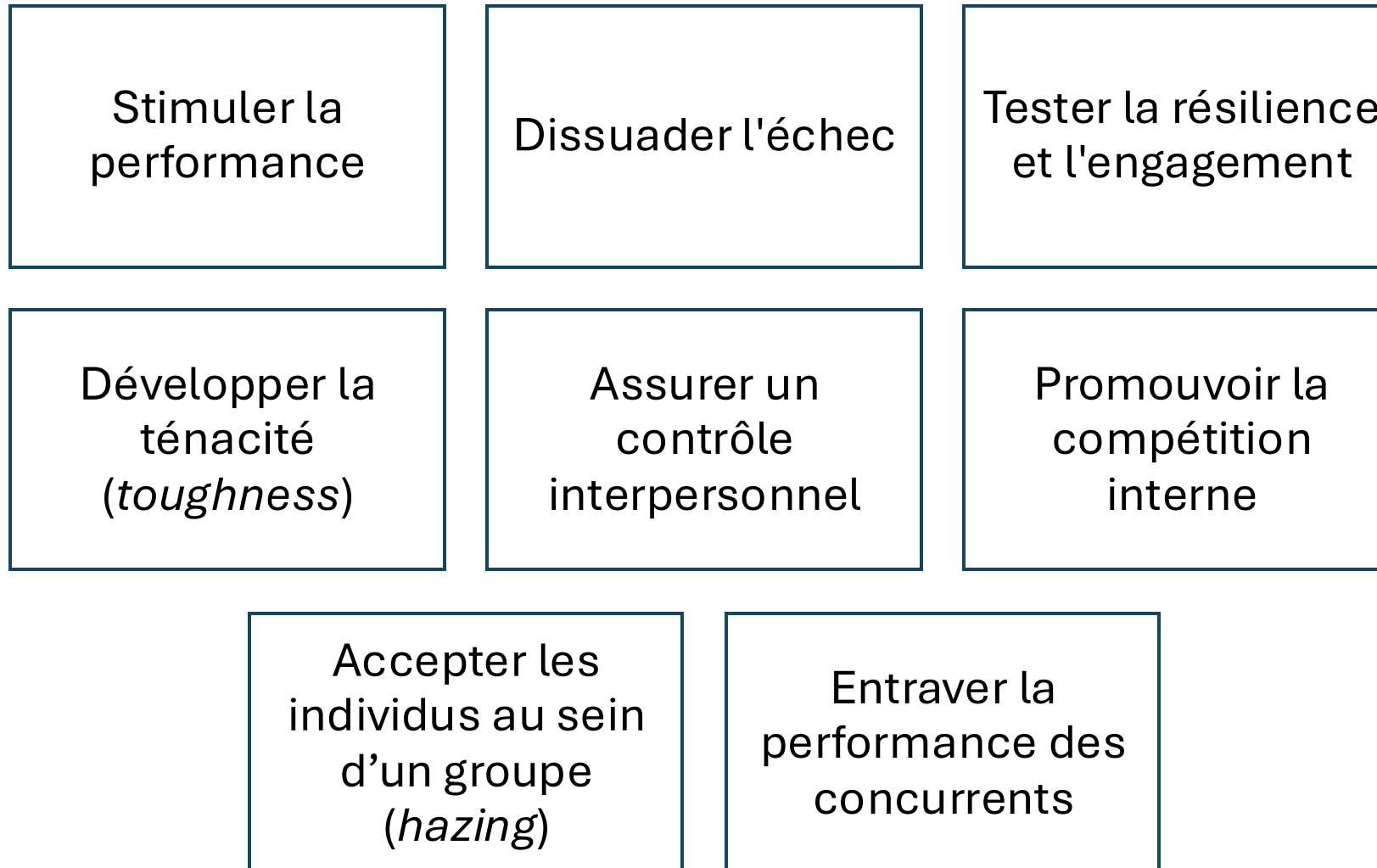
Conformité aux valeurs dominantes en sport

- Valeurs de performance à tout prix
- Valeurs masculines traditionnelles

Effets instrumentaux perçus de la violence

- Réfère à la croyance que la violence est fonctionnelle pour motiver les athlètes et les faire mieux performer

Effets instrumentaux perçus de la violence



Facteurs sociaux/culturels

Normalisation/banalisation de la violence

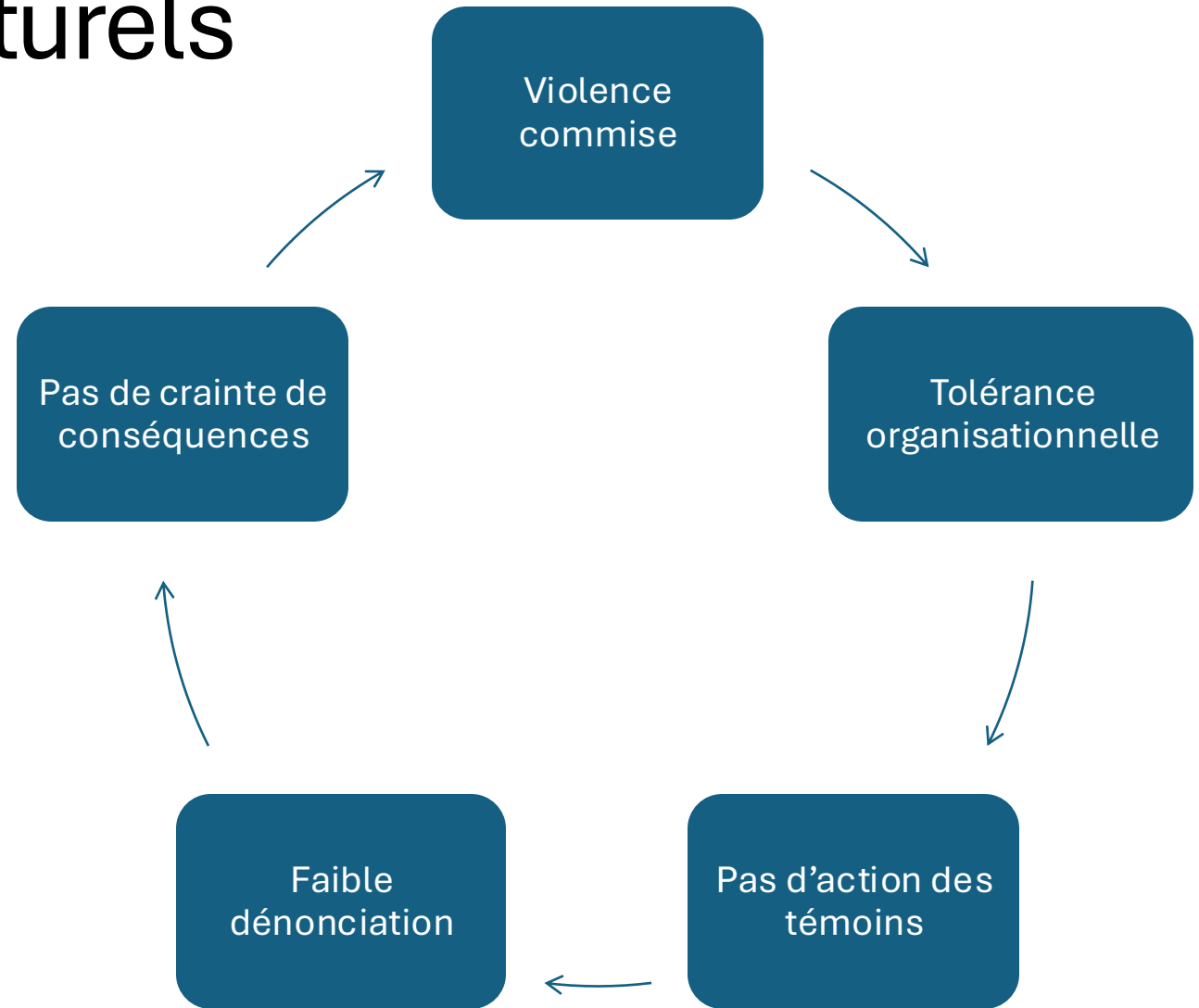
- « Ça fait partie du sport »; « J'ai vécu cela comme athlète, c'est donc normal »
- « Ce n'est pas de la vraie violence » → moyen d'intimider, gagner, développer la masculinité
- Approbation/tolérance/encouragement par les pairs/parents/entraîneur·es

Croyances en lien avec le rôle de l'athlète

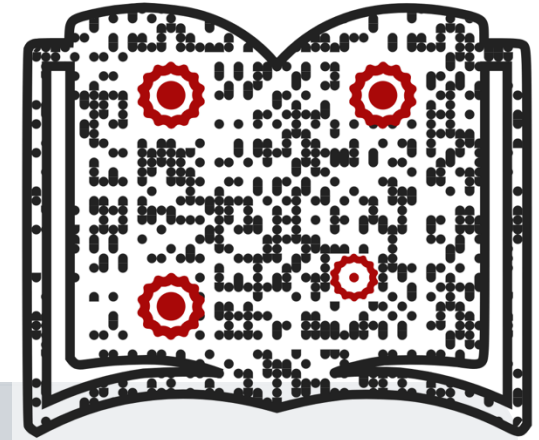
- Se sacrifie pour le sport et son équipe
- Se distingue, se démarque
- Accepte les risques liés à sa pratique (p. ex., blessures)
- Refuse d'accepter ses limites dans la poursuite de la victoire
- Respect de l'autorité et obéissance

Facteurs sociaux/culturels

- Culture du silence → cercle vicieux
- Pourquoi les athlètes ne dénoncent pas
 - Crainte de nuire aux performances de l'équipe
 - Affecter les dynamiques de l'équipe
 - Ne pas être cru·e
 - Pas assez grave
 - Ne pas reconnaître qu'il s'agit de violence
 - Etc.



Stratégies de prévention



Sensibilisation et formation
(approche individuelle)

- Comprendre ce qu'est la violence
- Déconstruire les mythes entourant la violence
- Offrir des outils alternatifs à l'utilisation de la violence
- Favoriser l'action des témoins

Ressources spécifiques au sport

- **Sport bien-être.ca**
 - Sensibilisation, informations pour toute la communauté sportive
- **Sport'aide**
 - Ligne d'écoute, ateliers de sensibilisation, Balado
 - 1-833-211-AIDE(2433)
- **Protecteur de l'intégrité en loisir et en sport (PILS)**
 - Mécanisme de plainte indépendant
 - 1 888 812-4191

Période de questions

emilie.lemelin@
fse.ulaval.ca

