

L'image corporelle et son rapport à l'estime de soi chez les adolescents pratiquant  
l'éducation Physique et sportive

Body image and its relation to self-esteem among adolescents practicing physical and  
sports education

Ali zerrouki Seyyid ahmed<sup>1</sup>, Belghoul Fethi<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Université :alger3. Algérie, [alizerrouki.seyyidahmed@univ-alger3.dz](mailto:alizerrouki.seyyidahmed@univ-alger3.dz)

<sup>2</sup> Université :alger3. Algérie, [fethistaps@yahoo.fr](mailto:fethistaps@yahoo.fr)

Laboratory : science and techniques of physical and sports activities

Reçu le:03/09/2019

Accepté le:14/10/2019

Publié le:05/12/2019

**Le résumé :** L'étude visait à identifier la nature de l'image du corps et sa relation avec l'estime de soi chez les adolescents qui pratiquent l'éducation physique et le sport, et la connaissance des différences individuelles entre les sexes dans leur conscience de leur physique d'image ainsi que la connaissance des différences individuelles chez les adolescents par variable sexe dans le niveau d'estime de soi et elle essaie aussi de montrer la relation entre l'image corporelle et l'estime de soi de ces importants et sensibles dans le segment communautaire. Pour ce faire, nous comptons sur un échantillon sur l'approche descriptive des adolescents pratiquants l'éducation physique et du sport au niveau secondaire dans certaines écoles secondaires de l'état de Chlef.

**Mots clés :** L'image corporelle, l'estime de soi, l'éducation Physique et sportive.

**Abstract :** The study aimed to identify the nature of the body image and its relationship to self-esteem among adolescents who practice physical education and sport, and the knowledge of individual gender differences in their awareness of their image physics as well as knowledge of individual differences in adolescents by gender variable in the level of self-esteem and also try to reveal the truth about the relationship between body image and self-

esteem of these important and sensitive in the community segment. To do so, we rely on a sample of the descriptive approach of adolescents practicing physical education and sport at the secondary level for some of the high schools in Chlef State.

**Keywords:** Body image, self-esteem, physical education and sports.

#### Étude Résumé :

L'éducation physique et sportive est tellement importante qu'elle répond aux besoins de l'adolescent, son objectif n'est pas celui de mouvement, mais de faire bouger un enfant, ce qui suscite l'attention et nous incite à poser bon nombre de questions est bien l'effet de cet action que sont les motivations motrices, de perceptions et d'interactions avec les autres, l'éducation physique et sportive aujourd'hui selon "P.Perlebas" est "l'éducation aux comportements moteurs" Où il vise dans le cadre de l'école à atteindre des objectifs généralement classés en trois domaines: le champ de la connaissance, le champ du mouvement psychologique et le champ de la conscience sociale. L'éducation physique et sportive joue un rôle important dans la psyché de l'adolescent, en tant qu'occasion de s'affranchir de la répression et de certaines contradictions et modifications qui affectent sa personnalité en général et son image corporelle en particulier. Ces changements physiques peuvent être une source de fierté et peuvent parfois conduire à un sentiment d'insuffisance ou de manque d'achèvement, ce qui entraîne des troubles psychologiques ou un sentiment étrange selon «Houzel». (Hauzel et Muzet, p.101).

Ces changements se produisent dans des proportions différentes et incohérentes car les membres se développent plus rapidement que le tronc, ce dont l'adolescent se sent gêné et honteux, comme la longueur du corps et ses traits harmonieux et beaux ont un impact positif sur la vision de l'individu en soi, augmentent les réactions d'acceptation et de satisfaction et incitent l'individu à

réagir à ses capacités et à résoudre les problèmes de manière fructueuse (Al-Zaher, 2004, p. 147).

Et les changements physiques qui peuvent affecter négativement affectent la perception de son corps par l'adolescent, en particulier le fait que le corps pour l'être humain est la partie la plus matérielle et la perspective de l'âme (Aadas , 1998, p. 355). Et la vision du corps n'est pas figée à l'adolescence et elle est influencée dans une large mesure par le point de vue des autres ou les critiques adressées à l'adolescent par ses parents ou par le groupe de pairs dans l'idée qu'il s'agit de son corps ainsi que par le rôle joué par les médias dans le foyer sur le corps des modèles et des athlètes, comparé le corps d'un adolescent avec ceux des modèles qui lui sont présentés crée une image négative de son corps (Winzeler, 2005, p2).

L'apparence du corps préoccupe les adolescents en raison de changements physiques et, selon Cash "Kash" (1990), l'apparence du corps est une préoccupation majeure pour de nombreuses personnes, ce qui est évident dans la vision interne qui fait référence à des expériences personnelles. L'apparence, ou ce que l'individu semble être en réalité, et la vision interne au sens large sont ce que les psychologues appellent l'image corporelle, et la distinction entre vision interne et vision externe est très importante car nous nous ne voyons pas de la même manière que les autres (Khoja, 2011, P. 1286).

Schroff (2004) considère l'image du corps comme «un élément important du soi et affecte la façon dont l'individu perçoit le monde». L'image du corps est une représentation interne et externe de l'adolescent et la structure de l'image multidimensionnelle du corps, elle est liée aux sentiments et aux pensées qui affectent le comportement, L'image corporelle est la perception de soi de l'individu, des expériences, et comprend à la fois: des composantes cognitives

(taille, poids et longueur) et des composantes de soi (tendances vers la taille, le poids, d'autres parties du corps ou le corps dans son ensemble) (Shroff.h, 1998, p 141.147)

Tel que défini par Muhammad al-Shabrawi (2001) comme l'image mentale de l'individu sur la composition physique et l'efficacité de la performance fonctionnelle de cette affirmation, il est déterminé par les facteurs de l'image: la forme des parties du corps, la cohérence de ces parties et la forme générale du corps, l'efficacité fonctionnelle du corps et le côté social de l'image corporelle. "(Mohamed Al-Shabrawy Anwar, 2001, 134).

Le processus de croissance rend également l'adolescent anxieux et mal à l'aise à cause des conflits qui résultent de la disparité entre ses capacités physiques réelles et l'image idéale que ces capacités auraient dû être, et la comparaison de l'adolescent avec ses collègues renforce habituellement le conflit et les problèmes de l'adolescent tournent autour de questions d'estime de soi et de confiance en soi. L'adolescence est une période importante dans le développement de l'image corporelle, ou le développement et la croissance des caractéristiques sexuelles, ainsi que la croissance des relations sociales obligent les adolescents et les adolescentes à se préoccuper de leur apparence et qui peuvent devenir à l'adolescent une image corporelle positive ou négative (Ramadan Mohammad Gaddafi, p. 344).

Hildebrandt (2007) a constaté que la santé mentale est corrélée à une image corporelle positive et que lorsqu'un adolescent a une image réelle du corps et une estimation "positive", il grandit et vit en paix (Hildebrendt, 1998, p141).

La perception qu'a l'individu de son apparence extérieure et de sa forme physique joue un rôle majeur dans sa confiance en soi, son orientation vers les autres, son sens de l'acceptation sociale et son estime de soi. Cette évaluation

inclut l'appréciation par l'individu de son poids, de sa forme et de son apparence extérieure. Les méthodes pour y remédier, à un stade ultérieur, appellent l'intervention et le traitement de ses conséquences telles que: anxiété, dépression, faible acceptation de soi et déclin des relations sociales (**Durand et Barlow, 1997; Oltamanns et Emery.2002, p. 375**).

L'estime de soi occupe une place importante dans les théories personnelles et joue un rôle important dans le comportement. Pattan et autres (**Pattan et al, 2005**) soulignent que l'estime de soi reflète le sentiment de valeur estime de soi, et indique également dans quelle mesure un individu voudrait admirer et s'aimer lui-même? L'estime de soi est une composante évaluative de la conception de soi et est utilisée pour établir un lien avec le sens universel du respect de soi .Des concepts tels que l'apparence extérieure ou l'appréciation du corps sont utilisés pour indiquer l'estime de soi (Pattan et al).

L'appréciation d'une personne pour elle-même lui permet d'apprécier et de respecter les autres et de se sentir à l'aise avec elle-même et avec les autres, alors que ces derniers ont tendance à être intro versés et isolés, ce qui la rend incapable de montrer ses capacités, ses talents et ses expériences. On peut dire que l'estime de soi est un besoin fondamental pour les individus c'est la force motrice pour s'affirmer et réaliser son potentiel, ce qui est la clé de la bonne personnalité et du bon moyen de réussir dans de nombreux domaines, de sorte que la pratique de l'éducation physique et du sport dans les institutions corrige le parcours et les idées qui viennent à l'esprit de l'adolescent.

À travers ce qui précède, le problème de l'étude dans les questions suivantes:

\_Existe-t-il une relation entre l'image corporelle et l'estime de soi chez les adolescents pratiquants l'éducation physique et sportive au stade secondaire?

**Questions partielles:**

1\_ Existe-t-il des différences individuelles d'image corporelle chez les adolescents pratiquants l'éducation physique et sportive en fonction de la variable de genre?

2\_ Existe-t-il des différences individuelles d'estime de soi chez les adolescents qui pratiquent l'éducation physique et sportive en fonction de la variable de genre?

3\_ Existe-t-il une relation entre l'image du corps et l'estime de soi chez les adolescents pratiquants l'éducation physique et sportive?

**Hypothèses d'étude:**

- Il existe une relation entre l'image corporelle et l'estime de soi chez les adolescents pratiquants l'éducation physique et le sport à l'école secondaire.

**Hypothèses partielles:**

1\_ Il existe des différences individuelles dans l'image corporelle des adolescents qui pratiquent l'éducation physique et le sport en fonction de la variable de genre?

2\_ Il existe des différences individuelles dans le niveau d'estime de soi chez les adolescents pratiquant l'éducation physique et le sport en fonction de la variable de genre?

3\_ Existe-t-il une relation entre l'image du corps et l'estime de soi chez les adolescents pratiquants l'éducation physique et sportive?

**les objectifs des études :**

\_ Identifier les différences d'image corporelle chez les adolescents pratiquants l'éducation physique et le sport en fonction du sexe.

\_ Identifiez les différences d'estime de soi des adolescents pratiquants l'éducation physique et le sport en fonction de la variable de genre.

\_ Étudiez la relation entre l'image du corps et l'estime de soi chez les adolescents pratiquants une éducation physique et sportive.

### **L'importance de l'étude:**

Cette étude revêt une grande importance car elle traite deux facteurs principaux dans l'autodétermination et l'identité personnelle des adolescents qui pratiquent une éducation physique et sportive. L'importance de cette étude se reflète dans la découverte de la réalité de deux variables fondamentales des variables de la personnalité chez l'adolescent (image corporelle et estime de soi). Les différences dans l'image physique et la valeur intrinsèque des adolescents, en fonction de la variable de genre (homme et femme) et de la nature de la relation qui les unit, sont réalisées. La réalisation de ces deux variables chez l'adolescent assure le confort psychologique et la réalisation du caractère normal qui facilite son intégration dans la société contemporaine. Depuis l'émergence de la technologie et des moyens modernes qui relient les membres de la communauté en général et entre l'adolescent et son entourage en particulier, nous nous sommes consacrés dans cette étude aux adolescents pratiquant l'éducation physique et sportive au niveau secondaire à voir le rôle de l'éducation physique et sportive dans la coordination de la santé mentale lorsque l'adolescent.

En raison du manque d'études sur l'image du corps et sa relation avec l'estime de soi chez les adolescents pratiquant l'éducation physique et le sport, en particulier dans l'environnement algérien, nous espérons donc que cette étude viendra compléter l'héritage psychologique.

### **Termes de recherche.**

**L'image du corps**, est l'image mentale que l'individu a sur son corps, à la fois sous la forme de son apparence extérieure, de ses composants internes et de ses divers organes, de sa capacité à les utiliser et de son efficacité, ainsi que des images ou des directions associées dirigées ou négatives à partir de cette image mentale du corps (Bas, et al., 2003).

### **La définition procédurale l'image du corps :**

Selon cette présente recherche ,l'image corporelle veut dire l'image mentale sur soi que l'individus imagine et qui a été produite suite à des différents facteurs à savoir l'environnement ,la famille, les amis ,les médias ,l'héritage et les activités physique ,qui lui tournent autour et aussi à ses différentes relations avec les membres de la société. **Estime de soi**, "Resmberg "l'a défini comme l'attitude globale, négative ou positive d'une personne vis-à-vis de lui-même. "Le docteur Abderrahmane Al-Azraq définit également" l'évaluation de l'individu en soi et de ses caractéristiques, ainsi que le bon et le mauvais comportement qu'il a et croit en sa vie. Il est également connu comme "un jugement personnel émis par l'individu à sa propre valeur et montrant ses tendances envers lui-même et sa satisfaction envers lui-même" (Taha et al., 2003).

### **La définition procédurale de l'estime de soi :**

C'est l'évaluation que confère l'individus à lui-même tout en donnant une valeur positive de soi ou le contraire (valeur négative), ou c'est le degré obtenu par celui qui cherche à mesurer l'estime de soi

"**Adolescence**", est un terme descriptif qui fait référence à un certain stade de croissance qui commence à la fin de l'enfance et se termine par la maturité, (étape vers le début de la maturité physique, mentale et sociale).

### **Les études précédentes :**

1/**KHOUJA Adel** : Le programme sportif proposé influence l'amélioration de l'image de corps ainsi que le concept de l'estime de soi et le développement de la forme physique qui ont une relation avec la santé chez les personnes à mobilité réduite.

Une étude sur terrain a été faite dans les établissements hospitaliers YAKOUBI Zohir à Alger ,un échantillon de cette étude comporte 20 personnes handicapées

(garçons) ayant une tétraplégie (37,33% du nombre total de cette étude), cela se fait délibérément et était divisé en deux parties dont la première comporte 10 adolescents (numéro pilote) quant à la deuxième comporte aussi 10 adolescents (nombre précis).

Le chercheur s'est basé dans cette étude sur la norme de l'image de corps et celle de l'estime de soi de Rosenberg et aussi sur l'examen de la forme physique relative à la santé de Winnick et Short, A cet effet, les résultats de cette étude montre que le programme sportif a contribué à l'amélioration l'image de corps et à l'estime de soi chez les personnes à mobilité réduite.

**2/Samia Mohamed Saber Abd Mohamed Abd Elnaby :**La relation entre l'image de corps, l'estime de soi et la dépression chez les universitaires.

une étude a été réalisée sur un échantillon d'universitaires ( 287 étudiants et étudiantes ) tout en adoptant la norme de l'image de corps et l'estime de soi ainsi que la dépression ,on a constaté qu'il y'a une relation relative positive entre l'image de corps et l'estime de soi et qu'il y'a une relation relative négative entre l'image de corps et la dépression ,en effet, les études ont montré qu'il n'y a pas de différence entre les sexes concernant l'image de corps or, il y'en a au niveau de l'estime de soi au profit des filles ,alors qu'il y'a de différence entre les deux sexes concernant la dépression.

### **Identification des procédures de recherche:**

#### **1\_ Méthodologie de recherche:**

Le chercheur s'est appuyé sur le curriculum

En ce sens, le milieu de la recherche est constitué d'adolescents qui pratiquent l'éducation physique et sportive au stade secondaire. Lorsque le chercheur a été sélectionné, un échantillon aléatoire d'adolescents a été estimé à 120 adolescents (60 adolescents et 60 adolescentes) sur quatre secondaires.

## 2\_ Outils d'étude:

### 2\_1\_ Description de l'échelle:

Échelle d'image corporelle: conçue par Samia Mohamed Saber Mohamed Abdel Nabi, chercheuse, en référence au cadre théorique et à certaines mesures précédentes, composée de (27) mots et située en deux dimensions.

\_ La première dimension: la perception individuelle ou positive de son corps, qui comprend 19 mots.

\_ Deuxième dimension: l'individu perçoit son corps à travers les opinions des autres et inclut à son tour 8 allumettes.

B - échelle d'auto-évaluation: conçue par le Dr. "Abdul Rahman Al-Azraq", qui comprend les "47" mots et contient les quatre dimensions suivantes: le soi physique et l'apparence générale \_ soi mental et académique - soi-même - et la confiance en soi et les mots de chaque dimension sont corrigés selon l'échelle Triangulation (toujours, parfois, rarement).

### 2\_ transactions scientifiques des outils de recherche:

#### A\_ Échelle d'image corporelle:

Coefficient de stabilité: Le coefficient de stabilité de l'échelle a été calculé sur la base du coefficient Alpha Cronbach, à l'aide d'une étude exploratoire menée sur un échantillon de 120 adolescents (60 femmes et 60 hommes). Les résultats ont montré que l'outil présente une grande stabilité. 0,81 et c'est pourquoi nous nous en remettons à eux dans cette étude.

Le coefficient de vérité est calculé à partir du résultat final du coefficient de stabilité de l'échelle selon l'équation suivante: coefficient de vérité = coefficient de stabilité

Le coefficient d'honnêteté 0,90 = 0,81 La balance a un degré d'honnêteté élevé et peut s'appuyer sur cette étude.

B\_ Échelle d'estime de soi:

Fiabilité et coefficient de stabilité Le coefficient de stabilité de l'échelle a été calculé à l'aide du coefficient Alpha Cronbach. L'étude a été réalisée sur un échantillon de 120 adolescents (60 femmes et 60 hommes) .Les résultats ont montré que l'outil présente une stabilité élevée de 0,83. C'est pour cela nous nous appuyons dans cette étude.

Le coefficient de vérité est calculé à partir du résultat final du coefficient de stabilité de l'échelle selon l'équation suivante: coefficient de vérité = coefficient de stabilité

Coefficient d'honnêteté  $0,91 = 0,83$  par jour, l'échelle a un degré d'honnêteté élevé, sur lequel nous pouvons compter dans cette étude.

#### **Méthodes statistiques:**

Les données statistiques ont été traitées par le programme SPSS.

1\_ coefficient de corrélation de Pearson. 2\_ Test (t) T. Test. 3\_ Ecart-type.  
4\_ moyenne arithmétique. 3\_ coefficient Alpha Cronbach pour calculer la stabilité de l'instrument.

#### **Voir et discuter des résultats:**

##### **1\_ Résultats liés à la première hypothèse:**

Existe-t-il des différences statistiques significatives dans l'image corporelle chez les adolescents pratiquant l'éducation physique et sportive?

**Tableau (1) :** Valeur de la signification des différences d'image corporelle entre le groupe masculin et le groupe féminin au niveau de signification de 0,05.

#### **Méthodes statistiques**

Variables Arithmétique moyenne Écart-type "t".

Les méthodes statistiques Les variables	moyenne arithmétique	Ecart-type.	Coefficients de relation	Degré de liberté	Niveau de signification	La signification
Hommes	67,38	6,79	0,235	118	0,05	EST-D
Femmes	65.67	8.82				

D lorsque la valeur de "P" est inférieure ou égale à 0,05.

\_ (Tableau 1), qui montre les différences selon la variable de sexe dans l'image corporelle, les résultats obtenus montrent ce qui suit:

Le chercheur a constaté que la moyenne arithmétique chez les hommes était de 67,38 et que l'écart-type était de 6,79, alors que la moyenne féminine était de 65,67 et l'écart type était de 8,82 au niveau de liberté 118, la valeur de P était de 0,235 et la valeur de P était supérieure au niveau de 0,05. À l'échelle de l'image corporelle, nous rejetons donc l'hypothèse alternative et acceptons l'hypothèse zéro.

Les résultats de cette hypothèse montrent qu'il y a pas de différences statistiquement significatives chez les adolescents pratiquants le sport selon leur sexe (fille, garçon) et qu'ils ont des tailles moyennes et convergentes à partir des résultats obtenus conformément à la norme ,cela peut être est dû à notre vie contemporaine là où le monde est devenu un petit village grâce au développement technologique ,en effet, cette convergence entre les sexes est causée par des facteurs à savoir l'image idéale que dessine la famille ,la société et les amis dans l'imaginaire de l'enfant depuis son enfance et s'il n'atteint pas cette image sacrée qui lui apporte le bonheur et la satisfaction ,il va lui arriver un déforme de l'image imaginaire de son corps qu'est ,en fait, loin du réelle ,prenons à titre d'exemple notre ancienne culture ,là où la femme obèse était un indice de

la santé , la beauté et de la vie heureuse comme elle était la plus demandée par les hommes même plus que la femme maigre ,quant aux hommes ,celui qui était gros et flatulent ,était le plus parfait que le maigre ,mais tout cela a été changé après avoir été instruit par la culture occidentale et ses critères de beauté et la santé mondiale du coup, la maigreur est devenue cruciale que pour la fille et pour l'homme également ,car le corps n'est qu'un outil et ce qui vaut est bien le fond .

La prospérité croissante des adolescents sur les réseaux sociaux que nous trouvons dans les médias a leur mené à dessiner dans leur imaginaire une image à atteindre, car les médias promeuvent les critères de beauté mondiale réputés entre eux .Le problème ici, c'est que l'adolescent ne sait pas qu'il s'agit d'une mascarade qui n'est pas réelle et produite par des experts qui en profitent pour promouvoir les idées et les produits qui leur sont utiles ,donc l'adolescent va se focaliser sur le côté physique tout en ignorant le fond qui ,en fait , est l'étape essentielle pour identifier la personnalité ,et parce que l'image de corps est le concept mental de son apparence extérieure voire physique ,chaque personne porte une image d'une personne physiquement parfaite dans son esprit, et il se réfère toujours à cette image pour évaluer son physique ce qui rend cette dernière proche de l'idéale choisie de médias tout en étant satisfaite de celle-ci ,à cet effet , Anne Moscone mentionne que l'une des raisons de l'insatisfaction est bien la différence entre l'image idéale et l'image réelle . (Moscone.2013.p16) . Et aussi à la conscience propagée entre les familles et l'amélioration de niveau culturel précisément entre les filles d'aujourd'hui, qui souffraient de troubles de l'image de leurs corps plus que les garçons ,cela s'explique par la conscience qu'avaient les familles voire les mères qui préparent leurs filles pour accepter ce genre de changements ,ceux de puberté et de maturité et de les en rendre fières

tout en les considérant comme un signe de féminité et de leur donner les renseignements nécessaires de cet âge . (Alissawi, 2009, p. 333)

Cela s'explique également par le fait qu'une partie de l'échantillon sont des jeunes ,c'est pourquoi le changement de la croissance physique qui était ,depuis l'adolescence, moyenne va rendre ces jeunes satisfaits de leurs tailles .On ne peut pas négliger le rôle des amis ,en effet, Mustapha swiffe relate ces changements à l'âge de maturation et l'amélioration de soi et que l'individus se focalise sur le physique et l'apparence tout en les comparant avec ceux d'autrui ,et pourtant ,il est devenu mature les adultes ne le traitent pas convenablement ,ce qui engendre des soucis avec sa famille car selon lui ,il y'a que ses amis qui peuvent le comprendre et le déstresser.(Salam et Bahith,2010,p.277) .Cela est dû tout simplement aux facteurs sociaux et culturels qui rendent le comportement de l'homme généralement et l'adolescent spécialement s'avérer privé quant aux images de leurs corps et leurs attractions physiques qui sont intimes ,non-partageables et non- divulgables . c'est ce qui a été prouvé par Samia Mohamed Saber Abd Mohamed Abd Elnaby qu'il n'y a pas de différences statistiques de l'image de corps entre les garçons et les filles.

### **1\_ Résultats liés à la seconde hypothèse:**

Existe-t-il des différences statistiques significatives dans l'estime de soi chez les adolescents pratiquant l'éducation physique et sportive?

**Tableau (2):** Valeur de la signification des différences d'estime de soi entre le groupe masculin et le groupe féminin au niveau de signification de 0,05.

### **Méthodes statistiques**

Variables Arithmétique moyenne Écart-type "t".

Les méthodes statistiques les variables	moyenne arithmétique	Ecart-type.	Coefficients de relation	Degré de liberté	Niveau de signification	La signification
Hommes	111.40	12.00	0,758	118	0,05	EST-D
Femmes	112.03	10.42				

D lorsque la valeur de "P" est inférieure ou égale à 0,05.

\_ (Tableau2), qui montre les différences selon la variable de sexe dans d'estime de soi, les résultats obtenus montrent ce qui suit:

Le chercheur a constaté que la moyenne arithmétique chez les hommes était de 111.40 et que l'écart-type était de 12.00, alors que la moyenne féminine était de 112.03 et l'écart type était de 10.42 au niveau de liberté 118, la valeur de P était de 0,235 et la valeur de P était supérieure au niveau de 0,05. À l'échelle d'estime de soi, nous rejetons donc l'hypothèse alternative et acceptons l'hypothèse zéro.

On peut expliquer les résultats par le fait que les deux sexes sont des adolescents, en effet ,cette période connaît des changements au niveau de la conscience sociale représentée par l'augmentation claire et relative de besoin d'appartenir au groupe qui remplace la famille car cette dernière ne subvient pas aux besoins de l'adolescent en considérant le garçon comme un 'homme ' et la fille comme 'une femme ,en outre , le groupe est un endroit propice pour satisfaire les besoins de la croissance sociale qui se base sur le changement des rôles et l'épanouissement personnel ,en effet ,les groupes d'amis (filles et garçons) jouent un rôle crucial et ils ont un effet sur l'état physique et le comportement de l'adolescent ,ce qui donne plus d'importance aux amis dans la vie de celui-ci ,à cet effet ,Epperson (1964) montre que l'ami se place après les parents par l'adolescent car ce dernier tache de satisfaire ses amis et ses

partenaires (Khalil Michaël Maawadh ,2003,p.409), quand à la famille ,elle joue un rôle très important pour aider les enfants à la compréhension et l'estime de soi ,cela est un processus interactif auquel d'autres participent activement car les parents sont les premiers qui fournissent à l'enfant l'estime de soi et l'éducation sur laquelle il s'appuie ,de ce fait, la fille est influencée par sa mère tout en extrayant sa personnalité de cette dernière alors que le garçon est influencé par son père en imitant son comportement ,c'est pourquoi ,lorsque les parents procurent une bonne éducation à leurs enfants en leur donnant l'opportunité de se montrer ,d'exprimer ses sentiments ,de les charger des idées positives et de renforcer leur coté physique et social qui leur aide à l'épanouissent personnel qui est ,en fait, un point positif que pour l'individus et pour la communauté aussi ,c'est pourquoi, les réactions d'autres personnes à savoir la famille à l'égard de l'adolescent jouent un rôle prépondérant pour que l'adolescent aie l'estime desoi

En ce qui concerne l'estime de soi à l'école ,qui représente donc notre sujet, car dans cet endroit les adolescents trouvent le respect, la compréhension et la compassion et ils tachent d'établir des relations entre eux tout en résolvant leurs problèmes et d'en extraire les raisons ,ils apprennent aussi à y faire face et d'y trouver les solutions tout en comptant sur eux-mêmes .L'école est un endroit pour échanger les idées et pour réinvestir les apprentissages avec les méthodes de gouvernement qui lui permettent de communiquer avec les membres d'un groupe et de soutenir les réponses souhaitées comme les éloges, les encouragements et les récompenses matérielles et morales .tout cela se voit lors de la séance d'éducation physique et sportive là où il peut faire apparaitre ses capacités et exprimer ses idées mentales ,physiques et sociales et c'est ce qui a été prouvé également par **Jackie frast and Stuartry** qu'il n'y a pas de différence concernant l'estime de soi entre les filles et les garçons .

### 1\_ Résultats liés à la troisième hypothèse

Existe-t-il une relation entre l'image du corps et l'estime de soi chez les adolescents pratiquant l'éducation physique et sportive?

**Le tableau (3)** : représente la moyenne arithmétique, l'écart type et la valeur " T" entre l'image corporelle et l'estime de soi (au niveau de signification de 0,01).

Les méthodes statistiques Les variables	moyenne arithmétique	Ecart-type.	Coefficients de relation	Niveau de signification	La signification
L'image corporelle	66.52	7.80	**0,322	0,01	D
L'estime soi	111.71	11.21			

Le tableau (03) montre qu'il existe une corrélation positive entre l'image corporelle et l'estime de soi, avec une moyenne arithmétique de 66.52 et un écart type de 7.80 pour l'échelle de l'image corporelle ,La moyenne arithmétique l'échelle l'estime soi était de 111.71 avec un écart type de 11.21. Ou le coefficient de corrélation était de 0.322 au niveau de signification 0.01, nous acceptons l'hypothèse alternative selon laquelle il existe une relation corrélative entre l'image corporelle et l'estime de soi.

A partir des analyses, nous constatons qu'il y'a une relation étroite et directe entre l'image de corps et l'estime de soi chez les personnes de l'échantillon, et qu'il s'agit d'une relation positive car l'estime de soi s'augmente conformément à l'image correcte de corps et elle se diminue quand l'image de corps est incorrecte et déformée ,cela s'explique par le fait que même si l'adolescent est pressé par les membres de sa famille, ses amis ou à l'école quand il est satisfait de son apparence et la forme de son corps ,son estime de soi augmente ,cela indique la confusion entre l'image de corps et l'estime de soi .

Tout en référant à l'héritage théorique nous constatons que l'image du corps se réfère au concept de soi, qui se rapporte aux directions et aux expériences qui sont liées au corps, du coup ,James a été l'un des premiers à écrire sur le moi physique le fait que les caractéristiques physiques de la personne sont considérées comme importantes dans son concept de soi et elles sont un élément essentiel (Ibrahim Abuzaid, 1987 p.95) .Cette conclusion est compatible avec les résultats de Mable, Balance et Galgan (1986) que la déformation de l'image de corps est associée à une faible estime de soi. Ainsi que les résultats de l'étude d'Aladdin Kafafi, Maysa Al-Niall, qui ont trouvé une corrélation positive et fondamentale entre la satisfaction de l'image de corps , l'estime de soi et le bonheur chez les adolescentes des communautés égyptienne et qatarie. (Aladdin Kafafi, Maysa Al-Niyal, 1995 p. 129). .en outre, une étude faite par Khouja Adel ,appliquant un programme sportif sur un échantillon d'adolescents handicapés ,a montré que le programme contribue à influencer le corps ,ce qui produit une élévation d'estime de soi et c'est ce qui prouve donc la relation entre les deux variables.

### **Conclusions et recommandations:**

#### **1\_ Conclusions:**

1\_ Il n'y a pas de différence statistiquement significative dans l'image corporelle chez les adolescents pratiquants une éducation physique et sportive en raison de la variable de genre (hommes, femmes).

2\_ Il n'existe aucune différence statistiquement significative d'estime de soi chez les adolescents qui pratiquent l'éducation physique et sportive en raison de la variable liée au sexe (hommes, femmes).

3\_ Il existe une corrélation positive entre l'image corporelle et l'estime de soi chez les adolescents pratiquant une éducation physique et sportive.

Recommandations: À la lumière des conclusions tirées des résultats de l'étude, le chercheur recommande ce qui suit:

\_ Développer des programmes et des politiques visant à sensibiliser les adolescents en guidant les parents et à les sensibiliser aux changements physiques et psychologiques qui accompagnent l'adolescence à travers la diffusion de la sensibilisation à la santé et à la culture familiale.

\_ L'attention des responsables du secteur de l'éducation et l'étude de ces deux variables, considérées comme les facteurs psychologiques les plus importants de la réalisation de soi, en l'incluant dans le programme comme l'un des objectifs souhaités et que nous cherchons à atteindre

Organiser des sessions de formation et de sensibilisation à l'intention des inspecteurs sur les facteurs psychologiques les plus importants qui présentent un danger pour la santé mentale et l'avenir des adolescents et qui pourraient avoir besoin de soutien pour surmonter ces difficultés.

- Réaliser des programmes et des quotas de télévision traitant de questions délicates de la psychologie de l'enfant afin d'éclairer l'esprit des familles algériennes sur la façon de traiter leurs enfants, en particulier les filles, pendant leur temps à la maison.

\_ Se concentrer sur ces études et les étudier afin d'éviter l'impact de la technologie, des médias et des nouveaux médias, qui proviennent de la culture occidentale et représentent un danger pour nos enfants.

**Liste des sources et références:**

1\_ Khoja Adel. L'impact du programme sportif proposé sur l'amélioration de l'image du corps et du concept d'estime de soi pour les personnes à mobilité réduite, dans le Journal de l'Université de Recherche An-Najah (Sciences humaines), Volume 25 (5), Masila, Algérie, p. 1283.1336.

2\_ Ibrahim Ahmed Abuzeid (1987) Self Psychology and Consensus, I 1, Dar al-Maarifah, Le Caire.

3\_ Alaa El Din Kafafi, Maisa El Nial (1995). L'image du corps et certaines variables de personnalité dans les échantillons d'adolescents "une étude transcendantale transcendantale transculturelle" Dar Knowledge, Université.

4\_ Al-Essawi, Abdul Rahman (2009) La santé mentale dans les établissements d'enseignement, 1, Halabi Rights Publications, Beyrouth, Liban.

5\_ Salam, Hashim Hafez et le chercheur Abdul Azim Hamza Khair (2010) L'adolescent est d'accord avec ses parents, dans Qadissiya Journal of Humanities, Volume 13, N° 3, Iraq, p. 275.308.

6\_ apparent. Qahtan Ahmed, Le concept de soi entre théorie et pratique. 1, Editions Dar Wael, Amman 2004, p.

7\_ Mohammed Al-Shabrawy Anwar (2001): Relation entre l'image du corps et certaines variables de la personnalité chez les adolescents, Revue de la Faculté d'éducation, Université de Zagazig, n° 38, page 127\_153.

8\_ Ramadan Mohammed Gaddafi, croissance de la psychologie. Enfance et adolescence Bibliothèque universitaire d'Alexandrie. P. 344.346.

9\_ Adas Abderrahmane, Tawfi Mohiuddin. Introduction à la psychologie I 5 Éditions Dar Al Fikr Amman, Jordanie, 1998, page 355.

11\_ Taha, Faraj Abdelkader (2003), Encyclopédie de psychologie et de psychanalyse, I 2, Dar Gharib, Le Caire.

1\_ Durand, M. V., § Barlow, D, H, (1997). Psychologie anormale ; introduction, Pacific Grove, Brook Cole Publishing Co.

2\_ Low, Kathryn G.Charasombonem, S., Broun, C., Hiltunen, G., Long.K. et Reihhalter, K. (2003) .Internalisation de l'idéal mince et de l'image corporelle. Journal du comportement social et de la personnalité, 31 (1); 81-89.

4\_ Winzeler. Abby, image corporelle saine. Collège de santé et services à la personne. unh centre sur la toxicomanie 2005 p2. [www.shhs.unh.edu](http://www.shhs.unh.edu)

5\_ Shroff (2004) Un examen du risque relationnel entre pairs et Protection contre les perturbations de l'image corporelle et les troubles alimentaires chez les adolescentes. Diss Ferom.

6\_ Sopel, S (1998) Évaluation de l'image corporelle chez les survivants d'un cancer infantile. Journal de psychologie pédiatrique, p141-147.

7\_ Moscone. Anne-Louise (2013). Troubles de l'image du corps et des problèmes psychologiques associés dans l'anorexie mentale. Université Paris-Sud (Thèse de Doctorat Non Publique).