FICHE PÉDAGOGIQUE 04

version du 15/10/2020

LA MIXITÉ DANS L'AÏKIDO POUR LES JEUNES

Par son approche spécifique, non compétitive, l'aïkido favorise la mixité et permet de dépasser les stéréotypes de genre. Il acquiert ainsi une valeur éducative importante et favorise le développement de la personnalité et l'épanouissement de chacun, vecteur d'une égalité réelle.

Garçons
Filles
ÉGALITÉ
Respect
Vivre ensemble
MIXITÉ
Rencontre

Ce document appartient à une série de fiches pédagogiques créées par la Commission Jeunes de la Fédération Française d'Aïkido et de Budo. Il peut être imprimé simplement ou, sous format 4 pages pliées, pour constituer un dossier, dans lequel viendront s'insérer les fiches annexes. Pour aller plus loin, vous pouvez retrouver l'ensemble de la collection sur le site de la Fédération.

LA MIXITÉ CONSISTE À ACCUEILLIR ENSEMBLE LES FILLES ET LES GARÇONS, À LEUR PROPOSER DE PRATIQUER LES MÊMES ACTIVITÉS, DANS LE MÊME TEMPS ET LE MÊME LIEU, SANS LES SÉPARER. IL S'AGIT DE LA FAÇON LA PLUS RÉPANDUE D'ORGANISER LES COURS D'AÏKIDO, AUSSI BIEN POUR LES PUBLICS JEUNES QUE POUR LES ADULTES, À TEL POINT QU'ELLE PEUT PARAÎTRE NATURELLE. MAIS SA FINALITÉ N'EST PAS SEULEMENT D'OUVRIR LA PRATIQUE DE L'AÏKIDO À UN PLUS GRAND NOMBRE DE PRATIQUANTS ET IL EST IMPORTANT QUE L'ENSEIGNANT D'AÏKIDO AIT CONSCIENCE DES ENJEUX, NOTAMMENT ÉDUCATIFS, DE CETTE APPROCHE.

LA MIXITÉ, POUR QUOI FAIRE ?

Un cours mixte n'est pas seulement un cours dans lequel les filles et les garçons peuvent s'inscrire et venir pratiquer simultanément. Il s'agit également d'un cours dans lequel il vont pouvoir pratiquer ensemble. Le cours d'aïkido constitue ainsi une occasion de rencontre, qui possède plusieurs enjeux important : dépasser les stéréotypes de genre, promouvoir le respect mutuel et permettre l'épanouissement de chacun.

STÉRÉOTYPES

L'identité d'un individu est complexe, et rassemble de nombreuses composantes, parmi lesquelles son appartenance à différents groupes ou ensembles : les membres de sa famille, les habitants de sa ville, les élèves de son école – mais aussi, de façon très générale : les filles ou les garçons.

Malheureusement, bon nombre de ces appartenances sont marquées par des stéréotypes, c'est à dire des représentations simplifiées et souvent inexactes.

Ainsi s'imagine-t-on souvent que les français sont tous romantiques, que les habitants de Paris sont tous désagréables, que les enfants de telle école sont tous bons élèves ou turbulents. Il s'agit de stéréotypes, parce que l'on peut évidemment trouver bon nombre de contre-exemples et que la réalité est toujours bien plus nuancée.

Le problème avec les stéréotypes, ce n'est pas seulement qu'ils sont souvent faux. C'est qu'ils empêchent les individus de vivre comme ils l'entendent, et qu'ils finissent par produire des inégalités réelles, dont les personnes sont victimes.

Concernant les filles et les garçons, il existe également de nombreux stéréotypes. Ces stéréotypes peuvent être négatifs (« les filles ne sont pas fortes » ; « les garçons ne sont pas sensibles ») ou positifs (« les filles sont plus sérieuses que les garçons » ; « les garçons sont plus courageux que les filles »), mais enferment toujours l'individu dans une identité prédéfinie, qui ne lui correspond pas forcément.

Petit à petit, la société finit même par inventer une « image type » de ce que doivent être une fille ou un garçon, et par décider quelle place ils doivent occuper dans la société : les femmes doivent rester au foyer et développer leur patience, leur empathie, leur bienveillance ; les hommes doivent occuper des positions actives qui demandent du courage, de la force, du caractère. Ces rôles sexuels sont extrêmement rigides, et ils ont tendance à se reproduire, en obligeant les individus à se conformer à eux. Ils s'opposent ainsi directement à la liberté et à l'épanouissement personnels.

LA MIXITÉ CONTRE LES STÉRÉOTYPES

La mixité est l'une des façons de permettre aux enfants de s'affranchir partiellement de ces stéréotypes, et ce de trois façons au moins :

1 En permettant aux enfants de vivre les mêmes activités, et de les vivre ensemble, elle efface de fait l'idée d'activités réservées et prouve par l'exemple qu'il est possible aux filles comme aux garçons de pratiquer les arts martiaux, et que chacun peut y faire la preuve de qualités variées (puissance, souplesse, concentration, précision...), qui ne sont d'ailleurs pas réservées aux uns ou aux autres.

2 En permettant aux enfants de se rencontrer, elle leur permet de construire une idée plus nuancée de l'identité individuelle, de s'affranchir en partie des représentations trop grossières et de s'élever à la rencontre des individus cachés derrière les images toutes faites.

3 En fréquentant des individus aussi variés que possible, l'enfant peut également s'affranchir des stéréotypes qui pèsent sur lui et développer une identité plus riche et complexe, affirmer son caractère et son identité propres

Par sa mise en oeuvre concrète, la mixité devient ainsi facteur de connaissance et de respect de l'autre, mais aussi d'élévation personnelle. Elle contribue ainsi à assure l'égalité des individus, en leur permettant de s'affranchir de limitations qui leurs sont imposées arbitrairement.

Le saviez-vous ?

Des femmes ont pratiqué l'aïkido dès ses toutes premières heures, auprès d'Osenseï. Kazuko Sekiguchi et Takako Kunigoshi ont ainsi suivi son enseignement dès 1931. Plus tard, ce sont d'autres pratiquantes qui suivront l'enseignement de l'Aïkikaï. Parmi elles, Fukiko Sunadomari, Fumiko Kobayashi, Mariye Takahashi et, bien entendu, la jeune Rumiko, future Madame Tamura.

L'AÏKIDO, AU SERVICE DE

LA RENCONTRE, DE L'ÉGALITÉ ET DE L'ÉPANOUISSEMENT DE CHACUN

L'aïkido représente une excellente occasion de renverser certains stéréotypes concernant les garçons et les filles, notamment quand il est pratiqué dans un contexte mixte :

• Comme tous les arts martiaux, le port d'un uniforme (le keikogi) indifférencié pour les filles et les garçons, permet à chacun de s'affranchir des déterminants extérieurs pesant sur lui. Les filles n'ont pas à porter de tenue rose, les garçons de tenue bleue, et chacun peut se contenter d'être lui-même.

• L'aïkido est un art martial sans compétition. Il évite donc de renier la mixité à chaque match ou tournoi, vécus et valorisés comme « les grands moments », les plus authentiques. En aïkido, chaque entraînement, chaque stage est « le grand moment », et il est vécu avec des filles et des garçons, indifféremment.

• En organisant de façon codifiée les changements réguliers de partenaires, l'aïkido conduit automatiquement les enfants à pratiquer tous ensemble. Il les ouvre ainsi à l'altérité, et permet notamment aux filles et aux garçons d'abroger

la distance qui les sépare souvent (« les filles avec les filles, les garçons avec les garçons »), sans que personne n'ait à décider de faire le premier pas. Ainsi, filles et garçons ne pratiquent-ils pas seulement au même endroit au même moment, mais pratiquent-ils réellement ensemble, de façon naturelle.

• En ne faisant pas reposer tout son intérêt sur la confrontation mais plutôt sur la rencontre, l'aïkido libère les enfants de l'impérieuse obligation de devoir vaincre et être forts, et balaie ainsi tous les stéréotypes relatifs à la combativité, à la domination, aux rôles de guerriers, de protecteurs…

• En organisant l'alternance des rôles entre partenaires (aïte : uke / tori), l'aïkido conduit également les enfants à expérimenter l'interchangeabilité des rôles et à dépasser tous les clichés relatifs à la victoire ou à la défaite, à la domination ou à l'invincibilité, qui alimentent de nombreux stéréotypes de genre.

• De la même façon, en cherchant à dépasser la simple force physique (musculaire), l'aïkido permet aux enfants de s'affranchir du stéréotype de la plus grande force des garçons, souvent opposé à celui de la souplesse des filles.

• Par son ancrage traditionnel et l'accent qu'il met sur l'étiquette, l'aïkido permet enfin aux enfants de développer des habitudes relationnelles harmonieuses, préoccupées du respect de l'autre plutôt que de la domination de l'autre.
L'aïkido constitue ainsi un outil éducatif privilégié, qui permet naturellement d'installer une mixité forte, et de favoriser l'égalité entre garçons et filles.

Comment donner à l'aïkido toute sa portée éducative ? *La fiche-annexe 04.01 – CONSEILS CONCRETS POUR FAIRE VIVRE LA MIXITÉ vous propose une réflexion concernant des attitudes précises de l'enseignant.*

POUR CONCLURE

La question des identités de genre et de l'égalité entre filles et garçons, entre hommes et femmes, dépasse largement le cadre du tatami et du club d'aïkido pour interroger notre société entière. En permettant aux enfants d'expérimenter une mixité réelle, l'aïkido peut leur permettre de s'affranchir du poids des stéréotypes (subis ou infligés). Il devient ainsi vecteur de liberté et d'égalité, et peut contribuer à l'évolution de notre société.

POUR ALLER PLUS LOIN

Ces réflexions sont proposées pour nourrir votre pratique et votre réflexion. Elles visent à compléter une démarche personnelle de formation, qui commence sur le tatami, en club ou lors de stages de formations, comme ceux que propose la Fédération, et qui se nourrissent nécessairement d'une dynamique d'échanges. N'hésitez pas à vous rapprocher de la Commission Jeunes de la Fédération si vous souhaitez contribuer à ces travaux.»