



L'analyse ethnographique de la pratique du pole fitness

Par

Taïna Toussaint

Science de la gestion

Option marketing

Mémoire présenté en vue de l'obtention

Du grade de maîtrise ès sciences

M. Sc.

Juillet 2019

© Taïna TOUSSAINT, 2019

l'AVIS DE CONFORMITÉ du C.E.R et l'attestation,

Résumé

En recherche du comportement du consommateur, on a abordé le corps féminin, le dépassement des limites et l'entraînement sportif. Par contre, peu d'articles mettent en lumière les liens qui existent entre ces composantes. Ce mémoire souhaite contribuer à cette littérature qui, par son silence, contribue aux préjugés véhiculés dans la société de la femme. Pour y remédier, on se demande: « Que signifie la pratique du pole fitness ? » Je veux répondre à trois objectifs précis : (1) *analyser la pratique des adeptes*, (2) *explorer la symbolique de l'activité* et (3) *analyser les enjeux identitaires qui entourent l'activité*.

Ce mémoire décide de combler cette lacune en proposant une ethnographie permettant l'accès à une sous-culture et la compréhension d'expériences des pratiquantes du pole fitness, un milieu majoritairement féminin. J'ai effectué une observation participante, une observation passive et des entrevues semi-dirigées en suivant deux débutantes, deux expérimentées et deux professionnelles de cette pratique dans Montréal et ses environs. Cette recherche atteste de la dimension identitaire présente dans le pole fitness. Elle explique que la transformation du corps, l'acquisition des habiletés et la douleur contribuent à l'évolution identitaire de la participante. D'autre part, elle émerge la dimension politique présente dans le pole fitness. En effet, les femmes désirent se différencier des hommes, en utilisant leur force et le dépassement de leur limite. On y voit aussi des symboles émergents de ce milieu qui permettent l'autonomisation de la femme. En fait, la réappropriation de la sensualité et de l'intimité sont perçues comme une autonomisation sexualisée.

Mots clés : Pole fitness, entraînement sportif, dépassement, motivation, douleur, identité, corps féminin, limite

Table des matières

<i>Résumé</i>	v
<i>Listes des figures</i>	viii
<i>Introduction</i>	9
<i>Chapitre 1 : La revue de littérature</i>	14
1.1 L'entraînement physique et sportif	14
1.2 Les limites dans l'entraînement physique et sportif et l'importance du dépassement	17
1.2.1 Le sport extrême et la motivation	17
1.2.2 La position de la douleur dans l'entraînement physique et sportif	20
1.3 Le corps féminin et l'entraînement physique et sportif	26
1.3.1 Identité	26
1.3.2 Le corps et la femme.....	28
<i>Chapitre 2 : Méthodologie</i>	33
2.1 Le terrain : le pole fitness	33
2.1.1 Pole chinois.....	33
2.1.2 Pole indien	34
2.1.3 Influence des danses « exotiques ».....	34
2.1.4 Pole dance	35
2.2 La collecte des données	38
2.2.1 Ethnographie	38
2.2.2 Recrutement	39
2.2.3 Observation passive	40
2.2.4 Observation participante	41
2.2.5 Entrevue semi-dirigée	42
2.3 Interprétation des résultats et analyse des données	42
<i>Chapitre 3 : Analyse des résultats</i>	44

3.1 La perception du pole fitness et l'évolution des pratiquantes.....	44
3.2 Les motivations à faire du pole fitness	52
3.2.1 La forme physique	52
3.2.2 L'enseignement.....	54
3.2.3 La compétition	56
3.2.4 La progression.....	59
3.3 Comment pratiquent-elles le pole fitness ?	64
3.3.1 Le portrait des pratiquantes.....	64
3.3.2 L'apprentissage	71
3.3.3 Les marques de dépassement	79
3.4 La négociation identitaire à travers le pole fitness.....	87
3.4.1 Être unique	87
3.4.2 L'appropriation des symboles masculins.....	89
3.4.3 Les tensions identitaires.....	95
3.5 Conclusions préliminaires	102
<i>Chapitre 4 : Discussion.....</i>	<i>107</i>
4.1 La dimension identitaire.....	107
4.2 La dimension politique.....	110
4.3 Les implications.....	112
4.4 Les limites.....	114
<i>Conclusion.....</i>	<i>115</i>
<i>Annexe.....</i>	<i>116</i>
Annexe 1.....	116

Listes des figures

Figure 1 : Progression	60
Figure 2: Amélie qui effectue le mouvement Janeiro	80
Figure 3: De la corne sur la main d'Amélie	82
Figure 4: Blessure	84

Introduction

« La personne qui accepte de faire du pole accepte de se faire juger, d'avoir mal, de pas avoir une vie paisible. Tu es contente de faire quelque chose qui est unique. Tu t'en fous d'avoir mal, tu sais que ça en vaut la peine. » (sic) Marie-Anne, 24 ans

Avec un sourire aux lèvres et un regard pétillant, Marie-Anne décrit son expérience du pole fitness de douloureuse et d'inconfortable. Cette citation nous permet de comprendre que Marie-Anne cherche plus qu'une simple expérience hédoniste lorsqu'elle pratique le pole fitness : la recherche de la douleur, de l'identité et de l'importance des symboles peut être perçue.

Cette jeune femme adore une pratique marginalisée gagnant en popularité. En effet, on peut prendre comme exemple la page Instagram @poledancenation. Ce compte publie des vidéos de milliers de personnes qui ont mis un #poledancenation à leur photo, possédant 239 000 abonnés à ce jour¹. De plus, #pole possède plus de 4,3 millions de publications à ce jour². En plus de gagner en popularité, cette pratique gagne aussi en notoriété qui en surprend plus d'un (Coates, 2017). Effectivement, depuis le 2 octobre 2017, le pole fitness est officiellement reconnu comme un sport selon le « Global Association of International Sports Federations » (GAIF). C'est une étape nécessaire en vue de se rendre aux Olympiques dans les années à venir. Cette organisation permet aux groupes de s'outiller afin de remplir tous les prérequis obligatoires pour faire partie des jeux Olympiques.

¹ Observé le 1 juillet 2019

² Ibid.

À travers la littérature, on s'attarde sur l'entraînement physique, le dépassement et le corps féminin.

Premièrement, la littérature en comportement du consommateur aborde l'entraînement physique et sportif en discutant du marketing de cette activité : la promotion, les publicités (Lee, Keller, & Sternthal, 2009) et l'évaluation des services (Yeung & Soman, 2007). D'autres auteurs ont choisi de parler de l'image du corps (Dunne, Freeman, & Sherlock, 2005; Harrison, Juric, & Cornwell, 2001).

Deuxièmement, plusieurs se sont intéressés au dépassement des limites dans les sports extrêmes et aux motivations qui poussent des personnes à les pratiquer (Celsi, Rose, & Leigh, 1993; Le Breton, 2000). Aujourd'hui, on observe que la recherche de la douleur pour vivre une expérience est devenue un incontournable pour plusieurs personnes. À titre d'exemple, en septembre 2016, plus de 2,5 millions de personnes ont réalisé le challenge Tough Mudder (Hiquet, Chef du bureau Marketing de Tough Mudder, Septembre 2016), un parcours à obstacle vendu par la compagnie comme étant douloureux (Scott *et al.*, 2017).

Troisièmement, un groupe d'étude s'est intéressé à la façon dont le corps féminin contribue à l'identité de la femme (Donaghue, Kurz, & Whitehead, 2011). On s'aperçoit que le corps de la femme est perçu de différentes manières, elle veut posséder un choix sur la façon dont l'image de son corps est véhiculée. On parle de l'autonomisation par l'agence sexuelle de la femme, de la « raunch » culture (Gill, 2007b; Levy, 2010).

En effectuant des recherches, on comprend qu'il y a une exploration des entraînements physiques et sportifs dans la recherche du comportement des consommateurs. D'ailleurs, les auteurs ont discuté des limites et le désir de se dépasser dans un entraînement physique et sportif. Dans un autre ordre d'idées, des auteurs ont discuté du corps de la femme, de leur identité et des activités sportives. Par contre, il y existe une déficience considérable

dans la littérature. En effet, peu d'auteurs ont fait le lien entre le corps de la femme qui désire repousser les limites et qui désire ressentir de la douleur dans des entraînements physiques et sportifs. De ce fait, ce manque dans la littérature serait pertinent à combler en utilisant une pratique majoritairement féminine : le pole fitness.

Afin de combler ce manque, je propose d'effectuer une ethnographie multi-méthodes qui répondra à la problématique suivante : Que signifie la pratique du pole fitness? Pour y répondre, je poursuivrai trois objectifs : (1) analyser la pratique des adeptes, (2) explorer la symbolique de l'activité et (3) analyser les enjeux identitaires qui entourent l'activité.

Plusieurs raisons expliquent le choix d'étudier ce phénomène. Sous une perspective scientifique, il faut comprendre que celui-ci permet d'explorer un nouveau type d'expérience de consommation qui n'est pas forcément plaisante. Les individus ne cherchent pas à tout prix une expérience hédonique. La douleur et l'inconfort peuvent faire partie d'une expérience recherchée. Comme cela a été mentionné plus tôt, la douleur et les stigmas sont également considérables afin de vivre l'expérience de cette pratique. En outre, on repousse les frontières de l'expérience. On explique comment la douleur peut lutter contre le stigma, en d'autres mots, l'approche de la fitness ultime pour contrer les stigmas l'entourant. De plus, les chercheurs en marketing doivent prendre conscience de nouvelles conceptions reliées à la femme que l'identité féminine ne se développe pas en opposition à la douleur ou à la femme qui désire se dépasser.

Sous une perspective managériale, ce mémoire met en lumière qu'il existe une différente approche pour s'adresser aux femmes en quête de dépassement et qui veulent s'approprier leur douleur. De plus, l'arrivée éventuelle du pole fitness aux Olympiques donne la possibilité aux gestionnaires de marketing de développer un marché. Nous estimons devoir rester à l'affût des tendances marginales, afin de comprendre les consommateurs. Prenons l'exemple du « Cliff jumping » pour l'expliquer. C'est une pratique qui était marginale, effectuée pour ressentir une sensation forte (Abramson & Laviolette, 2007). De plus, un sentiment de rébellion s'émanait du groupe des « cliff jumpers » (Abramson

& Laviolette, 2007). D'ailleurs, il n'y avait pas de règle pour le pratiquer. Celle-ci a été récupérée par des compagnies comme Red Bull qui organise des compétitions de « cliff jumping ». C'est en allant à la source qu'on peut comprendre un phénomène et qu'on peut rendre des tendances plus accessibles aux autres, ainsi développer un marché.

Afin de répondre à la problématique, j'utiliserai diverses méthodes pour collecter les données, dont des entrevues semi-dirigées, des observations passives et des observations participantes.

J'observerai les participantes en effectuant une observation passive afin de contribuer au sentiment de confiance de la participante. De plus, cela permet de faire partie de leur intimité. Il importera aussi d'effectuer une observation participative afin d'être témoin de événements spontanés.

J'effectuerai des entrevues semi-structurées avec des personnes ayant des expériences variées et pratiquant du pole fitness à des niveaux variés : des débutantes (des personnes qui débutent ce sport), des plus expérimentées (des personnes qui le pratiquent depuis un certain temps déjà) et des professionnelles (des femmes qui sont payées pour pratiquer ce sport). Deux personnes de chaque niveau sont choisies afin de comprendre le phénomène en entier. En outre, l'information est perçue différemment compte tenu du niveau d'apprentissage.

Dans le cadre de ce mémoire, on retrouve dans le premier chapitre une revue de littérature où on analyse l'entraînement physique et sportif, en continuant avec les limites dans l'entraînement physique et sportif et l'importance du dépassement. On termine le chapitre en mettant l'accent sur le corps féminin dans l'entraînement sportif. Lors du deuxième chapitre, la méthodologie employée est rédigée. Je discute de mon ethnographie multi-méthodes : observation passive, observation participante et entrevue semi-dirigée. Au troisième chapitre, à l'aide d'une ethnographie du pole fitness, les analyses des résultats

obtenus sont présentées. Celles-ci sont concentrées sur la perception des participantes du pole fitness, leurs motivations à pratiquer ce sport, comment se sport est pratiqué, la tension identitaire chez la pratiquante de pole fitness et sont le centre de la discussion présent dans le quatrième chapitre. De plus, dans ce chapitre je discute des différentes avenues de recherches, des implications et des limites de la recherche. Pour conclure, j'effectue un résumé de ce qui a été vu à travers cette recherche dans le dernier chapitre.

Chapitre 1 : La revue de littérature

La revue de la littérature qui suit permet de mieux comprendre l'objet d'étude et d'appivoiser les théories pertinentes au contexte du pole fitness. L'approche théorique est structurée selon trois sujets principaux : premièrement, l'entraînement physique et sportif, deuxièmement les limites dans l'entraînement physique et sportif et l'importance du dépassement, troisièmement, le corps de la femme dans l'entraînement physique et sportif.

1.1 L'entraînement physique et sportif

Dans la littérature en marketing, lorsque l'on discute de l'entraînement physique, on considère souvent la promotion et les publicités (Lee et al., 2009). Dans la même perspective marketing, certains auteurs ont pu établir un lien entre la durée du service et la valeur donnée à celui-ci (Yeung & Soman, 2007). D'ailleurs, ils ont utilisé l'entraînement sportif dans l'une des études. Certaines personnes, au lieu d'évaluer un programme de fitness par son contenu, elles vont l'évaluer en fonction de la durée, car c'est plus simple (Yeung & Soman, 2007). De plus, Fenzl, Bartsch, et Koenigstorfer (2014) discutent de l'effet d'une étiquette donnée à un exercice. Celle-ci influence la prise de nourriture immédiatement après celui-ci. Ces auteurs expliquent que, lorsque le terme « *fat-burning* » est attribué à des exercices, les personnes ont tendance à augmenter leur compensation énergétique immédiatement après l'activité comparativement à si celle-ci n'était pas étiquetée (Fenzl et al., 2014).

D'autres auteurs en marketing discutent de la place de la nourriture dans l'entraînement et la santé (Fenzl et al., 2014). D'autres sont plus précis et discutent des diètes alimentaires lors de la mise en forme (Koenigstorfer & Baumgartner, 2012).

Certains auteurs ont choisi de parler de cette pratique en explorant le corps. En effet, Harrison et al. (2001) ont établi un lien entre l'image qu'une personne a de son corps et la réaction de la publicité d'un produit. D'autres ont décidé d'analyser le corps masculin (Dunne et al., 2005). Ils ont pu remarquer un lien entre le corps, la masculinité et la consommation d'activité concentrée sur le corps (Dunne et al., 2005). La présentation explique que dans une ère d'objectification de l'homme, les hommes augmentent leur entraînement de force (Dunne et al., 2005).

Etkin et Ratner (2012), eux, ont discuté de l'atteinte de l'objectif dans le monde du fitness. À court terme, les consommateurs sont disposés et motivés à payer pour un ensemble de moyens différents pour atteindre leurs objectifs (Etkin & Ratner, 2012). Ils ont utilisé le fitness comme étude pour arriver à cette conclusion (Etkin & Ratner, 2012).

Dans la littérature provenant de différents domaines (la médecine, la sociologie, la psychologie, etc.), lorsque l'on discute de fitness, on parle de consommateurs et d'institutions et l'interaction entre eux (Maguire, 2007). De plus, selon la perspective de la médecine sportive, la fitness est une combinaison de force, de flexibilité et d'endurance cardiovasculaire qu'on peut évaluer et quantifier (Maguire, 2007). Par contre, lorsque l'on demande aux personnes si elles sont en formes « *fit* », elles font plutôt référence aux habiletés physiques, à l'apparence et à vivre selon des attentes (Maguire, 2007). Plusieurs personnes décident de faire du sport régulièrement afin de trouver un équilibre. « Le moi en accord avec le corps, le moi qui prend soin du corps, c'est ce que le sport dit permettre » (Rail, 1995, p. 142). D'autres personnes pratiquent une activité physique régulièrement, car elles désirent se reconstruire une identité (Rail, 1995). En effet, faire du sport permet de modifier le corps physiquement. Certains auteurs utilisent les termes sculpter, modeler, améliorer pour parler de cette transformation (Dawson, 2017; Rail, 1995; Wacquant, 2002). Lembo (2014) affirme que le choix de l'entraînement du fitness n'est pas un calcul rationnel, mais plutôt une pratique continue et transformatrice. Ce n'est pas seulement cette transformation qui modifie l'identité, mais aussi le niveau de performance. En effet, plusieurs personnes recherchent un haut niveau de performance

dans la société et cela se traduit aussi dans le sport (Lynn, Hardin, & Walsdorf, 2004). Le corps agit comme un système de différenciation (Rail, 1995). C'est cette différenciation qui permet de construire une identité où l'individu peut s'approprier son corps (Rail, 1995).

Lorsque l'on discute des institutions dans le sport, on parle de l'importance des producteurs de fitness comme les clubs sportifs, des gyms, les médias sportifs, etc (Maguire, 2007). Il y a toute une industrie prête à encourager le consommateur à s'entraîner. Dans l'ère post-moderne, l'institution sportive et les médias vont créer et véhiculer le corps parfait que chacun devrait aspirer. « Dans la poste-modernité, c'est le corps qui est modelé à partir de l'image » (Rail, 1995, p. 143). Maguire (2007, p. 106) ajoute que dans le fitness, le corps d'un individu est modifié selon la demande sociale et que « [m]edia such as fitness magazines and exercise manuals reinforce this definition by constructing a taken-for-granted vision of fitness as a lifestyle inextricably embedded in consumer culture.» D'autre part, Rail (1995) affirme que ce corps parfait symbolise l'infinitude et la maîtrise de soi. De plus, elle argumente que la glorification du corps sportif favorise et incite le refus de la finitude (1995). Il y a une tendance à repousser les limites.

Nous avons pu constater comment l'entraînement physique et sportif est abordé dans la littérature en marketing et dans différents domaines (psychologie, médecine, management, etc.). Il est maintenant temps de mettre en lumière les limites dans l'entraînement physique et sportif et l'importance du dépassement.

1.2 Les limites dans l'entraînement physique et sportif et l'importance du dépassement

1.2.1 Le sport extrême et la motivation

Certaines personnes s'entraînent dans l'objectif d'atteindre un haut niveau, de se dépasser. Plusieurs facteurs expliquent cette pratique : l'entraînement individualisé, des diètes, des substances chimiques, de la publicité et du marketing (Rail, 1995). En effet,

le corps devient un moyen de production qui, à la limite, peut être sacrifié pour le produit. Souvent au risque de blessures graves ou de mort, le corps-machine est poussé à sa limite : il doit produire des exploits, des médailles, des records, des sensations fortes. (Rail, 1995)

Le Breton (2000) nous explique que l'on vit dans une société où plusieurs personnes veulent faire des épreuves qui leur permettent de ne pas être en compétition avec d'autres personnes, mais plutôt être en compétition avec eux-mêmes. Les personnes désirent essayer de se dépasser. Pour ce faire, certaines personnes se tourneront vers des activités physiques et des sports extrêmes.

Plusieurs motivations influencent les personnes à pratiquer des sports extrêmes. En effectuant une ethnographie sur le parachutisme Celsi et al. (1993) ont pu en venir à la conclusion qu'il y a des motivations au niveau macroenvironnemental qui influencent la prise de risques. En effet, ils nous expliquent que, dans les médias de masse, les personnes voient des personnes effectuant une activité à haut risque et elles ont une envie de le reproduire. De plus, ces auteurs nous expliquent que la technologie a elle aussi contribué à motiver les personnes pratiquant des activités extrêmes par exemple en développant des équipements beaucoup plus sécuritaires (1993).

Les motivations changent à travers le temps. En effet, pour qu'une personne débute cette pratique les autres personnes dans son environnement l'incitent à commencer. Cela peut être dû à un ami, un collègue ou l'effet de groupe.

This suggests "group polarization," a phenomenon in which there is a change from a modestly positive attitude to a very positive one in the presence of peers (Myers & Lamm, 1976). With regard to risk, Wallack, Kogan, and Bem (1962) noted that group polarization produced increased risk acceptance in group decision contexts (Celsi et al., 1993)

Par la suite, il y a des motivations à continuer. Effectivement, les personnes ont envie d'être efficaces (Celsi et al., 1993). On peut le voir avec les parachutistes qui veulent développer des habiletés techniques pour leur propre satisfaction et pour leur statut social (Celsi et al., 1993). De plus, parce qu'ils augmentent leur nombre de sauts, leur concentration sur le risque physique se tournera vers l'anxiété de performance (Celsi et al., 1993). En recherchant les habiletés techniques et la maîtrise, une création d'attentes continuera à les motiver (Celsi et al., 1993). En plus de la recherche d'efficacité, tout comme faire un sport sans risque, les personnes pratiquant des activités physiques à haut risque désirent construire leur identité. Dans la vie de tous les jours, pour créer une identité, les informations ne sont pas claires. Par moment, les buts aussi ne le sont pas (Celsi et al., 1993). Par contre, les activités à haut risque représentent une occasion définie pour un changement personnel et ainsi un moyen précis pour se recréer. (Markus & Nurius, 1986).

Précisons que selon Celsi et al. (1993), les participants s'attendent à ce que l'activité physique leur procure du plaisir, qu'elle soit hédonique, sans douleur. D'autres auteurs n'abondent pas dans le même sens et pourraient même argumenter que certaines personnes seraient séduites par la douleur (Green, 2011; Le Breton, 2000). En effet, selon Le Breton (2000) ces personnes sont à la quête de sens. Les participants ressentent un sentiment d'amusement, de flow et Klauss parle de *stress-seeking* (1968) qui est la recherche d'émotions intense provenant du stress en s'exposant dans des situations extrêmes qui

sont identifiées par la peur et l'excitation. En fait, les participants utiliseront le terme : la recherche d'adrénaline (Le Breton, 2000).

Certaines personnes peuvent se sentir dépassées par la vie contemporaine. Elles tentent par plusieurs moyens de sortir de cet inconfort, de ce malaise. L'un des moyens est de vivre une expérience intense. Notamment, le rafting (Arnould & Price, 1993), le parachutisme (Celsi et al., 1993) et grimper le mont Everest (Tumbat & Belk, 2011) sont toutes des expériences qui permettent à l'individu de se libérer du rythme monotone quotidien (Scott, Cayla, Cova, Fischer, & Kozinets, 2017). L'intensité et le fait que l'événement est temporairement balisé (Abrahams, 1986) permettent à l'individu de se libérer des organisations, des institutions.

L'expérience intense peut amener un « flow » qui est un état total d'absorption et d'implication où la personne ne dirige plus son attention sur la vie mondaine, elle se concentre sur l'expérience vécue (Csikszentmihalyi, 1990). Souvent, les personnes qui expérimentent le flow ont l'impression d'être désorientées (Hochschild, 1997). C'est une immersion dans le temps, une grande concentration (Le Breton, 2000). Les décisions se suivent les unes après l'autre, le temps perd son importance (Le Breton, 2000). D'ailleurs, dans l'article *River Magic : Extraordinary Experience and Extended Service Encounter*, on explique que le simple fait de se trouver sur la rivière procure un bonheur intense, « natural high » (Arnould & Price, 1993). L'endroit semble faire oublier à la personne où elle se trouve, mais elle réussit à sentir tous les muscles du corps travailler (Arnould & Price, 1993). « Going river rafting is a natural high. It is you and the water ... all your problems are forgotten and one can use their body and feel all the muscles work in harmony » (Arnould & Price, 1993, p. 39). Dans cette situation, le corps agit comme informateur. Signalons à ce propos que l'endroit peut être imaginaire ou vrai tant qu'elle permet d'échapper l'anti-structure (Scott et al., 2017). De plus pour que le flow arrive, il doit avoir une équité entre les ressources des individus et le terrain qu'ils utilisent dans l'activité. Si la demande excède les souhaits, ils vont se sentir écrasés par l'événement (Le Breton, 2000).

Nous avons compris que certaines personnes recherchent une expérience extrême et les raisons qui poussent une personne à se diriger vers ce type de sport.

1.2.2 La position de la douleur dans l'entraînement physique et sportif

On peut constater que Scott et al (2017) amènent un point de vue intéressant sur la douleur dans l'expérience physique et sportive. En fait, ils nous démontrent son rôle capital dans celle-ci : elle permet de se rappeler de son propre corps, elle est importante dans les rituels, la spiritualité et c'est plus que simplement un phénomène biologique. Je m'inspire de la classification de ceux-ci pour discuter de l'importance de la douleur.

La douleur nous permet de nous rappeler notre corps, on peut le voir à titre d'exemple quand une personne se fait tatouer (Roux, 2014; Scott et al., 2017). La douleur intense ramène l'attention de la personne vers l'endroit où cela fait mal, donc la personne fait une retraite où elle se concentre sur son corps et sur la sensation particulière (Scott et al., 2017). Justement, Roux (2014) souligne la valeur cathartique de la douleur quand on tatoue une participante qui a l'impression que son corps existe.

La douleur est centrale pour plusieurs rituels, surtout les rites de passage. Quand ils vivent le rituel, la douleur leur rappelle qu'ils vivent un événement significatif. La douleur peut aussi séparer les initiés de la routine et de la certitude (Morinis, 1985). On pourrait dire que la douleur réveille le corps. De plus, analogue à un rite de passage, la douleur n'est pas punitive, mais transformatrice, avec le corps qui sert de témoin à cette transformation (Bourdieu, 1992).

La douleur gagne toujours de la valeur, dans un contexte. Dans le cas de Tough Mudder, une course à obstacles intense, la douleur devient un symbole de renaissance à travers

l'interaction d'une personne avec les structures sociomatérielles qui l'environnent et dans un environnement socioculturel saturé qui suscitent le malaise (Scott et al., 2017).

La douleur permet d'atteindre un niveau d'élévation spirituelle. Quand on discute avec une personne qui a fait de la randonnée touristique dans le sentier Inca, on réalise que les moments les plus mémorables ne sont pas les moments joyeux (Cutler, Carmichael, & Doherty, 2014). À vrai dire, ce sont les moments les plus difficiles, les moments où elle a su surmonter la douleur et les difficultés (Cutler, Carmichael, & Doherty, 2014). Ceux-ci l'ont amené à mieux se comprendre et avoir une expérience de touristes plus mémorable (Cutler, Carmichael, & Doherty, 2014). Il importe aussi de noter que la douleur a un impact dans cette régénération et dans cette transformation (Le Breton, 2000). La douleur, lorsqu'elle est choisie, devient un agent de transformation, qui aide les individus à développer une nouvelle compréhension de leur corps et de leurs limites (Le Breton, 2000). On le comprend bien dans cette citation : « [t]hus, consumers of intense martial arts training may interpret physical injury or fear as contributing positively to self-growth, efficacy, and authenticity (Donohue, 1991, cité dans E. J. Arnould & Price, 1993, p26).

La douleur ne peut pas être réduite à un ensemble de réponses biologiques. La douleur est influencée par la culture humaine (Scott et al., 2017). Nous avons appris à sentir la douleur et à savoir ce qu'elle signifie (Morris, 1991). Des contextes bien spécifiques nous indiquent si nous pouvons ou non dévoiler notre douleur (Le Breton, 2006). La douleur est empreinte dans la société, dans la culture et dans les expériences vécues d'une personne (Le Breton, 2006, 2010). Lorsque la douleur envahit la conscience d'un participant, celui-ci n'arrive pas à avoir des pensées complexes (Scott et al., 2017). La douleur suspend temporairement les projets où la personne pensait à elle-même (Scott et al., 2017). Par contre, les marques, les bleus ou n'importe quelle preuve tangible de la douleur leur permettront par la suite d'amasser toute l'information pour créer le récit d'une vie complète et remplie (Scott et al., 2017).

La douleur dans une partie du corps permet d'apprécier davantage cette partie du corps. Le corps devient comme une présence d'un extra-terrestre (Bendelow & Williams, 1995). Dans une douleur intense, le corps, pour certains participants, peut sembler ne plus écouter (Scott et al., 2017). Même si l'on vit dans notre corps, lorsque l'on vit un moment intense, le corps est perçu comme une nouvelle présence. Cela renforce le point de vue cartésien que le corps et l'esprit sont deux entités à part entière (Scott et al., 2017).

La redécouverte du corps grâce à la douleur

La douleur bouleverse la relation que le corps d'une personne a avec le monde (Scott et al., 2017). Lorsque tout va bien, une personne utilise son corps pour se concentrer sur le monde, mais lorsque celle-ci subit un inconfort, une douleur, elle recentre toute son énergie vers elle (Scott et al., 2017). En effet, elle donne la confiance que l'expérience est bien réelle (Green, 2011). D'ailleurs, Green (2011), qui s'est immergé dans le monde de la MMA (*mixed martial arts*), explique que le sang, la peau et les muscles endoloris contribuent à rendre l'expérience vraie (Green, 2011). De plus, il ajoute que, lorsque de la douleur est perçue, l'individu se retire vers sa chaire (Green, 2011). D'autre part, il y a l'élément de « moi », dans la douleur, c'est le soi qui séduit les personnes. Ils apprennent à se connaître (Green, 2011). Cette douleur est la preuve qu'il s'est passé quelque chose (Green, 2011).

Dans le monde occidental contemporain, il y a une attirance pour la douleur des personnes qui sont des travailleurs du savoir, des personnes qui passent leur vie professionnelle à s'asseoir devant un ordinateur (Virilio, 1976). Ce sont souvent des employés de bureau qui payent pour expérimenter cette douleur (Virilio, 1976). « *The success of intense physical experiences such as CrossFit (Dawson, 2017), ultramarathons, or mixed martial arts (Green, 2011) is at least partly connected to the corporeal absence that characterizes urban life in most of the Western world.* » (Scott et al., 2017, p. 38). Pour une personne du monde moderne, le corps est rarement sollicité et cela a un impact sur sa vie. La douleur aigüe provenant de ses sports leur permet de les ramener à leur corps (Scott et al.).

Quand une personne souffre, elle se dépasse et elle devient son propre adversaire (Le Breton, 2000). Cette souffrance permet même de forger le caractère d'une personne (Le Breton, 2000). En effet, à force de souffrir, plus une personne appréciera son expérience à la fin (Le Breton, 2000). En supportant la douleur musculaire, cela teste la sincérité de l'engagement du joueur (Le Breton, 2000). Dans cette situation, la douleur agit aussi à titre d'informateur.

Le désir de s'échapper

Parfois, les humains ont besoin d'aide pour échapper son propre corps dans le cadre d'un malaise de société (Scott et al.). En effet, la douleur extrême peut aider à produire un genre de « self-shattering » (Scott et al., 2017). Comme si, durant l'exercice, l'être humain est explosé en petit morceau. Les recherches ont montré que de l'exercice intense conduit à un désengagement d'ordre supérieur de la zone du cortex préfrontal, rendant difficile le traitement d'informations complexes (Scott et al., 2017). La douleur peut ramener un individu à un état primitif avant qu'il utilise le langage (Scott et al., 2017). On le voit très bien avec la citation suivante : « One of the most striking aspects of Tough Mudder is witnessing participants shrieking and shouting during especially painful obstacles. Pain fills their entire universe, helping them to forget about their everyday life » (Scott et al., 2017, p. 39). Durant ces moments, ils expérimentent la blancheur qui est un état creux où les gens disparaissent d'eux-mêmes, laissant le reste du monde en suspend (Le Breton, 2015). La douleur, quand elle est choisie délibérément, peut augmenter ou améliorer l'expérience (Le Breton, 2015).

Dans le contexte contemporain de réflexivité intense (Archer, 2012; Gergen, 2007; Giddens, 1990) et de « lassitude d'être un soi » (Ehrenberg, 2016), la douleur et l'épuisement physique offrent un soulagement temporaire de ce monde. Des organisations, comme Tough Mudder, vendent un éclatement ritualisé du soi qui est attrayant pour le « cognitariat » usé (Miller & Ahluwalia, 2012),

Le désir de s'échapper est plus que la notion romantique mentionné dans *River Magic : Extraordinary Experience and the Extended Service Encounter* (Arnould & Price, 1993). On peut aussi y comprendre, la fatigue du soi saturé (Scott et al., 2017) où l'individu supporte le fardeau de l'actualisation et la réalisation constante de soi. (Costas & Kärreman, 2016; Du Gay, Salaman, & Rees, 1996)

Les récits

Quand les participants rencontrent un obstacle et vivent de la douleur, ils se concentrent sur le moment présent de l'expérience. Par contre, quand la douleur est trop vive, certaines personnes, comme cela a été dit plus haut, peuvent oublier ce moment (Scott et al., 2017). Un participant de Tough Mudder en vient même à trouver difficile de se rappeler lorsqu'il traversé un obstacle où il a reçu des électro-chocs. Celui-ci explique le combat entre le désir d'oublier et de conserver des traces de l'expérience le temps que ça peut durer.

Quand ils sont dans un obstacle, la douleur peut modifier la perception des participants avec le monde (Scott et al., 2017). La douleur les amène dans un état de confusion à un point tel que la personne ne puisse pas dire si elle est correcte ou non. Une douleur extrême efface le contenu de la conscience (Scarry, 1985).

La douleur résiduelle est une manière pour le participant de redécouvrir son corps (Scott et al., 2017). De plus, lorsqu'une personne garde des souvenirs de l'expérience, la personne a une évidence que quelque chose de mémorable et de vrai est arrivé à son corps (Scott et al., 2017). Les souvenirs permettent au corps de faire surface pour une certaine période après l'événement (Scott et al., 2017). Les participants vont prendre le temps de faire la narration de leur douleur après l'événement à l'aide de photo/vidéo (Scott et al., 2017).

Certaines personnes font la course, car c'est un couronnement, elles se sentent uniques, puisque peu de personnes ont voulu pousser leur corps de cette manière (Scott et al., 2017). Selon Green (2011), la douleur et la peur permettent de tester les limites afin de créer un sentiment d'accomplissement dans les sports extrêmes. Spinney (2006) le mentionne lorsqu'il développe sur le cyclisme, Lawler (2002) et Wacquant en parlent lorsqu'ils élaborent sur la boxe. C'est compatible avec le fait que des consommateurs barrent de leur liste expérientielle des items (Keinan & Kivetz, 2010). Par contre, le fait de se donner autant à une expérience douloureuse ne signifie pas qu'ils sont hors de l'orientation productive, mais plutôt qu'ils désirent exposer leur corps à des expériences qui ont été effacées de leur vie de bureau comme une douleur intense (Scott et al., 2017).

Ils ont découvert une nouvelle dimension de leur humanité à travers leur corps, ils ont vécu un peu plus, ils sentent qu'ils ont accompli quelque chose dans leur vie (Rosa, 2010). On le voit avec cette citation : « the memories and records of their pain serve as powerful evidence that they have savored the various worldly options on offer, and that their life is fuller and richer as a result of the pain they have endured. » (Scott et al., 2017, p. 37) On comprend bien que la douleur qui réapparaît dans les récits a une influence sur l'identité des personnes qui la vivent.

Nous avons pu observer les limites dans l'entraînement physique et sportif et l'importance du dépassement en analysant les sports extrêmes et les motivations qui poussent des personnes à y participer et en mettant en relief la position de la douleur dans l'entraînement physique et sportif. Il est maintenant temps d'aborder le corps féminin et l'entraînement physique et sportif.

1.3 Le corps féminin et l'entraînement physique et sportif

1.3.1 Identité

L'identité a été un sujet souvent étudié dans la littérature, notamment dans le Consumer Culture Theory (CCT) (Arnould & Thompson, 2005). Dans cet ensemble de théories, on évalue comment les consommateurs retravaillent et transforment des symboles présents dans les publicités, les marques, les espaces de ventes, les biens matériels pour développer leur identité et leurs objectifs de vie (Grayson & Martinec, 2004; Holt, 2002; Kozinets, 2001, 2002; Mick & Buhl, 1992; Peñaloza, 2000, 2001; Ritson & Elliott, 1999; Scott, 1994). De cette perspective, le marché permet au consommateur de se construire et de construire l'identité de son groupe (Jensen Schau & Gilly, 2003; Murray, 2002; Thompson & Hirschman, 1995).

Dans cette théorie, les consommateurs sont conçus comme chercheur d'identité et décideur (Arnould & Thompson, 2005). Autrement dit, ils désirent trouver et former leur identité. Les projets d'identité des consommateurs sont généralement considérés comme axés sur les objectifs (Jensen Schau & Gilly, 2003; Mick & Buhl, 1992), qui peuvent souvent être tacites, vaguement compris (Arnould & Price, 1993; Thompson & Tambyah, 1999) et marqués par des points de conflit, contradictions internes, ambivalence (Fournier & Mick, 1999; Hirschman, 1992; Murray, 2002; O'Guinn & Faber, 1989; Otnes, Lowrey, & Shrum, 1997; Thompson, 1996). Ces complications nécessitent souvent l'utilisation de diverses stratégies d'adaptation et de mécanismes compensatoires (Arnould & Thompson, 2005). Schau et Gilly(2003) montrent, dans leurs travaux sur l'autoreprésentation numérique, comment les consommateurs utilisent des marques et des hyperliens pour créer plusieurs représentations de soi non linéaires en ligne sans nécessairement sacrifier l'idée d'un moi intégré.

L'identité d'une personne est influencée par la société dans laquelle elle vit. Plusieurs théories affirment que les consommateurs alignent leur identité en fonction de notre économie mondiale axée sur les consommateurs (Arnould & Thompson, 2005). On peut le comprendre avec les travaux de Moisio et Beruchashvili (2019) qui démontrent les liens avec les marques physiques et l'identité. Effectivement, ces auteurs expliquent que diverses marques permettent de construire l'identité genrée en tentant de s'aligner au soi-idéal (Moisio & Beruchashvili, 2009). Par exemple, un homme expliquait que le port d'une ceinture d'outils lui permet de se sentir viril (Moisio & Beruchashvili, 2009).

On remarque dans la littérature que dans la quête de l'équilibre, du confort et des règles, des femmes choisiront, de leur plein gré, des symboles stigmatisés et elles participeront à une nouvelle communauté (Sandikci & Ger, 2010). De plus, on note qu'une pratique d'une culture participative peut être utilisée pour transcender des stigmas (Humphreys, 2016; Parmentier, 2017).

Le corps peut contribuer à développer l'identité d'une personne (Anstock, Grant, & Mukherji, 2016). En effet, en prenant par exemple le pole fitness. Certaines femmes le pratiquant observent un changement dans leur corps. Elles ont l'impression de recréer leur corps et cette recréation leur permet de développer ou de redéfinir leur identité (Anstock et al., 2016). Celle-ci leur permet d'avoir confiance en elles. La perception de leur corps change et elles ont une meilleure compréhension de leur corps (Anstock et al., 2016). Pour Anstock (2016), un changement du corps permet une autonomie corporelle ce qui leur permet de savoir de nouvelles façons d'utiliser leur corps et c'est ce qui donne une force à la personne (Anstock et al., 2016). On le comprend bien avec cette citation : « This bodily autonomy is, according to Sartre, a fundamental source of identity: the "body is what I immediately am » (Synnott, 2002, cité dans Anstock et al., 2016). De plus, on note que réclamer son corps peut représenter un élément clé pour gagner son identité et son autonomie dans des systèmes patriarcaux dans lesquels la femme vit (Anstock et al., 2016).

1.3.2 Le corps et la femme

L'autonomisation (Empowerment) et l'agence sexuelle

La présentation du corps et l'agence sexuelle sont deux des sites majeurs de cette autonomisation par le choix (Gill, 2007). En même temps que l'autonomisation à travers la performance d'une sexualité débridée est en ascension dans l'imaginaire des individus, on observe un développement de produits/services qui permettront à la femme de développer et afficher cette version autonomisante de leur sexualité (Donaghue et al., 2011). Ces opportunités incluent la mode, les pratiques de toilettage, la chirurgie esthétique et la pole dance en tant qu'activité récréative (Donaghue et al., 2011).

Donaghue et al. (2011) ont effectué une analyse de 15 sites web de pole dance. À travers leur analyse, on ressort que ce qui donne une confiance et un pouvoir aux pole dancers n'est pas dit explicitement (Donaghue et al., 2011). Par contre, les revendications de l'amélioration de cette confiance et ce pouvoir sont souvent accompagnées de références à la sensualité, à l'intimité et à la libération (Donaghue et al., 2011).

Le caractère apparemment évident de la relation entre la confiance/l'autonomisation et la sensualité suggère que les femmes reconnaîtront facilement et s'identifieront avec l'idée que l'insécurité au niveau de leur sensualité enlève leur confiance en général. La confiance et le pouvoir sont donc compris comme étant acquis, en libérant quelque chose, qui est présent en soi, en se libérant des inhibitions (Donaghue et al., 2011). En effet, ce n'est pas l'apprentissage de nouvelles compétences, techniques ou expériences qui le permet (Donaghue et al., 2011)

Raunch culture

Le « raunch culture » a rendu la capacité de séduire un homme comme étant perçu comme un pouvoir sur l'homme (Donaghue et al., 2011). L'importance de la sexualité hétérosexuelle dans la culture populaire a amené un changement dans l'intérêt de la littérature (Donaghue et al., 2011). On passe de l'objectification sexuel de la femme où la femme est perçu comme un objet à la subjectification de la femme où elle est perçue comme étant une personne qui choisit librement et « *agenticly* » de se traiter comme un objet si elle le désire et pour leurs propres buts (Gill, 2003, 2007b, 2008). Le fait de choisir est vu dans plusieurs activités comme la chirurgie cosmétique, le type de lingerie porté, l'épilation, etc. (Donaghue et al., 2011). Les femmes n'ont pas envie de chercher l'approbation de l'homme, si elles l'ont, c'est bien, mais ce n'est pas le but ultime. Elles font du pole dance pour leur propre plaisir (Donaghue et al., 2011).

Les objets présents sur le marché de la pole dance sont une manière de s'identifier pour les pole dancers, ils sont une manière de faire un spectacle sans en faire un et de participer à la culture raunch (Donaghue et al., 2011). On pourrait penser aux bottes qui sont utilisées dans les bars de danseuses ou les vêtements qui peuvent être considérés osés. Ces deux produits sont aussi retrouvés dans les studios de pole dance.

Dans la culture raunch, on y retrouve une culture de la mode populaire qui tend vers la pornographie et intègre l'affirmation que ce n'est plus assez pour une femme d'être belle et mince pour être désirable (Whitehead & Kurz, 2009). Elle doit aussi être considérée aguichante et confortable avec une ouverture sexuelle qui est exhibée (Whitehead & Kurz, 2009).

Les femmes désirent se dissocier de cette culture tout en s'y associant un peu. Donaghue et al, (2011) ont pu observer ce phénomène avec l'humour perçu sur les sites internet. En effet, cet humour permettait aux femmes de dissocier le pole dancing qui est dans les bars

de danseuse en montrant qu'au studio, c'est plus de manière récréative. C'est un lieu où on peut rire et s'amuser. Le pole dance ne se montre pas comme une activité raunch au début, mais plus comme une activité de fitness (Donaghue et al., 2011). La présentation de cette sorte donne une sorte de légitimité au studio et cela montre que les propriétaires sont au courant que les clientes ne seraient pas confortables de suivre une activité qui se concentre premièrement sur la sexualité, « learning sexy moves », et la sensualité, « getting in touch with their sensuality » (Donaghue et al., 2011). On le démontre plus comme sous la perspective sportive, d'un entraînement différent du gym. Cela est fait de cette manière, car les propriétaires sont au courant que la femme est ouverte à un peu de « raunchiness », mais elles ne sont pas prêtes à aller pour une activité pour cet attribut (Donaghue et al., 2011).

Un débat important est noté dans la littérature sur la théorie de l'agence féminine, « female agency » (Duits & Van Zoonen, 2006; Gill, 2007a) . (Gill, 2007a) On se demande si les femmes sont réellement libres. Plus précisément, on se demande si la femme lorsqu'elle choisit sa sexualité et les produits aguichants font réellement des choix qui proviennent d'une femme autonomisée. Si oui, est-ce que leur opinion, leur voix devrait être respectée au lieu d'être critiquée et perçue comme un problème (Whitehead & Kurz, 2009)? D'un autre sens, quelqu'un pourrait demander si « donner une voix » à l'expérience individuelle peut, en conséquence, exclure une reconnaissance et une analyse des contextes culturels omniprésents limitant les choix autour des problèmes comme les régimes amaigrissants, les cosmétiques et la chirurgie plastique (Davis, 1995; Duits & Van Zoonen, 2006; Gill, 2007a; Scott, 2005).

La sexualité est un produit à travers les connaissances professionnelles et les institutions (Foucault, 1978; Lumby, 1997; McNay, 1992). Donc l'expérience de la sexualité (femme ou homme) n'est pas un phénomène qui est naturel, c'est activement construit par des personnes qui vivent dans un temps historique bien particulier. Ainsi, la compréhension de la femme par les individus comme étant intrinsèquement sexuelle (MacKinnon, 1989; Mason-Grant, 2004), « naturellement » inférieure (Segal, 1998) et subordonnée aux

hommes (MacKinnon, 1989; Mason-Grant, 2004) est sans doute une conséquence du patriarcat et du privilège « masculin » comme normatif (Whitehead & Kurz, 2009). De plus, la négociation de pouvoir entre hommes et femmes est une autre raison (Whitehead & Kurz, 2009). Donc, les femmes actives et participantes à cette négociation, peuvent participer à leur propre assujettissement (Coward, 1992; Griffin, 1989; Peace, 2003; Whelehan, 1995, 2000), mais dans un environnement social dans lequel les « choix » et les subjectivités sont fortement contraints par les idéologies patriarcales dominantes (Whitehead & Kurz, 2009). Cette « participation » est sans doute atteinte à travers l'acceptation et l'intériorisation des notions hégémoniques de la sexualité féminine et la féminité, avec ces notions étant conceptualisées comme lié aux concepts d'infériorité « naturelle » et les constructions de la « femme » comme intrinsèquement sexuelle (Whitehead & Kurz, 2009).

Le choix est considéré comme un « principe chéri » (Braun, 2009) qui est largement répandu dans la culture occidentalisée et théorisé en tant que facteur déterminant critique dans la façon dont nous nous percevons nous-mêmes (Gill, 2007a; Hughes, 2002). En tant que tel, la décision individuelle de participer à toute activité qui pourrait être considérée comme dégradante dans un cadre plus holistique, de manière culturelle, peut être retravaillée comme habilitant et souhaitable à travers un discours de choix (Morgan, 1991). Cependant, le choix peut souvent déguiser ce qui est en fait un acquiescement aux attentes et instances de conformité (Morgan, 1991).

On aborde dans cette section le corps féminin et l'entraînement physique et sportif en analysant l'identité et le corps et la femme.

1.4 Problématique

Peu d'étude en marketing et en comportement du consommateur ont pour objectif d'analyser l'entraînement physique et sportif et encore moins d'articles s'adressent particulièrement aux femmes lors de leur entraînement physique et sportif. De plus, peu d'auteurs ont étudié la question de la douleur et du dépassement dans l'entraînement physique et sportif chez la femme. Ce mémoire devient d'autant plus nécessaire, car il permet de remédier et de briser le silence des auteurs qui contribuent aux stéréotypes véhiculés de la femme dans la société. On observe une dimension politique et identitaire à cette recherche, en effet, des femmes pratiquent ces sports pour elles, elles contribuent à un élément. Mon mémoire tente de combler les lacunes au niveau du corps féminin dans les entraînements physiques et sportifs, en utilisant comme terrain le pole fitness. C'est pourquoi la question est : « Que signifie la pratique du pole fitness ? » Pour y répondre, je poursuivrai trois objectifs : (1) analyser la pratique des adeptes, (2) explorer la symbolique de l'activité et (3) analyser les enjeux identitaires qui entourent l'activité.

Chapitre 2 : Méthodologie

La méthodologie permet de mieux comprendre le terrain de recherche et la méthode employée afin de répondre à ma question de recherche. D'une part, il s'agit de présenter le pole fitness qui est le terrain de recherche. D'autre part, cette section décrit la méthode ethnographique utilisée, la collecte de données ainsi que l'analyse de celles-ci.

2.1 Le terrain : le pole fitness

Avant d'expliquer les procédés utilisés pour analyser ce phénomène, il nous faut comprendre ces origines. Le pole fitness que nous connaissons aujourd'hui dans le monde occidental tire ses racines du pole chinois et du pole indien (IPDFA, 2017).

2.1.1 Pole chinois

Selon IPDFA (2017), ce sport a pris naissance vers le 12^e siècle, époque où les professionnels du cirque utilisaient une pole recouverte d'un matériel de caoutchouc, qui variait entre trois et neuf mètres de hauteur. On note toutefois une différence avec le pole occidental, notamment par la diminution de la fluidité des adeptes (IPDFA, 2017). Cela est en raison d'une meilleure adhésion à la barre qui est expliquée par le caoutchouc et par le fait que les pratiquants sont complètement vêtus (Freedom, 2018).

On retrouve, dans cette pratique, des positions telles que le drapeau (une position où la personne se retrouve à 90 degrés de la barre), grimper, glisser, s'étirer sur le pole (IPDFA, 2017). De plus, les performeurs avaient souvent des marques de brûlures provenant de leur entraînement et des spectacles (IPDFA, 2017). Ces marques étaient synonymes de respect et permettaient à chacun de les identifier (IPDFA, 2017).

2.1.2 Pole indien

Quant au pole indien, il tire ses origines d'il y a 800 ans dans le centre-ouest de l'Inde, Maharashtra selon l'association internationale de pole dance fitness (2017). Ce type de pole se nomme « Mallakhamb », ce qui signifie lutteur de pole (IPDFA, 2017)³ ou un homme fort et ayant du pouvoir sur un poteau selon Bombay (2019) ⁴. Pour ce type de pratique, on utilise une pole en bois qui est par moment enduite d'huile de ricin afin d'empêcher la friction (Freedom, 2018; IPDFA, 2017).

Pour ce qui est de l'habillement, on ne porte que peu de vêtements, on s'inspire du yoga et de la natation pour le type de vêtement et il n'y a pas de souliers, le but étant de favoriser une adhésion à la peau (IPDFA, 2017). Ces pratiquants sont reconnus comme des spécialistes des sauts périlleux. Ils utilisent le pole Mallakhamb pour développer non seulement leur vitesse, leurs réflexes, leur concentration, leur flexibilité, mais aussi leur agilité (IPDFA, 2017). En ce sens, cette pratique est alors perçue comme une forme d'entraînement qui permet de travailler l'endurance et la force, en plus de se développer pour d'autres sports ou activités telles que le judo, la lutte et l'équitation (Freedom, 2018; IPDFA, 2017).

2.1.3 Influence des danses « exotiques »

On remarque dans la littérature qu'il y a plusieurs suppositions pour l'origine des danses « exotiques » dont l'une est issue du mythe provenant des temps anciens sumériens. On y explique que la déesse de l'amour, Inana, a dansé et enlevé ses vêtements et ses bijoux devant sept portes afin de rejoindre son amoureux Damouz (IPDFA, 2017). D'autres

³ (Malla = lutteur et Khamb = de pole) (IPDFA, 2017)

⁴ (Malla = homme fort et pouvoir et Khamb = poteau) (Bombay, 2019)

influences de la danse « exotique » proviennent du Moulin rouge, la danse du ventre du Moyen-Orient et des danses latines comme la rumba et le tango (IPDFA, 2017).

2.1.4 Pole dance

Le pole dance, tel qu'on le connaît, provient de la Grande Dépression américaine, vers les années 1920, où un groupe de danseuses nommé « Hoochi Coochi » dansait avec la pole qui servait à tenir la tente afin de divertir le public (IPDFA, 2017).

Plus récemment, on observe des traces du pole dance en 1968 aux États-Unis, puis au Canada (IPDFA, 2017). Fawnia Dietrich, une Canadienne, est l'une des pionnières qui a enseigné le pole dance à des personnes qui n'étaient pas des artistes en 1994 et qui a ouvert l'une des premières écoles de pole dance (IPDFA, 2017; shop, 2011).

Concrètement, le pole fitness au vingt et unième siècle est un mélange de différents types de pole. « The fusion of the finely tuned circus performer skills of the Chinese, the energetic acrobatic skills of the Indians and the alluring and sensuous dance skills of the Western world, are what make up Pole dancing as we know it today. » (Mashbox) Le pole fitness combine flexibilité, endurance et musculation. Ce sport intense est demandant physiquement pour tout le corps. Pour une personne qui commence à pratiquer le pole fitness, c'est plus demandant pour le haut du corps, car la personne doit s'habituer à se tenir sur la pole en premier. Les mouvements effectués à l'aide de la pole sont des *spins*, *climbs*, *inversions*. Il importe de noter qu'une personne n'a pas besoin de développer toutes ses caractéristiques avant de pratiquer ce sport. En effet, elle le développe au fur et à mesure de cette pratique.

Plusieurs équipements utilisés sont essentiels à la pratique dont une pole verticale qui peut être fabriquée de différents matériels (chrome, acier inoxydable, silicone, or titane,

cuivre), qui peut être de différente couleur (noire, or, argentée, blanche, rose, etc.) et qui peut être de différent diamètre (X-pole, 2019). La pole peut être statique ou tournante. Tout dépendant le mouvement, la poleuse peut décider de bloquer la pole (mode statique). Elle peut décider de le faire pour plusieurs raisons pour accentuer un mouvement ou pour faciliter un mouvement. Mentionnons en outre que certains mouvements ne sont pas sécuritaires, voire réalisables, sur une pole tournante.

Il faut porter des vêtements adaptés à la pole. Lors de mes observations, les poles utilisées nécessitaient le moins de vêtements possible afin d'adhérer à la pole le plus possible. Les vêtements, en général, consistent en des shorts courts et une camisole ou une brassière sportive. Afin d'adhérer, les pratiquantes interviewées vont laver leur pole avant de l'utiliser et utiliser des produits qu'elles vont appliquer sur le corps à des endroits stratégiques (les mains, l'intérieur des genoux et des jambes, etc.) Afin de bien comprendre le pole fitness, il serait pertinent d'aller sur le terrain et voir de ses propres yeux ce sport.

Le positionnement du pole dance

Le pole dancing est aussi potentiellement lié à une sous-culture dans laquelle les hommes entrent dans des clubs spécifiques avec l'intention de regarder les femmes afficher leur corps, éventuellement dans le but d'atteindre l'excitation (Murphy, 2003). Ainsi, certains pourraient argumenter que le pole dance, en soi, positionne le corps féminin (au moins idéologiquement) comme une marchandise sexuelle qui doit être vue et consommée, le plus souvent par des hommes (Levy, 2010; Murphy, 2003).

De plus, une personne pourrait argumenter que le pole dancing renforce des éléments sexistes de notre société (Whitehead & Kurz, 2009). On voit, souvent, que les bénéfices de faire du pole dancing de manière récréative sont pour être en forme. Par contre, cette forme demande de correspondre au standard idéal féminin et la construction du soi comme

objet érotique (Whitehead & Kurz, 2009). Cela perpétue l'image de la femme que l'on voit dans les médias de masse qui est rendue à un point tel que le consommateur reconnaît les codes qui devrait représenter la féminité (Goldman, Heath, & Smith, 1991). En ce sens, l'institution du pole dance peut être considérée comme renforçant les discours sur la sexualité masculine comme sexualité possessive et consomptive (Whitehead & Kurz, 2009). De ce point de vue, le pole dance peut être perçu comme étant une commodité féministe où les femmes vivent une fausse libération.

Si on l'enlève du contexte de bar de danseuse, il devient de plus en plus difficile de dire que c'est pornographique, quand on explore le point de vue technique du mot, car il n'y a pas le but unique d'exciter une personne. Cependant, le pole dancing garde toujours l'aspect, qu'on peut argumenter de « performeur » comparativement à d'autres sports (Whitehead & Kurz, 2009). On ne va pas nécessairement dire : « viens faire de la course, tu pourras montrer tes talents ! »

De plus, certaines personnes pourraient argumenter que la pratique du pole dance autonomise la femme, car elle a un contrôle sur son corps et n'est pas obligée de correspondre au standard de la société (Whitehead & Kurz, 2009). Elle peut former son corps comme elle le désire (Whitehead & Kurz, 2009).

Le pole dancing pourrait être perçu comme une activité alternative qui est désirable à ce moment historique. En effet, cela a été noté par Dentith (2004), les femmes qui recherchent des activités comme le pole dance ou même des effeuilleuses professionnelles sont souvent vénérées (dans certains cercles) comme étant les « nouvelles » femmes libérées (Whitehead & Kurz, 2009). Certaines personnes pourraient argumenter que c'est la preuve, jusqu'à un certain point, du succès du pole dance dans le féminisme et dans l'atteinte des droits des femmes (Whitehead & Kurz, 2009).

La popularité du pole dancing est probablement une conséquence de tendance récente culturelle et historique de ce que McNair étiquette la pornographication du média mainstream (2002). C'est le fait que le mouvement de la pornographie est passé d'une activité « underground » à une activité plus présente, acceptable dans les artefacts mainstream de la société. Ce mouvement a permis l'émergence du porno-chic et de la culture d'effeuillage durant le début des années 1990 (McNair, 2002) (Whitehead & Kurz, 2009). On passe de la supersexualisation (Gill) à un mouvement de culture qui tend vers le « raunch culture » (Levy, 2010; Whitehead & Kurz, 2009).

2.2 La collecte des données

2.2.1 Ethnographie

L'angle qui sera préconisé pour atteindre mes trois objectifs sera axé sur la perspective de l'ethnographie ; plus précisément, sur une ethnographie tournée vers le marché où on se concentre sur les comportements des individus d'un marché face à un produit ou un service (Arnould & Wallendorf, 1994).

Cette méthode est utilisée pour plusieurs raisons. En effet, elle permet de clarifier la manière dont la culture ou la sous-culture est construite et exprimée par les expériences des individus dans un groupe et elle donne la possibilité d'observer des comportements ou des habitudes (Arnould & Wallendorf, 1994). L'ethnographie établit le contexte et l'expérience subjective vécue par des personnes faisant partie d'un groupe et elle désire transmettre et interpréter ce qui est appris socialement par le groupe comme les traditions, le style de vie, les actions, les sentiments (Arnould & Wallendorf, 1994). D'ailleurs, plusieurs chercheurs ont préconisé cette méthode afin de mieux comprendre l'expérience dans une communauté : des boxeurs (Wacquant, 2002), des pratiquants de MMA (Green, 2011), des coureurs (Nettleton, 2013), etc.

Pour effectuer une ethnographie en bonne et due forme, le chercheur doit collecter les informations provenant de l'habitat naturel du participant (Kozinets, 2002). Pour ce faire, il ne peut seulement être qu'observateur passif. En effet, il se doit de participer à cette observation, lui permettant ainsi d'être immergé et d'observer des moments spontanés (Fernandez, 1986). De ces informations, il faut être capable de les interpréter et de les rendre crédibles aux yeux du lecteur (Lincoln & Guba, 1985). D'ailleurs, utiliser plusieurs sources permettra d'enrichir les informations obtenues (Arnould & Wallendorf, 1994).

2.2.2 Recrutement

Pour recruter des participantes, j'ai dû user de mon réseau de contacts. Pour ce faire, j'ai utilisé diverses méthodes. J'ai, premièrement, publié une image de moi, sur Instagram, stipulant que je recherchais des femmes pratiquant le pole fitness sur l'île de Montréal et ses environs. De plus, dans mon profil, j'ai spécifié que je faisais un mémoire sur le pole fitness. Deuxièmement, j'ai demandé à une enseignante de pole fitness de me mettre en contact avec des personnes qui seraient intéressées de participer à cette recherche. Il a été plus difficile de trouver des débutantes. Pour se faire, cette professeure m'a présentée à la classe avant un cours de débutantes de pole fitness et j'ai pu présenter mon sujet. On peut prendre pour hypothèse qu'une débutante pourrait ne pas avoir assez confiance pour se faire observer par une personne. Cela explique hypothétiquement la réticence des débutantes de participer au mémoire à travers les médias sociaux.

Afin de sélectionner les participantes, j'ai dû faire du « theoretical sampling » (Glaser & Strauss, 1967), donc j'ai dû utiliser un processus de comparaison. J'ai posé quelques questions aux personnes qui désiraient participer à ma recherche. « Depuis combien de temps pratiques-tu du pole fitness ? » Cette question me permettait de savoir le statut/la catégorie de la participante. « Où fais-tu du pole fitness » me permettait de savoir si j'étais dans la capacité de me rendre physiquement à l'endroit et si je devrais prendre des mesures pour observer dans ce lieu comme demander la permission au propriétaire du studio ou au

professeure. « Quand pratiques-tu le pole fitness ? » était une question essentielle afin de m'organiser et de savoir si la personne continuait à pratiquer ce sport.

Dans le tableau 1, on peut voir les participantes sélectionnées pour ma recherche

Tableau 1 : Profil des participantes

Nom	Statut	Âge	Nombre d'années de pratique du pole fitness
Michelle	Débutante	23 ans	6 mois
Claudette	Débutante	30 ans	6 mois
Francine	Expérimentée	43 ans	4 ans
Agnès	Expérimentée	26 ans	4 ans
Carole	Professionnelle	48 ans	7 ans
Amélie	Professionnelle	27 ans	7 ans

Par la suite, de manière simultanée, j'ai effectué une observation passive et une observation participante s'échelonnant sur une période de trois mois.

2.2.3 Observation passive

Durant trois mois, juin 2018, juillet 2018 et août 2018, j'ai suivi mes six participantes à chaque moment où elles pratiquaient le pole fitness, que ce soit le matin ou le soir dans un studio de pole fitness. J'ai observé chacune des participantes entre deux à cinq fois par semaine pour une durée qui variait entre une heure et quatre heures par cours. La fréquence et la durée dépendaient du niveau de la participante. En effet, une débutante pratiquait moins souvent qu'une professionnelle. Il était très important pour moi de les voir en

action, car, selon mon expérience en pole fitness, la manière dont on perçoit ce sport diffère selon la manière dont on le pratique dans un cours. En effet, les difficultés et les facilités rencontrées, les douleurs et les ecchymoses obtenues, etc., influencent grandement notre perception. Cette méthode a été utile, car elle m'a permis d'entrer dans leur intimité afin que celles-ci me révèlent des informations possiblement difficiles à dire à n'importe qui. De plus, selon Langer (1983), cette méthode permet de mieux analyser les interactions qui sont souvent tenues pour acquises entre une personne et un objet. Étant donné que je pratique ce sport depuis plusieurs années, je désirais m'assurer de prendre en considération tout ce qui est pertinent en me concentrant sur les participantes et en prenant des notes sur ce que j'observe. Afin de me cadrer dans cette observation passive, j'ai utilisé une grille d'observation.

2.2.4 Observation participante

Afin d'enrichir mes perceptions face au sujet et mon questionnaire, j'ai décidé de faire aussi une observation participante durant une période de trois mois. Tout comme le mentionne Fernandez (1986), je m'aperçois qu'en m'immergeant dans l'environnement de pole fitness cela me permet d'être témoin de comportements et des conversations plus spontanées. De plus, j'ai remarqué que pour certaines personnes qui ne me connaissaient pas, je pouvais être intimidante. Effectivement, je les ai observées et j'ai pris des notes. C'est une situation inusitée dans un cours de pole fitness. Cela a surtout été noté chez les débutantes qui ne me connaissaient pas et qui ne savaient pas que je pratiquais aussi le pole fitness. Lorsque j'ai commencé à pratiquer dans le cours avec les débutantes, j'ai remarqué qu'elles étaient beaucoup plus confortables. Elles m'expliquaient des situations sur le moment présent. Je pouvais mieux comprendre les rires, les frustrations, les réussites et les cris de douleurs des participantes.

Être une observatrice participante me permet d'avoir accès à ce qui est caché aux yeux du public en général, cela me permet d'avoir accès à l'arrière-scène (Goffman, 1959).

2.2.5 Entrevue semi-dirigée

J'ai effectué deux entrevues semi-structurées pour chacune des participantes qui ont chacun un volet bien spécifique : (1) décrire la pratique du pole fitness (2) la symbolique. Les deux entrevues ont eu lieu de manière spontanée après les cours de pole fitness, car je veux connaître leur pensée tout de suite après. Cela a réellement permis de comprendre l'expérience personnelle (Morris, 2015) vécue par les « pole dancers ».

De plus, il était important que les entrevues se passent dans un endroit où elles se sentent confortables (chez la participante, dans le studio de pole fitness, dans un café à proximité du studio). Les entrevues ont duré entre 45 minutes et deux heures de temps.

2.3 Interprétation des résultats et analyse des données

Le fait que je pratique ce sport depuis plus de cinq ans régulièrement contribue à l'interprétation des résultats. En effet, je fais partie de ce monde donc j'ai pu comprendre les codes, les termes utilisés dans cette pratique. En effet, « [c]ontexts that engage our emotions, imaginations and senses may be opportune for «revelatory incidents» (Fernandez, 1986) locating «negative cases» (Emigh, 1997) and «dwelling in theory (Burawoy, 1998) » (Arnould, Price, & Moisio, 2006). En d'autres termes, mon implication intellectuelle, émotionnelle et physique accrue dans cette pratique m'a grandement été bénéfique dans ma collecte de données et dans mon analyse. Cela peut se faire, car j'ai une connaissance approfondie des symboles et de la culture du pole fitness.

J'insiste sur le fait que malgré mes connaissances en pole fitness, mon analyse et interprétation sont fondées sur des données collectées.

Mes notes de terrains provenant de mes observations, mes entrevues semi-dirigées, des photos ont été classées par participantes. Ensuite, elles ont été utilisées pour créer des catégories. J'ai codé toutes ses données et je les ai classées. Cette méthode a été faite de manière inductive, je voulais sincèrement que les données parlent d'elles-mêmes (Spiggle, 1994). Pas la suite, j'ai regroupé les catégories de données dans des classes conceptuelles plus générales (Spiggle, 1994). J'ai comparé, dans un premier temps, l'information entre les différents statuts de participants (débutante, experte et professionnelle). Dans un deuxième temps, j'ai comparé l'information entre les deux participantes d'une même catégorie. Dans un troisième temps, j'ai effectué cette comparaison avec toutes les participantes. J'ai voulu voir s'il y avait des différences ou des similarités entre les participantes, s'il y avait des habitudes qui pouvaient être décelées. Les grands thèmes comme les bars de danseuses, combler les besoins, l'identité et l'expérience, sont sortis de ce travail. Il a fallu identifier les propriétés de ces classes conceptuelles et construire des théories à partir des données. J'ai effectué plusieurs aller-retour entre les données et l'analyse afin de m'assurer de bien définir les concepts importants. Ce processus d'itération fut essentiel, j'ai notamment recherché des photos dans les médias sociaux de différentes participantes afin d'expliquer leur point de vue (Spiggle, 1994).

Chapitre 3 : Analyse des résultats

3.1 La perception du pole fitness et l'évolution des pratiquantes

Une discussion avec Claudette, une débutante.

-Si tu devais expliquer à des amis le pole fitness que dirais-tu ?

*-So much fun you should try it, f****g dur, it's painful, mais you enjoy so much. Au moins, moi j'aime tellement ça et j'encourage toutes mes amies qui ont un peu d'intérêt, try it. Au moins, essaye de le faire une fois.*

-Si je ne sais rien par rapport au pole fitness comment m'expliques-tu cela ?

-C'est comme ce que tu vois dans les vidéos, mais I would emphasize more le fait qu'il y a de l'exercice en arrière de tout ça.

-Mais qu'est-ce que je vois dans les vidéos ?

-Pole fitness is, eum Pole dancing, je pense pour moi c'est plus facile, pole dancing for me is what you would think of at the strip club, when the girl is dancing around the pole, she is climbing in the air on the pole and doing tricks. Pole fitness is that but I feel that you are more focus, on developping the strenght to be able to do this

-Si je comprends bien, pour toi, il y a une distinction entre le pole fitness et le pole dancing ?

-Eum non, but when tu m'as dit pole fitness j'ai eu un bloc mental because for me pole fitness et pole dancing c'est presque la même chose. Je pense que pendant que tu fais la danse, pole dancing, tu n'as pas le choix de faire le fitness part.

-Est-ce que tu es plus habitué avec le terme pole dancing que le pole fitness c ou tu as eu un blanc ?

-Je pense comme terme, je sais que le pole fitness c'est plus focus on the strenght training, maybe less exotic dancing, you have more lyrical dancing, one is more stripper pole, stripper shoes, one is maybe classical music or something like this. J'ai pas une distinction naturally dans ma tête.

[...]

-Je peux te demander des questions. Peux-tu définir le pole fitness ?

-Il n'y a pas un terme bien spécifique dans les écrits, mais il y en a d'autres qui font une distinction. Moi, dans mes termes que j'utilise, ça veut dire la même chose.

Cette discussion avec Claudette explique très bien la perception qu'ont les participantes de pole fitness. Le pole fitness est un sport très difficile et un art. Il n'est pas tout à fait défini dans la littérature. En fait, tous les écrits ne le décrivent pas de la même manière. D'ailleurs, les médias sont utilisés par les participantes dans le but d'obtenir une meilleure compréhension de cette pratique. On peut l'observer dans le studio et dans les bars de danseuses. Plusieurs des pratiquantes se questionnent s'il y existe une différence entre le pole fitness et le pole dancing. Nous aborderons plus tard cette différence. Pour l'instant, concentrons-nous sur la perception du pole fitness et l'évolution des participantes.

En analysant les données, on remarque rapidement qu'il n'y a pas une perception du pole fitness, avant de le pratiquer, qui rassemble toutes les participantes. Leurs expériences, leur environnement, et d'autres éléments influencent leur perception de cette activité avant de l'effectuer. En effet, pour Claudette, elle n'avait pas de perception négative de cette pratique. Au contraire, elle était même impressionnée par celle-ci. Cette débutante a vu des effeuilleuses effectuer leurs prouesses dans un bar de danseuses.

Eum, I didn't have anything negative to start with so I don't have this mental block like oh strippers. They do it so eeeeh, don't do it, you will bring shame to your family kind of thing. Like I said before, même au strip club j'étais impressionnée par la force qu'eux ont démontrée. Donc, pour moi avant que je commençais ça, c'était toujours fitness. C'est sûr qu'il y avait d'autres filles au strip club qui faisaient juste comme walk around the poles.

Dans cette citation, on comprend que malgré le fait qu'elle a vu cette pratique dans un lieu qui est jugé péjoratif par la société, elle est passée outre pour observer ce que certaines d'entre elles pouvaient faire. Elle a été intéressée par leur capacité physique.

D'autres pratiquantes interviewées, elles, ont eu un préjugé envers le pole fitness. Pour Carole, le pole fitness était seulement une danse aguichante. D'ailleurs, c'est cette caractéristique qui l'a intéressé à essayer. Elle a rapidement compris que ce n'était pas cela et que selon elle, c'était un sport. D'un autre côté, Agnès avait un préjugé un peu différent de celui de Carole. En effet, Agnès avait un problème avec le pole fitness, car cette activité ne rentrait pas en concordance avec qui elle était en tant que personne, avec sa présentation de soi, son identité. Cela a été une des raisons l'influençant à ne pas commencer cette pratique dès qu'elle en a entendu parler.

Avant de commencer, je suis passée par deux phases tout d'abord j'ai eu un préjugé énorme, c'est d'ailleurs pour ça que j'ai attendu un an avant de m'y mettre et surtout à l'époque j'étais très anti-girly. Je voulais pas être une fille comme on en voit au cinéma. Des filles qui pensent toujours à leurs ongles, à leur maquillage et tout ça. J'avais vraiment l'impression que le pole fitness était l'archétype de l'activité qui dégrade un peu la femme. D'un seul coup, j'ai eu une autre vision grâce à des gens qui m'ont dit tsé ce n'est pas du tout ce qu'on croit. En fait, le pole fitness, ça ne devient que ce que l'on veut que ça devienne. Si tu veux que ça soit sale, ça va devenir sale, mais si tu veux que ça soit beau, que ça soit élégant, que ça soit classique et distingué ça peut le devenir également. C'est à partir de là que j'ai commencé à me poser des questions. Je me suis dit peut-être j'ai un peu tort de le prendre comme ça et de me dire OK pourquoi pas essayer finalement.

Ce que les personnes lui ont dit, cela semble montrer qu'elle peut utiliser le pole fitness comme outil et elle peut en faire ce qu'elle en désire. Elle n'est pas victime d'un système qui diminue la femme, comme l'archétype « girly » qu'elle ne veut pas s'associer et être. Elle est plutôt une femme indépendante qui choisit l'image qu'elle veut projeter et qui elle veut incarner.

Pour Amélie et Francine, le pole fitness a été vu dès le début comme étant un exercice physique comme un autre sport. En effet, Amélie nous explique que dans le studio où elle a commencé, elle a choisi le pole fitness parmi d'autres sports et que celui-ci paraissait intéressant. Elle voulait essayer quelque chose de nouveau. Francine, elle a vu une vidéo qui présentait le pole fitness comme un sport dès le début. Cette vidéo a influencé sa perception à comprendre le pole fitness comme seulement un sport.

Aujourd'hui, je peux affirmer que toutes les pratiquantes observées et interviewées ont une meilleure compréhension du pole fitness et de ce que cette pratique demande mentalement et physiquement. On le comprend avec le commentaire de Claudette, qui, aujourd'hui, est de plus en plus impressionnée.

J'étais déjà impressionnée, donc maintenant je suis complètement impressionnée. C'est fou, tu essaies de faire juste une chose et c'est difficile and I have a better appreciation. Comme quand les gens me disent comme ah le pole fitness should be in an Olympics sports, il y a toutes les raisons politiques en arrière de ça why I think maybe not but I can see how it would be a candidate or could be a candidate to demonstrate athleticism and fitness on an international, competitive scale. I can totally see how pole fitness can fit that category in terms of fitness.

Elle est si impressionnée qu'elle comprend que ce n'est pas un simple sport. Il demande un niveau physique si important qu'elle trouve qu'il devrait être pratiqué au niveau international et dans un haut niveau. On a aussi l'impression qu'il devrait être performé aux Olympiques pour que la population puisse aussi voir ce sport. Dans les propos de Claudette, on comprend qu'elle est consciente que malgré le fait qu'elle n'a pas de préjugés envers ce sport, la société en a. C'est pour cela qu'elle affirme qu'il y aurait des raisons politiques expliquant pourquoi celui-ci ne serait pas aux Olympiques.

Pour ce qui est d'Amélie, qui n'a jamais eu de préjugé envers le sport, elle a un respect pour les effeuilleuses qui pratiquent ce métier. Effectivement,

now I think about strip clubs and exotic dancers and I have the most respect for them because what they do is misunderstood. Now I feel like we are all in one world and one community and I have no judgment toward anyone who does it, however, they want to do it.

Encore une fois, on parle de ce qu'on demande au corps lorsque l'on pratique ce sport : les douleurs, la force, la flexibilité et ce qui est demandé mentalement.

Pour Francine, cette pratique est maintenant plus qu'un moyen de mise en forme, elle nous explique qu'elle peut atteindre des objectifs. Le fait de voir sa progression à travers le temps a rendu sa mise en forme comme un moyen pour avoir du plaisir tout en en faisant des amis. Ce n'est pas juste s'entraîner, c'est socialiser et se dépasser, tout en s'amusant.

Outre les différentes perceptions, à travers les différentes phases d'une pratiquante, on observe quelques caractéristiques qui viennent changer les participantes. En effet, plus de la majorité de ces femmes affirment que le pole fitness ont changé leur mentalité. Certaines caractéristiques de ce changement sont : elles sont plus heureuses et plus confiantes. Cette confiance peut être observée grâce aux professeures⁵ qui les encouragent, à l'environnement positif dans lequel elle pratique (renforcement positif), la capacité à faire de nouveaux mouvements (des mouvements qu'elles ne croyaient pas aptes à effectuer un jour) et à un corps qui change. Certaines d'entre elles sont moins gênées, elles se sentent mieux dans leur peau et elles ont une meilleure estime d'elles-mêmes.

⁵ Mentionnons que le terme, professeure, sera employé au féminin tout au long du mémoire, car les participantes utilisent majoritairement ce terme au féminin pour désigner le personnel enseignant.

Michelle a vécu une transformation où elle a appris à apprécier l'image de son corps et les habiletés de celui-ci. Au tout début, elle ne sentait pas belle lorsqu'elle se regardait dans le miroir.

Pas très belle, pas très sexy au début parce que ça m'a pris quand même du temps à accepter mon corps comme il est parce que eum au début j'aimais pas mon corps du tout. Je me disais ah je suis grosse, je n'aime pas cette partie de mon corps, regarde-moi dans le miroir surtout devant un pole et d'autres filles super minces I would feel not very skinny compare to them, je me sentais un peu comme fat (rire). Avec le temps quand j'ai perdu poids, j'ai commencé à plus m'accepter.

Ici, on comprend que les miroirs ont, au tout début, affecté cette débutante. Effectivement, elle était confrontée à la réalité de son corps et du corps des autres. On comprend que ce sont plus que les miroirs, mais aussi les critères de la société occidentale qui véhiculent un type de beauté bien précis qui ont un effet sur celle-ci.

Selon elle, Michelle n'avait pas de grâce dans ses mouvements.

C'est au début, j'étais un peu maladroite et comme je ne faisais pas les mouvements de la super bonne façon parce que je vois maintenant comment les beginners le font maintenant et comme des fois je ne pointais pas mes pieds comme my hips weren't forward enough, j'étais un peu maladroite, pas très bonne.

À ce moment, la débutante doit comprendre comment le corps fonctionne, quel muscle activer pour exercer un mouvement. Cela semble être un combat entre rendre un mouvement esthétiquement plaisant et tenter tout simplement de le faire.

Par contre, l'amour de ce sport, la progression dans ses mouvements, la transformation de son corps lui ont donné une confiance. Cette confiance lui a permis d'accepter son corps et de tenter de transcender les caractéristiques physiques de la femme parfaite. Le fait de

mieux faire les mouvements lui donne une beauté où elle se trouve aussi plus attirante aux yeux des autres. Pour elle, le pole fitness peut être aussi fait comme un exercice qui est attirant, même sensuel, « you can be fit and sensual ». « Des fois, you just have to let go, tu dois arrêter de tout contrôler les mouvements, et c'est comme ça que tu vas te sentir mieux et plus en confiance avec ce que tu fais, belle, gracieuse ».

Le pole fitness permet aux personnes de se dépasser et c'est ce dépassement de soi qui leur donne une fierté en tant que personne. On le voit très bien avec la citation d'Amélie.

It's given me a lot of pride. It's an activity that allows me to feel really proud of myself and to do things I never thought I would do and to be stronger than I ever thought I would be. I look back on my progress and everything that I have done pole-wise and I feel very good about myself. It's given me more confidence as a person.

Encore une fois, on observe le bien-être que lui procure une progression. Ce n'est pas seulement le fait de progresser, mais c'est aussi le fait d'effectuer des mouvements qui apparaissaient, au début, comme étant impossibles ou qui semblent réservés aux athlètes.

Il y a d'une autre partie, une caractéristique qui semble moins positive, mais qui est tout de même importante. Le pole fitness peut permettre de « faire face au corps vieillissant » -Francine. En effet, certaines poleuses sont entourées de femmes plus jeunes qu'elles, dans un environnement où les poleuses plus âgées peuvent bien voir ces corps. Donc, par moment, cela leur rappelle leur corps d'autrefois. Cela peut être difficile pour celles-ci.

Outre l'évolution mentale qui transforme une poleuse, on perçoit aussi un impact significatif au niveau de leur corps. Toutes les participantes ont remarqué une transformation de leur corps au niveau des muscles et de leur flexibilité. Les débutantes

ont beaucoup insisté sur les muscles du haut du corps qui sont un peu plus définis et qui sont plus forts. Les autres expliquent ce même changement, par contre, elles parlent aussi du reste du corps qui est plus musclé. C'est une situation normale, étant donné qu'au début, ce sont les mains et les bras qui sont les plus sollicités pour effectuer des mouvements.

Pour certaines participantes, l'alimentation a aussi été une part intégrante de l'évolution physique des poleuses. Seulement deux personnes discutent, durant mes entrevues, de comment leur alimentation a été modifiée à cause du pole. En effet, Amélie, une professionnelle, nous explique comment elle a modifié ces habitudes alimentaires depuis qu'elle a commencé le pole fitness. Effectivement, avant, elle mangeait de petites portions. Étant donné qu'elle prenait difficilement du poids, elle mangeait ce qu'elle désirait.

When I started pole, it wasn't so much that I was now wearing shorts and a sports bra and wanted my body to be perfect. It was that I felt so impressed by what my body was able to do that I owed it to my body to put good things in it. I wanted my physical appearance to reflect how good I felt inside.

En modifiant son alimentation, elle s'est sentie plus heureuse comparativement à ce qu'elle mangeait auparavant. Pour Agnès, le changement ne provient pas nécessairement du pole fitness, mais plutôt, car elle est entourée de personnes au le studio de pole qui sont intéressées par la santé, donc c'est une question d'environnement.

Les autres personnes interviewées n'ont pas modifié leur alimentation à cause du pole fitness. Seulement une personne parmi celles-ci a affirmé qu'elle ne fait pas attention et qu'elle sait qu'elle n'a pas une alimentation saine. Les trois autres participantes font attention à leur alimentation à la base sans que cela soit en lien avec le pole fitness, mais tout simplement pour la santé de leur corps.

Nous avons pu comprendre ce que représente le pole fitness pour les pratiquantes en observant leur perception (d'autrefois et d'aujourd'hui) et leur évolution (mentale et physique). Attardons-nous à comprendre ce qui motive des femmes à pratiquer ce sport.

3.2 Les motivations à faire du pole fitness

Pour mieux comprendre ce que signifie la pratique du pole fitness, il faut aussi comprendre les motivations à pratiquer un sport si intense : pour la forme physique, pour enseigner, pour la compétition et pour combler le besoin de progression.

3.2.1 La forme physique

Toutes les participantes, excepté Carole, possèdent comme une de leurs motivations de faire du pole fitness pour rester ou se mettre en forme. Pour ce qui est de Carole, on comprend qu'elle a l'impression que cela vient avec le fait de pratiquer ce sport, donc ce n'est pas une motivation. Pour elle, cela va de soi. On ne peut pas faire du pole fitness sans rester en forme. Pour les autres participantes, la motivation de rester ou se mettre en forme est pour impressionner, pour être capable d'accomplir un autre sport ou pour la santé mentale.

La mise en forme peut être utilisée comme moyen pour impressionner son entourage. En effet, selon les participantes, la pratique du pole fitness augmente les capacités physiques des participantes et de ce fait même, elle leur donne la sensation d'être unique. On peut le comprendre avec la citation de Michelle.

Oui, je peux le faire pour le fun. Par exemple, si je sors avec mes amies dans un club et il y a un pole, on va niaiser et tout, mais aussi je peux leur montrer ce qu'on peut faire à part juste se frotter dessus ou comme danser autour, mais vraiment se « lift up » et utiliser vraiment les muscles des abs et des bras et se mettre à l'envers. C'est vraiment

quelque chose ! C'est pas évident pour tout le monde. Euh, oui, je le vois comme un « workout » qui est quand même challenging qui n'est pas évident, ça prend beaucoup de pratique.

Michelle est motivée par le fait que cette mise en forme peut être utilisée pour impressionner ces amies aux « clubs » (discothèques). Elle est la seule qui a parlé de montrer dans cet endroit comment faire du pole fitness. Il y a un désir d'impressionner, mais aussi de prouver ou de même démystifier le pole fitness dans un endroit possédant des similarités avec les bars de danseuses. Dans une discothèque, les personnes sont possiblement plus ouvertes, l'alcool coule à flots, l'ambiance est détendue. Il y a peut-être moins d'inhibitions donc il est plus facile de le montrer dans un environnement de ce genre. Il est aussi plus accessible aux personnes qui ne pratiquent pas le pole fitness comparativement aux studios de pole où l'on y retrouve majoritairement des personnes qui font partie du monde de pole fitness.

La mise en forme peut aussi être utilisée pour développer ces capacités afin de pratiquer d'autres sports. On peut voir cette motivation chez Agnès. Elle se dit que si un jour elle voulait essayer un autre sport, elle aura des caractéristiques physiques qui l'aideront à bien les accomplir. On le comprend dans ses dires.

je trouve que la souplesse et la musculation c'est parfaitement complémentaire pour n'importe quel sport qu'on veut pratiquer par la suite, que ça soit une danse, de l'acrobatie ou n'importe qu'elle activité physique qui demanderait de l'agilité

Dans cette citation, elle discute de la souplesse et de la musculation qu'elle acquiert en pratiquant le pole fitness. Il est intéressant de noter qu'elle est la seule participante qui possède cette motivation d'être en forme pour l'aider dans un autre sport. Les autres participantes mentionnent plutôt que les autres sports peuvent les aider dans leur cheminement d'apprentissage du pole fitness.

La mise en forme contribue grandement à la santé psychologique des participantes. En effet, cela permet de déstresser. Francine en est la preuve. Elle l'utilise pour penser à autre chose, pour ne plus être dans sa tête et pour sentir au lieu de réfléchir à plusieurs éléments en même temps. « Quand j'arrive ici, on dirait que je laisse mes soucis à la porte. Je viens me concentrer sur d'autres choses, sur moi-même. » Pour elle, cette période, d'une heure à deux heures, est complètement consacrée à elle. Elle ne prend pas d'appels, elle ne texte pas, elle se concentre sur les mouvements et les chorégraphies qu'elle a à faire. Pour Amélie, cette mise en forme est si importante que cela lui permet d'avoir de l'énergie et tout comme Francine, de même d'évacuer le stress.

That's the biggest benefit because in our lives which are crazy and stressful, the fact that I can go somewhere for an hour and come out a different person is mind blowing to me. It's just really important for my overall well-being, I've gained so much from it and it really changed my life. It makes me more determined, more motivated, it always presents challenges that I have to overcome and it makes me work harder which are amazing qualities that people get from this.

En pratiquant, ce sport, elle se sent même transformée par celui-ci en l'espace d'une heure en sortant du studio. Même si elle a passé une mauvaise journée, elle peut venir au studio pour faire du pole fitness et elle en sort plus heureuse. C'est un sentiment qui est phénoménal pour elle et qu'elle ne semble pas le vivre avec un autre sport.

3.2.2 L'enseignement

L'enseignement comme motivation est vu de manière différente lorsque c'est un emploi secondaire et lorsque c'est un emploi principal.

L'enseignement du pole fitness aide considérablement à l'apprentissage d'habiletés pertinentes pour un autre emploi. Effectivement, on peut le voir avec Amélie. Selon elle, il y a un lien entre le travail de professeure de pole fitness et de docteure. Elle va plus loin en affirmant que ses habiletés acquises en tant que professeure sont très utiles en tant que docteure. Il s'agit dans les deux cas de promouvoir un mode de vie sain et d'encourager les gens à atteindre leurs propres objectifs. Les deux lui permettent d'assumer un rôle de leadership et d'aider les gens de diverses façons, notamment en s'assurant que les gens se sentent en sécurité. Elle a l'impression que son travail de professeure lui permet de partager la joie d'un succès ou d'un couronnement à ses élèves. Elle a l'impression d'avoir un but, elle possède des habiletés qui permettent d'aider d'autres personnes à se sentir mieux dans leur peau. Elle réalise l'extase qui s'émane d'une personne lorsqu'elle réussit à effectuer un mouvement, car elle le vit constamment. Elle se sent privilégiée de pouvoir y contribuer et d'accompagner une personne dans son évolution.

Lorsque c'est un emploi principal, le processus de préparation pour un cours est plus approfondi et il y a plus de temps consacré pour ce cours. Lorsque Carole a du temps libre, elle passe la majorité son temps à penser à son travail. Elle fait des recherches pour trouver de nouveaux mouvements pour elle, mais aussi pour ses élèves. Ses recherches se font majoritairement en ligne, sur Instagram. Lorsqu'elle aime un mouvement, elle peut l'essayer chez elle, si elle a assez de place pour l'effectuer et elle le note, ensuite, dans son carnet. Elle ne va jamais au studio sans se faire une préparation à l'avance de ce qu'elle aimerait pratiquer. Sinon, elle trouve que c'est une perte de temps, car elle doit trouver ce qu'elle a envie de faire, donc elle préfère effectuer cette recherche chez elle.

J'ouvre mon cahier, souvent je vais avoir visionné, moi je suis très visuel je vais avoir visionné dans la journée ce que je veux faire comme ça je me souviens dans ma tête quand même, mais j'écris aussi les gros points que je veux faire. Je dis si la pole est statique ou spin, des fois je mets en ordre ce que je veux essayer.

Lors de mes observations, elle a toujours son cahier que cela soit dans une pratique libre ou un cours où elle enseigne (note de terrain, 19-06-2018 ; 21-06-2018 ; 03-07-2018 ; 05-07-2018). On peut la voir y écrire différents commentaires : comment faire un mouvement, est-il réaliste de le faire ou non, le mouvement de la pole, etc. Une autre tâche importante pour une personne qui ne fait qu'enseigner est la promotion du studio et de ces cours. Elle m'indique que pour elle, il est important de le faire, d'encourager des personnes à essayer le pole fitness, à venir au studio pour prendre plus d'information.

Si je suis fière d'avoir réussi quelque chose de nouveau ah je vais vous montrer ça, je vais montrer ça à mes élèves. Ça, c'est de la promotion pour le studio, je suis pas toute seule à faire ça. En fait, j'ai pris ça d'autres personnes. Donc, je me suis dit OK je vais faire pareil, peut-être que ça va inciter du monde à venir.

Dans cette citation, on comprend son processus pour publier une photo et une vidéo et que pour elle, elle préconise les médias sociaux afin de faire de la promotion pour le studio de pole fitness. On comprend en discutant avec celle-ci et en l'observant son sentiment d'appartenance envers son travail et la compagnie pour laquelle elle travaille.

3.2.3 La compétition

L'aspect compétitif du pole fitness représente une motivation parce que c'est tout un défi que de faire une compétition et on peut y vivre une bonne expérience ou de mauvaises expériences.

En discutant avec les autres participantes qui ont effectué des compétitions, on comprend le travail pénible derrière la préparation d'une compétition. Pour Francine, on a même l'impression qu'elle est attirée vers celle-ci et qu'elle aime la discipline qu'une compétition requiert. On voit ce même rapport avec Carole. Carole adore la compétition, on a l'impression qu'elle a eu la piqure. « Oui, je fais de la compétition. Au départ, on m'a

encouragée à essayer et j'y ai pris goût ! J'ai toujours eu du succès en compé, c'est sûr que ça aide, c'est grisant ! » Le fait de toujours gagner l'encourage énormément à continuer. Effectivement, elle m'a informé qu'elle a gagné à cinq reprises, la première place sur les sept compétitions. Elle a gagné la seconde et la troisième place pour les autres. Par contre, elle ne fait pas la compétition pour gagner. Elle le fait pour s'amuser et pour avoir de belles photographies de ses performances. Il est certain que ces bons résultats influencent grandement la perception des compétitions chez la participante.

Certaines participantes ont vécu de bonnes expériences à travers le processus d'une compétition. Durant la période précompétition, les participantes utilisent ce moment pour analyser en profondeur ce dont elles ont besoin pour effectuer la meilleure chorégraphie. Elles doivent choisir plusieurs éléments : la musique, le costume, l'angle des mouvements à accomplir, etc. « Le meilleur, le sentiment ché pas... pendant la conception quand tu as une idée vraiment cool, à la fin d'une run quand tu as tout bien réussi et en sortant du stage avec le sentiment d'être allée jusqu'au bout » -Carole. On comprend que pour elle, l'aspect de la création de son spectacle est un moment positif autant que lorsqu'elle termine sa prestation. De plus, en observant les différentes compétitions et en discutant avec celle-ci on comprend que les éléments sont choisis en fonction de l'esthétisme et de comment un élément peut contribuer à rehausser la performance (note de terrain, 25-06-2018). Elle explique aussi qu'elle passe un temps important à regarder la vidéo et à analyser les mouvements. En plus de regarder sa vidéo de performance sur sa tablette électronique à plusieurs reprises, Carole m'informe qu'elle choisit aussi de la regarder au grand écran sur sa télévision afin de mieux voir et pour ainsi, mieux analyser sa performance. Elle le fait souvent avec son mari en relaxant le vendredi soir.

Ce ne sont pas toutes les participantes qui vivent une belle expérience en compétition. À vrai dire, une expérience négative peut être si marquante qu'une personne peut décider d'arrêter. C'est le cas d'Amélie, elle, a perdu cette motivation de compétitionner à cause de l'expérience vécue lors des compétitions. Elle a effectué trois compétitions en 2013. Elle utilise habituellement deux à trois mois pour se préparer pour une compétition. La

première compétition, tout se passe bien, elle gagne. Elle ne discute pas vraiment de la deuxième compétition, comme si cela ne l'a pas assez marqué. Par contre, la troisième et dernière compétition a eu un impact significatif sur elle.

The third one was a little disappointing. I think that when I entered that third competition, I really poured my heart and soul into the choreography that I made. It wasn't just like, I choose a song I like and put some moves together and thought it would be fun. I really chose everything for a reason. Even if the audience couldn't tell in the theatrical performance, I was telling my own story in my head. It was very emotional and when I was building the choreography the things that were going on in my life at the time were very heavy so I felt that I was getting some of that emotional stuff out through the art. The song was very deep and meaningful to me as well as the whole thing. When I got on stage, I slipped out of my most impressive move and sort of fell. It was not obvious to anyone who doesn't know pole but it was definitely obvious to anyone who knows it and any judge. It wasn't a fall where everyone gasps and you have to get up and embarrass yourself because I landed on my feet but you could tell that I missed something and it was so sad. For the rest of the performance I kept going but when I watch the video I can see on my face that I was just so sad. I felt as if I was disappointed myself and the message and emotion I put into that performance wasn't lived up to.

Cette citation montre la différence dans le processus de création. Contrairement à Carole, elle passe moins de temps à la préparation de ses chorégraphies. De plus, les éléments choisis pour sa performance sont grandement basés sur ses émotions, surtout pour la dernière compétition où elle raconte son histoire. C'était si intense le fait de ne pas réussir. En discutant avec elle, je comprends qu'elle est très réticente à recommencer à effectuer des compétitions. Il y a une petite lueur de tristesse lorsqu'elle parle de ce moment. On la sent attrister. Ce n'est pas le fait de ne pas avoir gagné qui a bouleversé le tout, mais plutôt le fait de ne pas avoir atteint son niveau d'excellence qu'elle s'était fixé. Elle m'affirme que c'est une personne perfectionniste et que, pour elle, sa chorégraphie doit être parfaite à ses yeux. Malgré cette expérience, elle en tire tout de même une conclusion.

Looking back on it, I realized that the whole experience was negative because of how much pressure I put on myself. I don't regret doing it I think that it made me a better pole dancer to have trained for weeks and really work extremely hard, being at the studio all the time.

Elle est devenue une meilleure *pole dancer* à cause des compétitions. Elle augmente son nombre de pratiques au studio lorsqu'elle effectue une compétition. Elle essaye de ne pas manquer des journées de pratique, elle peut travailler sur sa chorégraphie près de six heures par semaine. Tout cet effort change, qu'on le veuille ou non, une personne.

Nous avons pu voir qu'il existe diverses motivations pour une pratiquante de faire du pole fitness : rester ou se mettre en forme, les compétitions et l'enseignement. Il est temps d'explorer à quel point il est essentiel pour ces femmes de progresser.

3.2.4 La progression

À travers la collecte de donnée, je m'aperçois rapidement que les « pole dancers » désirent progresser. Un autre élément qui est ressorti aux termes de l'analyse des résultats est l'importance, pour les *pole dancers*, de la progression. Chez toutes les participantes, la progression est un facteur qui est mentionné et observé. L'évolution est synonyme de l'atteinte d'un autre niveau, et, un sentiment de fierté s'ensuit lorsqu'il y a progression. En effet, plusieurs des participantes ressentent un tel sentiment de fierté qu'elles décident de partager les résultats issus de cette progression par le biais des médias sociaux (voir Figure 6).

Sur cette publication partagée par Carole sur Instagram et Facebook, deux photographies montrant la même position (*jade*) prise à cinq années d'intervalle sont juxtaposées afin de montrer la progression qu'il y a eu entre ces deux captures (l'une en 2013 et l'autre en 2018). Il est possible de faire cette constatation par l'alignement des jambes de Carole. En effet, pour cette dernière, l'objectif de ce mouvement est de pouvoir atteindre un angle de

180 degrés, soit une ligne droite entre les deux pieds. Sous la photo, il est également possible d’y apercevoir une légende écrite par Carole. À travers cette légende, Carole aborde les notions de progrès et de persévérance. Elle souligne également qu’il y a toujours place à l’amélioration, et ce, malgré son âge qui se situe dans la fin quarantaine. Finalement, si l’on porte une attention particulière aux émoticons qui accompagnent le texte (visage souriant avec les yeux plissés, le bicep en action et le cœur scintillant), il est alors possible de déduire que sa progression la rend fière et qu’elle lui permet d’apprécier davantage ce sport qu’est celui du pole fitness et de voir l’amour qu’elle porte pour cette pratique.

Figure 1 : Progression



Ceci dit, il n’y a pas uniquement les élèves qui éprouvent une joie et une fierté de progresser. En effet, le studio de pole fitness ainsi que les professeurs encouragent cette progression.

Les trois studios que j’ai observés, dans le cadre de mon étude, offraient des cours pour différents niveaux. Or, il est à noter que ce ne sont pas tous les studios qui ont les mêmes niveaux. Un studio offre un cours pour les débutantes et un autre cours pour tous les

niveaux sans les spécifier. Un autre studio, lui, offre cinq niveaux (Pole necessities, pole basic, pole movement, tricks et pole tricksters)⁶. Pour les trois studios étudiés, pour qu'une participante passe au niveau suivant, elle devait être en mesure d'effectuer certains mouvements.

Le rite de passage pour les studios observés est informel ; il n'y a pas de cérémonies ou de tests à effectuer. Il peut s'agir du professeur qui approche l'élève pour lui indiquer qu'elle est apte à passer au niveau suivant ou il peut s'agir de l'élève qui demande au professeur d'accéder au niveau suivant. Il va sans dire que les élèves sont encouragés positivement par les professeurs à progresser. « Maintenant, vous êtes niveau cinq, vous devez être capable de faire cinq inverts du mauvais bord »- Carole. Dans cet exemple, Carole indiquait à ses élèves, qui ont atteint le plus haut niveau du studio, qu'ils étaient capables de faire un mouvement à partir du côté moins utilisé du corps pour faire ce mouvement (gauche ou droite). Ici, cette enseignante fait référence au fait qu'une pratiquante a tendance à solliciter constamment un côté de son corps où elle se sent plus forte, plus flexible et/ou plus confortable de faire un mouvement. Elle m'explique que le mauvais côté est celui le plus faible pour effectuer un mouvement. Il peut être moins flexible et/ou moins musclé. Elle veut que ses élèves se surpassent.

Parfois, comme l'explique, Amélie, une professeur peut choisir d'écarter l'enseignement de certains mouvements pour deux raisons principales : pour des raisons de sécurité ou pour des raisons d'aisance dans la réalisation de ces mouvements. Toutefois, il se peut qu'une raison pour laquelle la professeur choisit de ne pas enseigner un mouvement en particulier s'explique par le fait qu'elle ne souhaite pas décourager l'élève. En effet, certains mouvements requièrent un niveau expérience. Or, si une étudiante est loin de les

⁶Fitness Evolution, « Class Info », <http://fitnessevolutionmc.com/classes/> (page consulté le 9 mars 2018)

réussir ou qu'elle ne constate aucune progression, elle peut éprouver une forme de découragement, ce qui pourrait également occasionner un sentiment de frustration.

Dans le même ordre d'idées, toutes les participantes ressentent de la frustration lorsqu'elles ne réussissent plus à exécuter un mouvement qu'elle réalisait préalablement. Elles vont toutes rationaliser la situation et elles vont trouver des raisons expliquant leur inaptitude à effectuer ces mouvements. La fatigue, la douleur et la peur peuvent en être des causes. Comme le souligne Francine, il est important d'écouter son corps lorsqu'il ne veut pas, au risque de subir, comme elle, des blessures. Elle affectionne tellement le pole fitness qu'elle a décidé, et ce, malgré la fatigue qu'elle éprouvait, d'assister au cours. Elle a alors voulu se dépasser et s'est blessée. En ce sens, elle souligne que l'écoute du corps peut réellement contribuer à la sécurité de la poleuse. On remarque ainsi que l'amour qu'une participante porte à ce sport, ajouté à son désir de progression, devrait amener la poleuse à se demander quelles sont ses limites plutôt que de se pousser constamment dans la pratique. On réalise que la progression est liée à une bonne santé physique qui dépend de manière importante sur notre capacité à écouter et respecter notre corps.

Cependant, cette réalisation peut parfois être oubliée ou mise de côté étant donné que nous sommes dans une société basée sur la productivité où on ne peut stagner (Keinan & Kivetz, 2010). Les participantes pensent parfois que prendre soin de leur corps, en prenant une pause par exemple, est contre-productif au niveau de la performance et la progression. Dans le pole fitness, la balance entre la pratique et le fait de prendre soin de notre corps n'est pas aussi facile, puisque ce sport requiert, en même temps, beaucoup de discipline et de persévérance, tel que démontré ici :

C'est d'autant plus difficile que plus on progresse, plus l'écart d'un progrès à l'autre diminue, plus on se spécialise, plus c'est difficile de progresser. Un petit peu plus, un petit peu plus et ça fait que parfois ça peut être décourageant de se voir un peu stagner à un moment donné, mais l'expérience et mon point de vue sur la pole m'a permis de comprendre que même si on ne progresse pas pendant le moment même si on l'impression qu'on ne fait pas vraiment d'avancées, c'est toujours une histoire de discipline et de rapport à soi-même qui fait qu'on aime

la pole, parce que ceux qui abandonnent je crois que ce sont eux qui n'ont pas cette discipline pour aller plus loin. -Agnès

À travers cette citation, Agnès, une poleuse expérimentée, nous explique les sentiments ressentis lorsqu'une personne stagne dans son évolution. La déception peut prendre le dessus, mais, selon elle, si on continue de travailler sans voir de progrès, on pourra en observer éventuellement. Selon elle, cette manière de fonctionner différencie celles qui aiment un peu le pole fitness de celles qui l'aiment réellement, qu'elle caractérise par celles qui, sans progression apparente, continueront de travailler.

Cette discipline semble essentielle pour évoluer dans le pole fitness, mais certaines des participantes expliquent que cela dépend. En effet, les professionnelles sont d'accord pour affirmer que si le but de pratiquer cette activité est seulement pour l'amusement, la discipline, quant à elle, n'est pas requise. En revanche, Amélie explique, en tant que professeure, qu'il est important d'avoir cette discipline, ce désir de se dépasser et de surmonter de nouveaux défis, afin d'être un exemple pour les élèves et pour les encourager à se surpasser. Francine, une participante expérimentée en pole fitness, ajoute une variable intéressante. Cette dernière m'indique que le type de discipline dépend de l'objectif de la participante :

Si tu veux avancer, il faudrait avoir la discipline de venir plus fréquemment au studio, te former une discipline de pratiquer ta flexibilité. Si on veut faire des compétitions, faire des routines, il faut avoir la discipline de les préparer et de se pratiquer. Mais si on veut faire le sport juste une ou deux fois par semaine, la discipline, c'est de se présenter au cours. C'est se dire « moi j'ai envie de faire du pole fitness », c'est quand même un sport dispendieux alors tu paies, tu viens. C'est la discipline de venir. La discipline peut être à différent niveau dans ce cas-ci.

Comme indiqué précédemment, il semblerait que la discipline est essentielle, peu importe l'objectif tenu en tête par ceux qui font du pole. Certes, l'objectif réglera le niveau d'investissement requis, en demandant soit la présence aux cours, ou l'investissement

régulier pour développer les capacités corporelles nécessaires pour la participation à des compétitions. En même temps, il semble avoir une relation entre la discipline et le désir de se surpasser, de progresser. Agnès nous aide à faire ce lien lorsqu'elle explique le sentiment d'être proche de réussir un nouveau mouvement, sans toutefois y arriver. Ce désir de foncer même lorsque nous faisons face à des obstacles va en relation avec la discipline que nous pouvons forger. Il est maintenant temps d'analyser comment elles pratiquent le pole fitness. Pour ce faire, je ferai un portrait des différents types de participantes, leur apprentissage et une analyse des diverses marques de dépassement.

3.3 Comment pratiquent-elles le pole fitness ?

3.3.1 Le portrait des pratiquantes

À travers mes observations et mes entrevues effectuées avec mes six participantes, j'ai pu comprendre qu'il y avait trois grandes catégories de pratiquante de pole fitness. Ici, je vous dresserai le portrait de chaque type de participantes : les débutantes, les expérimentées et les professionnelles.

Les débutantes

Michelle âgée de 23 ans et étudiante à temps plein en enseignement durant l'année scolaire et travaillant dans une école primaire après cette période décide, depuis près de six mois, de pratiquer le pole fitness pour une fréquence d'une à deux fois par semaine, le soir après le travail ou l'école. Chacune des séances dure une heure. Elle a le même programme d'exercices chaque semaine. Le lundi, sa professeure enseigne une chorégraphie durant la majorité du cours. Vers la fin, sa professeure enseigne de nouveaux mouvements ou revoit des mouvements enseignés le cours passé. Le mercredi, sa professeure enseigne de nouveaux mouvements durant tout le cours. Elle n'est pas confortable dans ses

mouvements et elle a souvent besoin d'aide ou de direction. Elle aimerait pratiquer le pole fitness plus souvent, mais le studio où elle s'exerce n'offre pas davantage de cours et elle n'a pas de pole fitness chez ses parents, la maison où elle vit. Elle pratique toujours dans le même studio depuis qu'elle a commencé. Ce sport n'est pas le seul pratiqué. En effet, elle fait de la Zumba, du ballet barre, du hot yoga afin de diversifier son entraînement pour être en forme.

Cette jeune célibataire est considérée comme débutante typique étant donné son niveau d'expertise et le nombre de temps qu'elle s'adonne au pole fitness. Toutefois, il existe d'autres débutantes qui ont déjà pratiqué le pole fitness chez elle comme Claudette.

Claudette, elle, ne pratique plus chez elle, par manque de motivation. Selon elle, c'est difficile de savoir quel mouvement faire étant donné son niveau d'expertise en pole fitness. De plus, pour des raisons techniques, elle ne s'entraîne pas chez elle. On le comprend bien avec cette citation : « j'ai pas assez de place pour faire ce que je veux, donc chaque mouvement je suis toujours, "not all the way doing it, I'm holding back". J'ai mon bureau ensuite j'ai le mur, l'armoire, mon tiroir ». Donc, le manque de place peut ralentir une personne de pratiquer chez elle et d'être confortable à effectuer de manière sécuritaire les mouvements. La chaleur est un autre facteur qui freine Claudette de pratiquer chez elle. « J'ai arrêté de l'utiliser. La dernière fois que je l'ai utilisée, c'est chaud, c'était l'été ! Maintenant, j'ai acheté le "dry hand" pour voir si ça va m'aider ». Il faut comprendre que la chaleur favorise la transpiration ce qui devient plus difficile à adhérer sur la pole (note de terrain ; juin, juillet et août 2018). Afin de bien adhérer sur celle-ci, il ne faut avoir aucune crème sur le corps et le moins de liquide possible (note de terrain ; juin 2018). C'est pourquoi, afin de faciliter son adhérence à la pole, Claudette a acheté le «dry hand», un liquide opaque d'une couleur blanche qui se transforme en une poudre blanche une fois appliqué sur le corps (note de terrain ; juin 2018).

Les expérimentées

Francine, âgée de 43 ans et directrice de la chaîne d'approvisionnement et des opérations, était « tannée d'aller au gym » et elle voulait solliciter davantage le haut du corps. Donc, cette célibataire vivant seule décide, il y a un peu plus de quatre ans, de pratiquer le pole fitness. Aujourd'hui, elle pratique trois à quatre fois par semaine. La différence avec les débutantes, on peut la comprendre avec son niveau d'expertise, mais aussi avec la fréquence plus élevée d'entraînements de pole fitness. Les pratiques de cette expérimentée sont majoritairement le soir et quelques fois durant la journée.

J'ai pu observer deux périodes qui influencent la manière dont elle s'entraîne (note observations juin, juillet et août 2018). Lorsqu'elle est en période de compétition, la fréquence de pole fitness par semaine peut aller jusqu'à cinq fois par semaine. Elle se présente à divers cours de pole fitness au studio: des cours où la professeure enseigne des mouvements, des cours de pole fitness libres, des cours sur la flexibilité active et la flexibilité passive et des cours particuliers avec une professeure de pole fitness. Lors des cours de pole fitness libres et des cours particuliers, elle crée et pratique sa chorégraphie qu'elle présentera lors de la compétition. La majorité de sa pratique de pole fitness se retrouve au studio qui est situé à Vaudreuil-Dorion que je décrirai plus tard. Ces cours peuvent durer une heure comme cela peut aller jusqu'à une heure et demie ou même deux heures. Chez elle, elle fait de l'exercice physique pour devenir plus forte et plus flexible. La période sans compétition, Francine diminue sa fréquence à trois à quatre fois par semaine. Elle s'entraîne au studio et elle suit différents cours, mais elle diminue le nombre de cours de pole libre (note de terrain ; juin, juillet et août 2018). Elle continue à s'entraîner chez elle. « Je vais retrouver ma fin de semaine » dit-elle, les yeux pétillants et en parlant de ses activités post-compétition. Avec cette citation, on peut comprendre que pour elle, on y voit un sacrifice.

Francine est considérée comme experte typique étant donné son niveau d'expertise qui est le plus élevé à son studio (niveau 5), ses connaissances dans le domaine et le nombre

d'années qu'elle pratique le pole fitness. En outre, elle n'a pas toujours besoin d'aide ou de direction. Elle va le demander pour certains mouvements qu'elle juge plus dangereux. Par contre, il existe d'autres poleuses qui sont des expertes. Certaines personnes pratiquent depuis un an seulement, mais elles pratiquent si souvent qu'elles ont été capables d'acquérir un niveau d'expertise élevé. De plus, ce ne sont pas toutes les expertes qui ont fait des compétitions. On peut s'en apercevoir avec Agnès.

Agnès, elle, n'a tout simplement pas eu l'occasion d'effectuer une compétition, mais elle y réfléchit pour le faire dans un avenir proche. On peut le voir avec l'extrait suivant.

Non jamais, j'avoue que c'est quelque chose que j'apprécierais faire, d'autant que c'est un vrai défi de faire une chorégraphie parce que beaucoup de mes entraînements c'est des enchaînements de mouvements uniques donc j'enchaîne peu les mouvements en fait

Lors de mes observations avec les personnes qui s'entraînaient pour une compétition, Francine et Carole, on peut comprendre ce qu'Agnès veut dire par défi (note de terrain ; juin, juillet et août 2018). La préparation pour une compétition exige plus d'endurance au niveau musculaire et au niveau cardiovasculaire. L'inconfort est plus intense et plus long lors des pratiques pour une compétition comparativement à une pratique pour le plaisir. Effectivement, avec cette citation, on comprend que l'enchaînement des mouvements dure plus longtemps dans une compétition que lors des cours de pole fitness selon Agnès.

Les professionnelles

Carole, âgée de 48 ans, pratique de la danse classique, du hip-hop et de la danse contemporaine depuis son jeune âge. Un jour, cette mère de trois enfants décide de tout changer.

Je faisais partie d'une troupe de danse et puis je trouvais que j'avais fait le tour et puis je n'avais plus le goût de stresser à faire 6, 7, 8 chorégraphies à la fin de l'année. Les shows de fin d'années, ça ne m'intéressait plus, et j'ai décidé d'essayer d'autres choses et je suis tombée sur une annonce dans le journal. Sur le coup, je pensais que ça allait être de la danse sexy pi j'ai découvert que c'est un sport et la danse sexy je le pratique pratiquement pas. J'aborde vraiment plus le pole fitness comme sport.

Maintenant, cette professeure de pole fitness à temps plein pratique le pole fitness depuis sept ans et elle pratique habituellement quatre à six fois par semaine. Cette professionnelle typique s'entraîne majoritairement le soir, mais aussi durant la journée. Carole m'explique que le soir est favorisé, car c'est plus facile pour son corps de bouger comparativement au matin et c'est aussi une question de responsabilité durant la journée. Elle pratique dans sa maison et au studio. Le studio est favorisé, car il y a plus d'espace pour s'entraîner. On le comprend davantage avec cette citation de Carole.

Studio tout le temps et un peu chez moi, pour préparer mes cours, mais vraiment pas souvent parce que j'ai pas assez de place, je vais juste composer des petits combos. C'est trop bas, je kick le mur, je kick la bibliothèque, je dois tasser mon lit parce qu'elle est dans ma chambre. J'ai pas une grande maison, mais elle reste là et des fois je pratique des petits spins, des petites affaires et ça me permet des fois de juste me coucher au sol, me placer dedans. Là, je vois la pole par rapport à mon corps et ça m'aide à comprendre des mouvements avant d'aller les enseigner, je les révise comme ça au lieu de grimper.

À l'aide de cette citation, on peut réaliser que la maison est un milieu non privilégié par cette professionnelle. Par contre, elle l'utilise pour perfectionner son cours qu'elle offrira aux élèves. Pour celle-ci, le travail de base se passe à la maison. Elle prend des notes dans son cahier et elle prend le temps de visualiser les mouvements. L'espace n'est pas la seule raison qui explique qu'elles favorisent le studio de pole. En effet, selon Carole, on se sent moins seule lorsque l'on pratique au studio, car il peut y avoir une autre personne

s'entraînant en même temps. Elle s'entraîne dans un studio situé à Vaudreuil-Dorion près de plusieurs magasins et des restaurations rapides.

Cette grand-mère a déjà effectué des spectacles et des compétitions de pole fitness. Ceux-ci sont une partie marquante de leur évolution. À travers mes observations, je me rends compte qu'il y a deux périodes de pratique comme avec Francine pour notre professionnelle. Par contre, pour Carole, elle semble très souvent être en période de compétition, car elle enchaîne les compétitions les unes après les autres. Elle se prépare pour une compétition près de douze à six mois à l'avance ce qui est considérablement plus de temps comparativement aux autres participantes qui ont fait des compétitions. Parmi toutes les participantes, elle est celle qui passe le plus de temps au studio. Elle affirme, elle-même, qu'elle passe la majorité de son temps au studio. D'ailleurs, pour une pratique, elle peut y être présente jusqu'à une période de quatre heures consécutives.

Encore une fois, dans le cadre de ma recherche, on s'aperçoit que la fréquence d'entraînement différencie les types de participantes. En effet, une professionnelle s'entraîne habituellement plus longtemps en matière de fréquence ou d'heures. De plus, l'argent distingue une expérimentée d'une professionnelle. Dans notre cas, on le voit avec Carole qui est payée pour enseigner et pour faire des spectacles. Par contre, il existe d'autres professionnels qui sont payés pour travailler dans les bars de danseuses et qui s'entraînent beaucoup. J'en ai rencontré, mais je n'ai pas eu l'occasion de faire des entrevues formelles. De plus, ce ne sont pas toutes les professionnelles qui travaillent à temps plein comme professeure. D'ailleurs, Amélie effectue sa résidence en médecine, donc cela influence les moments où elle peut pratiquer. Elle m'explique que les horaires de travail en résidence ne sont pas nécessairement stables.

Mentionnons en passant que pour toutes les participantes, l'idée de faire du pole fitness a mijoté dans leur esprit durant plusieurs moments avant qu'elles décident de s'inscrire et d'en faire.

On comprend mieux qui sont les participantes et leur routine en tant que poleuse, il est temps d'aborder leur apprentissage qui est une part notable de qui elles sont.

3.3.2 L'apprentissage

À travers mes observations et mes entrevues, je remarque qu'il y a plusieurs éléments qui ont contribué à l'apprentissage des participantes : les professeures, se filmer, les miroirs et le groupe.

Le rôle du professeure dans l'apprentissage

On remarque l'importance du professeure à travers le parcours d'une élève de pole fitness. La professeure est très souvent située sur une pole au centre de la salle qui symbolise l'autorité. L'instructeur peut tout observer et plus ou moins contrôler ce qui se passe dans la classe. On y observe un respect profond envers elle (note de terrain, 20-06-2018 ; 04-07-2018). En outre, elle joue un rôle dans le soutien émotionnel de l'élève et un rôle dans le soutien physique de la participante. À travers mes observations et mes entrevues, je comprends rapidement que ses rôles évoluent dans le temps pour une participante (note de terrain, 29-06-2018 ; 27-06-2018 ; 30-06-2018 ; 09-07-2018). Autrement dit, l'enseignante ne représente pas la même chose pour une débutante et pour une professionnelle. Donc, le type d'adepte influencera le rôle de l'enseignante.

Lorsque j'ai observé et participé dans le cours, j'ai pu m'apercevoir du soutien physique que les professeurs donnaient (note de terrain, 29-06-2018 ; 27-06-2018 ; 30-06-2018 ; 09-07-2018). Au tout début du cours, la professeure permet à l'élève de s'habituer avec un échauffement qui lui permet aussi de la protéger contre toute blessure. En discutant avec Carole, elle m'explique que cela aide à la sécurité du corps de l'élève et de la professeure qui doit montrer les mouvements lors de la session. Cet échauffement intense permet de réveiller le corps et de le préparer à effectuer des mouvements avec la pole. D'ailleurs, cette professionnelle m'indique que cet échauffement permet de travailler la force du corps tout en travaillant la flexibilité de celui-ci. Par la suite, la professeure guide et

explique à l'élève les mouvements à pratiquer sur la pole ou autour de la pole et corrige si nécessaire.

Pour les nouvelles personnes, c'est même de s'habituer à son propre corps. On remarque qu'elles sont surprises, par moment, du niveau d'effort qui est requis juste avant de faire le pole fitness (note de terrain, 29-06-2018). Plusieurs participantes expliquent, d'ailleurs, qu'après leur premier cours de pole, elles ont eu terriblement mal. La professeure semble indispensable pour les débutantes. Elle leur permet d'apprendre les mouvements essentiels, elles gardent les élèves dans un certain cadre. On le voit bien avec cette citation de Michelle, une débutante

if there is a teacher, you got to listen to what she said in order for you to do the moves correctly. C'est important de regarder comment la prof elle le fait pour que tu puisses le faire de la même façon même mieux que la prof des fois (rire)

Les professionnelles ont besoin de moins d'aide des autres et elles ne la désirent pas vraiment. On comprend cette situation avec Carole lorsqu'elle parle de son carnet où elle inscrit les mouvements à faire pour elle et pour les cours qu'elle enseigne :

si j'ai réussi, à refaire, totalement inaccessible (rire) moi à mon âge si je ne suis pas vraiment proche de réussir j'abandonne tout de suite, je suis tout seul, si je suis vraiment loin je regarde le vidéo et je me dis OK bien oublie ça je comprends vraiment pas, d'habitude j'abandonne complètement peut-être il va revenir si je vois d'autres vidéos je réessaye, il y a tellement de mouvement, je reste dans ce que je suis capable de faire tout seul, je n'ai pas le goût de me péter la gueule toute seule non plus c'est bien rare que je vais demander un spot à quelqu'un, je dois réussir toute seule, je trouve que c'est la meilleure façon d'évoluer c'est de réussir le mouvement tout seul parce que si tu es tout le temps spotté après ça tu auras tout le temps avoir besoin d'un spot, en tout cas moi je suis de même.

Dans cette citation, Carole nous explique qu'elle a rarement besoin du soutien physique du professeur. Le fait de ne pas en avoir contribue même à l'indépendance de l'étudiante. Avec ce qu'elle affirme, on réalise vraiment que l'indépendance d'une étudiante contribue à son évolution. Elle n'attend pas ou elle attend rarement après la professeure pour réaliser leur mouvement sur la pôle. D'ailleurs, selon cette citation, on comprend que c'est un besoin de professionnel, car il faut atteindre un certain niveau physique et psychologique pour le faire. En discutant avec Amélie, je comprends qu'il faut avoir les capacités physiques, mais il faut aussi avoir la confiance en soi et ne pas avoir peur. Cela vient avec l'expérience et la pratique.

En plus du soutien physique, la professeure contribue grandement au niveau émotionnel. Au tout début de l'aventure d'une pôle dancer, on sent réellement que la professeure joue un rôle capital dans la vie de celle-ci, comme une mère qui apprend à un bébé comment marcher. Elle aide autant à faire les mouvements qu'elle agit en tant que « role model ». En effet, une professeure peut représenter l'emblème du pôle fitness. Elle peut être le visage du pôle fitness pour une élève. On peut mieux le comprendre avec Claudette :

J'apprécie la façon qu'elle aide les étudiants, je trouve qu'elle est vraiment bonne à expliquer des petites nuances de mouv de pôle fitness que d'autres personnes sont pas si bonnes que ça et je trouve que j'aime sa personnalité, j'aime son énergie, j'aime qu'elle fait une communauté ou essaye de faire ça. Donc, pour moi, je l'admire aussi comme femme en général donc le fait qu'elle est, how old she is, et qu'elle fait ça quand même, qu'elle est encore sexy et qu'elle a encore la force et la flexibilité c'est admirable.

La façon dont sa professeure se comporte avec les étudiants et elle-même influence son rapport au pôle fitness. On comprend dans cette citation que la professeure est le leader légitime de la communauté de pôle fitness dans cette classe selon Claudette. Celle-ci l'utilise même comme référence, lorsqu'elle discute de pôle fitness avec son entourage. Elle est si remarquable que Claudette, une débutante, penserait à quitter le studio si son enseignante enseignait à une autre place. Pour elle, le studio n'est pas si indispensable,

c'est vraiment la professeure qui fait la différence. La personnalité de celle-ci influence le fait que la pratiquante interrogée continue de s'entraîner dans le studio et continue même à pratiquer le pole fitness. Les élèves aspirent à devenir comme l'enseignante.

(...) si Irma change de place, I would think about where she would be going parce que pour moi c'est vraiment l'entraîneur ou l'instructeur qui fait la différence parce que j'ai fait un avec Charles ici a Cielo, mais ce n'est pas assez pour me faire rester, mais avec Irma c'est aussi a Cielo, mais c'était assez pour que je reste ici et même quand je faisais l'entraînement a Mansfield c'est pas Mansfield qui a changé c'est vraiment la personne ou who I am learning from.

On remarque qu'il y a un sentiment d'appartenance grâce aux professeurs pour les débutantes. La professeure réussit à mettre à l'aise les élèves par rapport à la pole, mais aussi par rapport à leur corps. On le comprend bien avec Agnès qui ne se sentait pas bien dans sa peau lorsqu'elle est rentrée dans le studio afin d'y pratiquer le pole fitness pour la première fois. L'aspect de son corps était une source de stress pour celle-ci, car elle le comparait à l'image du corps « parfait » de la femme qui est véhiculée dans notre société nord-américaine.

Au début, un peu intimidée, mais ça n'a duré que 5 minutes quand j'ai commencé à me changer dans les vestiaires, mais j'avais peur d'être la seule fille un peu ronde, d'être la seule fille pas vraiment dans le moule. En fait, je me suis totalement trompée. J'ai juste regardé autour de moi en fait c'est juste des filles normales. Il y a des filles qui sont extrêmement bien faites, mais il y en a d'autres qui ont un corps plus normal même plus rond que le mien et qui sont très heureuses de pratiquer ça. J'étais comme bon ah OK ! Ça m'a beaucoup aidé à un moment donné, parce que j'étais encore à un stade où j'avais besoin de me rassurer par rapport à mon corps. Après 5 minutes du cours de débutant, je me suis senti beaucoup plus à l'aise parce que la prof n'était pas du tout dans une mentalité de jugement ni rien, elle était vraiment là pour nous aider et pour nous faire aimer et pour nous faire passer un bon moment, je me suis senti très bien, très vite en fait.

Celle-ci contribue à leur confort. Encore une fois, on a une preuve de comment une professeure peut rassurer, mais au niveau émotionnel, un élève. Dans cette citation, on comprend le malaise et la crainte qu'éprouve Agnès par rapport à son propre corps et celui des autres. L'attitude de la professeure a permis à celle-ci d'être plus confortable et ainsi aimer davantage son studio et le pole fitness.

Plus elles évoluent, moins elle jouera un rôle secondaire pour se sentir confortable. Leur rôle au niveau émotionnel change par rapport aux expertes et aux professionnelles. Les professeurs deviennent de plus en plus proches avec les élèves et on voit un partage d'informations et d'émotions. Ce n'est pas seulement la professeure qui dirige le cours ou qui dicte l'atmosphère dans la classe. On remarque vraiment un échange entre la professeure et les étudiantes. Pour Francine, une experte, les coachs sont exceptionnelles, elles sont devenues des amies. Cette relation qui évolue peut être remarquée lorsque l'on compare une observation et la participation à un cours de débutant avec un cours avec des expérimentées et/ou des professionnelles.

L'importance de se filmer

Bien que les soutiens physiques et psychologiques offerts aux étudiants par les professeurs ont un impact considérable sur l'apprentissage des élèves, il existe d'autres moyens pour apprendre comme se filmer. Toutes les participantes sont en accord pour affirmer qu'elles prennent des vidéos lors des cours lorsque c'était possible. Claudette est la seule personne qui n'en prend plus, car la mémoire de son cellulaire n'a plus de capacité d'enregistrer des vidéos. D'ailleurs, plusieurs participantes m'ont déjà informé qu'elles ont dû changer d'objet pour filmer, car elles ont rempli l'appareil en majorité de vidéo de pole fitness. De plus, lors de mes observations, j'ai remarqué les différents appareils utilisés : un cellulaire, un trépied pour cellulaire, une tablette, un ordinateur (note de terrain, 29-06-2018 ; 27-06-2018 ; 30-06-2018).

Les participantes désirent prendre des vidéos pour se rappeler les mouvements qui ont été appris lors du cours et pour pouvoir le pratiquer lorsqu'elles le veulent. Elles veulent aussi filmer, car elle observe avec attention, la manière dont un mouvement a été effectué, la manière dont leur corps a été placé. Par Francine, « on pense par moment d'avoir le mouvement, mais lorsqu'on regarde la vidéo, on s'aperçoit que pas du tout (rire) » La vidéo permet de savoir si le tout a été effectué comme il se doit. On observe davantage ce phénomène avec des personnes qui vont performer dans une compétition ou dans un spectacle. En effet, elles filment et elles regardent avec une attention élevée chaque petit détail. Elles s'assurent de toujours avoir les pieds pointés, éviter une légère flexion des genoux, avoir l'expression faciale qui convient, etc. Une autre raison qui encourage les participantes de filmer est la fierté d'avoir effectué un mouvement ou un ensemble de mouvements et le désir de le montrer à d'autres personnes notamment en utilisant les médias sociaux. Cette citation de Michelle résume très bien les différentes motivations qui poussent une participante à prendre des vidéos.

J'en prends pour avoir une idée de ce que je suis capable de faire jusqu'à présent. Aussi, le fait d'en prendre me motive à dépasser ma zone de confort et à progresser dans les différentes poses et/ou mouvements. Chaque cours, je suis très ouverte à apprendre des routines et lorsque je me filme, je me sens vraiment fière de ce que je peux faire ! Regarder des vidéos et des photos de pole est une source d'inspiration pour moi. Je sens que je peux également inspirer les autres qui les regardent !

On comprend que les vidéos permettent à Michelle de progresser, car elle peut mieux se voir, mais ces vidéos ont aussi un impact sur son estime et celle des autres. Soulignons que les poleuses dans un cours où celles-ci sont confortables les unes avec les autres, sont encouragée de se prendre en vidéo.

L'attrait des miroirs

Les miroirs agissent un peu comme les vidéos. En d'autres termes, ils sont essentiels à la progression et qu'ils contribuent à mieux se regarder et à observer la beauté du mouvement exécuté. De plus, les miroirs permettent de savoir si les mouvements ont bien été effectués. Le défaut du miroir pour les participantes est le fait que c'est en temps réel. Lorsque l'on fait du pole fitness, on se concentre tellement à faire le mouvement qu'il est parfois difficile de penser à se regarder selon Carole. Les miroirs est l'un des objets constants en pole fitness. Il y en a toujours dans les différents studios. Ceux-ci font partie de l'évolution identitaire d'une pratiquante. D'ailleurs, plusieurs participantes ont parlé d'une bande dessinée qui est véhiculée dans le monde du pole fitness pour expliquer, en partie, cette situation (Voir Annexe 1) Francine nous l'explique bien avec cette citation :

Quand j'ai commencé, j'ai trouvé ça un petit peu bizarre. En plus, il y avait plein de miroirs. Je trouvais ça un peu imbu de soi-même : être tout le temps en train de se regarder. Finalement, tu te rends compte qu'il y a un côté pratique à se regarder. Ça m'a pris quelque temps avant que je comprenne que c'était nécessaire que j'enlève ma camisole, il fallait que la bédaine soit collée. Définitivement, les petits cartoons qui montre, on arrive tout habillé les premières fois. Après ça, on est toute en skinpi, en sports bra, les petites culottes. Plus t'avances plus le linge rapetisse. (rire) Ouais moi j'ai vécu ça.

Au tout début, une personne est gênée avec son corps et elle met des vêtements longs qui l'empêchent de faire plusieurs mouvements. Avec le temps et en regardant les autres (professeurs et élèves) et en se regardant (miroirs et se filmer), la personne décide de diminuer le nombre de vêtements pour, par la suite, se sentir confortable à effectuer n'importe quel mouvement. À cette dernière étape, souvent la personne est de plus en plus confortable avec son corps et elle s'aperçoit qu'il y a plus que le corps. La forme du corps n'est pas importante. C'est plutôt ce que le corps permet de réaliser qui importe le plus.

Le groupe comme élément clé

Le travail en groupe contribue réellement à la progression de la poleuse. 66,6 % d'entre elles possèdent une pole chez elle et celles-ci préfèrent s'entraîner au studio. Une des raisons est le groupe. Le groupe donne de l'énergie selon Amélie. On remarque réellement un environnement positif lorsque j'ai observé les différents groupes. Le groupe soutient, il encourage, il reconforte. De plus, selon une professionnelle, Carole, s'entraîner en groupe est plus sécuritaire. Elle explique même que cela prend de la confiance pour s'entraîner seule.

Le studio représente une deuxième maison à cause du groupe.

The more honest answer is that I built a family there. Pole to me does not only represent the sport itself, but years of sharing a passion with people that I didn't know before and we built a friendship based on this thing that we all loved. Part of the reason I enjoyed going to the studio was not just because "oh I can't wait to work out" it was "oh I can't wait to see my family" and it's given me so much.

En discutant avec Amélie, je comprends que rester en forme est fondamental pour elle, mais que cela ne représenterait rien si ce n'était pas fait avec des personnes avec qui elle partage une vraie passion profonde. Ce lien est si majeur qu'elle parle de famille. Ce terme est notable dans la communauté de pole fitness. On peut voir #polefamily avec environ 80 600 publications sur Instagram (observé le 9 mars 2018).

Ce bien-être semble venir du sport, mais aussi de sa deuxième famille de pole. Le lien entre eux est si important, pour Amélie, que cela lui permet d'être plus confortable pour progresser. Lorsqu'elle désire apprendre un nouveau mouvement, elle peut faire confiance à sa « pole family » de la « spot » et de la rattraper le cas échéant.

Il existe différentes manières d'apprendre pour les poleuses: les professeurs, se filmer, les miroirs et le groupe. Par contre, il est intéressant de savoir ce qui motive les participantes à se dépasser en observant certaines marques.

3.3.3 Les marques de dépassement

Lors de la pratique de pole fitness, la pratiquante est capable d'effectuer des mouvements que son corps ne croyait pas possible. Il est possible de faire cette constatation grâce à la citation de Michelle : « Quand je l'ai, je me sens full encouragée, I can go pass my confort zone, I can actually do stuff que je ne pensais jamais que j'aurais pu faire ou que je pensais que j'aurais fait, mais pas aussi bien. » Par cette citation, Elle explique le bien-être qu'elle ressent lorsqu'elle est capable de faire un mouvement qui lui semblait impossible, lorsqu'elle arrive à dépasser les limites qu'elle s'était fixées.

Un autre moment où on peut observer un dépassement du corps, où il semble agir comme une entité à part entière, est lors d'un spectacle ou la pratique d'une compétition. Une poleuse m'indique qu'elle a pratiqué sa chorégraphie à plusieurs reprises et, au moment d'embarquer sur la pole, elle ressent un vide, elle ne peut plus réfléchir, elle agit par automatisme. Elle y perd même la notion du temps. Elle ne prépare pas le prochain mouvement, elle ne fait que l'effectuer. Elle a l'impression que tous les mouvements s'enchaînent sans la demande du cerveau. Elle termine la performance en ayant l'impression que le tout a duré quelques secondes. Un sentiment similaire est vu chez les parachutistes lorsque Celsi et al. (1993) décrivent le flow qu'ils ressentent lors d'une descente en parachute.

La peur

En revanche, la peur peut faire sentir sa présence et même empêcher le corps d'effectuer le mouvement requis à cet instant par celui-ci. La situation d'Amélie explique bien ce phénomène :

One that comes to mind is janeiro. It was one of those things that some days it would work and other days it wouldn't. Because of difficult and painful it is especially when you fall out of it. I was discouraged from doing it again so then I gave up because not getting it was so much worse than being able to hold it even though that also hurts. Frustrated. A little bit disappointed in myself and then the problem with that is I psych myself out again in my head and the next time I try it I'm already preparing to fail and then I don't get it. It's kind of like a vicious cycle. In the grand scheme of things, it's not really a big deal but I'm the type of person that when I'm executing something difficult I actually get an adrenaline rush and get very nervous. While I'm doing it, it's almost like I'm on stage doing it like severe anxiety and then if it doesn't work out it is like it was for nothing and it is hard. It takes a lot of mental and physical energy out of you to try to do it and lose it.

Tout d'abord, par cette citation, on comprend que le mouvement est douloureux à effectuer. Malgré tout, Amélie a été capable de le réaliser, et ce, à maintes reprises. En effet, dans ce mouvement la cage thoracique est compressée et tout le poids est cumulé d'un seul côté (Voir la figure 2 ci-dessous). Lors de l'exécution de ce mouvement, la

*Figure 2: Amélie qui effectue le mouvement
Janeiro*



douleur est si intense qu'il semble impossible de respirer. Par la suite, on comprend qu'elle ne peut plus l'exécuter à cause de son appréhension à la douleur et son appréhension à l'échec. Son désir de réussir et de progresser est si grand qu'il empêche son corps de performer normalement. Amélie nous explique que la douleur peut être si intense que la poleuse ne sait et ne s'intéresse pas à savoir si le mouvement a bien été effectué. Elle veut simplement sortir de cette position inconfortable. Elle ne peut réfléchir à rien d'autre. De plus, elle spécifie qu'à ce moment une poleuse peut avoir de la difficulté à écouter les indications d'une professeure ou d'une camarade.

La douleur fait partie intégrante du pole fitness et toutes les participantes en sont conscientes. Cela ne veut pas nécessairement dire qu'elles recherchent constamment cette douleur. En observant des cours, on peut voir que des poles dancers craignent de faire un mouvement par peur d'éprouver une douleur. Les participantes tentent de trouver une balance entre savoir quand elles doivent passer outre la douleur et savoir quand arrêter. Dans la figure 3, on peut voir la main avec de la corne d'Amélie après son cours de pole fitness. Elle a mis cette photo dans sa *story* sur Instagram. On comprend grâce à cette photo qu'une bonne classe de pole fitness est une classe qui laisse des marques sur le corps. Selon Amélie, les marques sur le corps sont souvent associées à de la douleur. L'intensité de cette douleur dépend de multiples facteurs : le mouvement en soi, l'habitude de la participante à exécuter ce mouvement et l'expertise de la participante. De plus, les souvenirs et les témoignages de leur douleur démontrent que la participante a une vie plus pleine et plus riche à cause de la douleur qu'elle a endurée (Scott et al., 2017). D'ailleurs, la douleur peut aussi être le résultat d'un mouvement bien exécuté. On peut le comprendre dans une conversation que j'ai entendue entre deux participantes lors de mon observation :

Est-ce que toi, tu as eu mal là ?- Francine

Oui à l'épaule- Carole

Ah ok, moi aussi- Francine

À ce moment, la douleur agit comme un indicateur et cette douleur partagée rassure Francine qu'elle a bien effectué le mouvement demandé.

Figure 3: De la corne sur la main d'Amélie



Les bleus

Toujours dans l'optique des marques de dépassement, toutes les participantes sont en accord pour affirmer que les bleus font partie de la pratique du pole fitness. Il est pratiquement impossible de faire ce sport sans les avoir. Ceci dit, aucune d'entre elles ne serait prête à abandonner le pole fitness en raison des bleus que ce sport entraîne. Claudette explique même que selon elle, les ecchymoses sont présentes, car le corps n'est pas habitué à exécuter ces mouvements. D'ailleurs, elle affirme en avoir moins comparativement à ses débuts. Pour Michelle, les bleus sont même recherchés, car ils prouvent qu'il y a eu un effort physique de la part de la participante. Elle semble excitée à en avoir. On l'observe lorsqu'elle sourit en nous expliquant son point de vue sur les ecchymoses. D'ailleurs, dans le monde du pole fitness, l'excitation face aux bleus est un phénomène relativement présent dans la communauté. Ils sont appelés pole kisses. Lorsque l'on regarde sur Instagram, il existe un hashtag (#polekisses) qui est dédié à ce

phénomène et qui regroupe des 23 300 publications qui ont utilisées ce hashtag.⁷Dans les différentes publications utilisant #polekisses on peut apercevoir une fierté d'avoir ces bleus. Le terme pole kisses semble être utilisé pour atténuer l'aspect négatif qu'engendre la pratique de ce sport. En effet, il s'agit d'une manière douce et attachante d'exposer que le pole permet d'exécuter des mouvements magnifiques, et ce, bien que les personnes qui s'y adonnent reçoivent quelques « baisers » qui peuvent s'avérer douloureux pour y parvenir. De plus, plusieurs pratiquantes m'expliquent que lorsqu'elles découvrent une ecchymose sur son corps, il est important pour elles de tenter de l'associer à un mouvement.

Les blessures

Lorsqu'est venu le temps d'aborder la notion des blessures, les participantes apportaient une certaine nuance par rapport aux bleus. En effet, ces dernières ont toutes affirmé qu'elles continueraient à pratiquer le pole fitness si la blessure était mineure. Elles écouteront leur corps à ce moment, pour ne pas aggraver la situation. Par contre, si la blessure s'avère critique, elles feront tout en leur pouvoir pour pouvoir continuer à pratiquer le pole fitness. Elles feront bien attention de ne pas solliciter la partie blessée. Toutes s'entendent pour dire que leur amour du pole est si grand qu'il est pratiquement impossible d'arrêter. Les blessures servent de « régulateurs naturels de la charge de travail » (Wacquant, 2002). E ce sens, Francine et Amélie sont deux exemples.

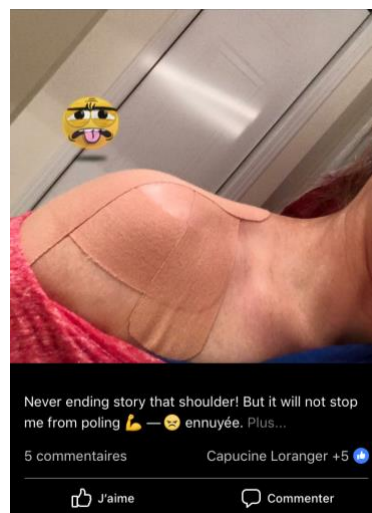
Dans la figure 4, on observe un bandage sur l'épaule de Francine. À l'aide de la légende, il est possible de constater qu'il s'agit d'un problème récurrent qui la dérange lorsqu'elle

⁷ Information observée le 9 décembre 2018.

fait du pole (voir les émoticons utilisés), mais qui ne l'empêchera pas de pratiquer le pole fitness

Selon Amélie « *a little pain doesn't stop me because I love pole and nothing is going to stop me from doing what I love* ». Durant l'année où elle se préparait pour trois compétitions, Amélie a dû arrêter quelques semaines, car elle avait une blessure à l'épaule et continuait de l'utiliser intensément en pratiquant le pole. La douleur était telle qu'elle ne pouvait plus continuer. Elle a même senti un débat en elle, car elle continuait d'enseigner, mais elle ne pouvait plus monter sur la pole. Il était pénible pour elle de voir des personnes pratiquer le sport qu'elle aime tant sans pouvoir le pratiquer.

Figure 4: Blessure



Les sacrifices

En observant les différentes participantes et en discutant avec celles-ci, on comprend aisément qu'elles font des sacrifices afin de pratiquer ce sport. Ce sacrifice s'exprime sur plusieurs plans : physique, alimentaire, social et financier.

Tel qu'il l'a été susmentionné, les participantes font un grand sacrifice physique en repoussant leurs limites, limites qui s'expriment par la présence de bleus et de blessures. Le sommeil est également sacrifié. En effet, Francine et Carole m'expliquent à quel point elles sont nerveuses avant d'effectuer une compétition, ce qui a pour effet d'affecter leur sommeil. Elles ont toujours de la difficulté à bien dormir. D'ailleurs, leur niveau de concentration n'est pas au maximum. Francine m'expliquait qu'elle avait déjà manqué une sortie d'autoroute, car elle pratiquait sa routine dans sa tête.

Pour ce qui est du sacrifice alimentaire, en observant et en écoutant les participantes, j'ai compris que pour celles qui compétitionnaient, il y avait un sacrifice alimentaire qui semblait plus grand comparativement aux autres personnes qui ne compétitionnaient pas : l'alcool. En effet, certaines personnes, un mois avant la compétition, coupaient complètement l'alcool de leur mode de vie afin d'assurer un meilleur rendement lors de leur prestation (note de terrain, 29-06-2018 ; 06-07-2018 ; 20-07-2018).

En ce qui a trait au sacrifice social, lors des observations les vendredis soir, j'ai pu constater facilement le sacrifice social (note de terrain, 29-06-2018 ; 06-07-2018 ; 20-07-2018). En effet, Francine m'explique qu'elle est exténuée et qu'il fait beau dehors. Elle aimerait être à l'extérieur à faire de la salsa au lieu de se pratiquer pour sa compétition. De plus, les pratiques durent plusieurs heures, ce qui l'empêche de voir des amis. En discutant avec une pratiquante après le cours de Fit Flex que nous venions de prendre, elle me dit : « Tsé Taïna, on se donne beaucoup en pole, regarde on est là un vendredi soir pour à peine améliorer notre split ». Par son intervention, elle voulait m'expliquer à quel point elles pratiquent. Pour elles, il s'agit complètement d'un dépassement personnel. Les longues heures consacrées à ce sport ne sont pas les seuls sacrifices sociaux. Effectivement, les commentaires et les préjugés auxquels ces femmes doivent faire face en sont également un en soi. Toutes les participantes interviewées sont conscientes que ce sport est associé à plusieurs stéréotypes. Malgré tout, elles se disent toutes prêtes à y faire face en se portant même à la défense de ce sport.

En ce qui concerne le sacrifice financier, on comprend que ces stéréotypes peuvent provenir de la sphère professionnelle des participantes entraînant ainsi un malaise non seulement chez les collègues, mais également chez les employeurs pouvant parfois mener à une perte d'emploi. En guise d'exemple, une professeure des États-Unis a été suspendue pour avoir publié une vidéo d'elle pratiquant le pole fitness en soutien-gorge et en culotte de sport sur une chanson explicite d'Eminem et pour des éléments sur sa page Facebook⁸. Au studio, une jeune femme m'expliquait qu'elle ne mettrait jamais une photo ou une vidéo prise dans le studio par peur d'être congédiée de son emploi.

On pourrait croire, selon les dires des participantes, que le sacrifice n'en est pas un, car elles reçoivent quelque chose d'exceptionnel en retour : un plaisir intense. Certes, le plaisir d'exécuter un nouveau mouvement est important, mais surtout le plaisir de l'exécuter de la bonne manière. Elles ressentent un « high », qui s'apparente fortement à l'effet qu'une drogue provoque chez les individus. En ce sens, on a l'impression que le coût de renonciation de la pratique du pole fitness est faible considérant le plaisir qu'il procure à la participante. De plus, les poleuses savent que les blessures contribuent à leur croissance personnelle.(Donohue, 1991)

On a passé en revue les différentes pratiquantes (débutante, experte et professionnelle), leur apprentissage de ce sport et on a analysé les différentes marques de dépassement afin de comprendre comment les poleuses pratiquent ce sport. Il est maintenant temps de comprendre ce qui forme une négociation identitaire que vivent celles-ci.

⁸ Alex Horton, «A teacher posted a video of her pole dancing art to facebook and now she is suspended»,https://www.washingtonpost.com/news/education/wp/2018/08/23/a-teacher-posted-a-video-of-her-pole-dancing-art-to-facebook-now-shes-suspended/?utm_term=.55d32d9a3690. (consulté le 1 septembre 2018)

3.4 La négociation identitaire à travers le pole fitness

3.4.1 Être unique

En discutant avec les différentes poleuses, on comprend rapidement que selon celles-ci, c'est un sport unique, car il y a peu de personnes qui le pratiquent. Selon Michelle,

c'est une différente façon de workout, c'est pas juste tsé aller au gym et lever des poids pas, c'est vraiment quelque chose d'unique, pas tout le monde dans la vie fait ça. Je ne sais pas, comme toutes mes amies ne le font pas, je suis la seule de toutes mes amies qui fait ça.

On en tire l'impression qu'il y a un plaisir, voir une excitation, à être différente. On sent pratiquement que c'est même recherché. Pour Michelle, certaines personnes ne désirent pas essayer le pole fitness, car elles n'ont pas le courage d'essayer ce sport. Le manque de courage peut être relié au stigma, au niveau de la force physique et de la flexibilité requise, etc. De plus, comme le mentionne Amélie, il est relativement nouveau comme sport récréatif et il est peu offert dans les centres d'entraînements physiques. Il n'est pas encore un sport « mainstream ». Pour ce qui est du stigma de ce sport, on a l'impression que cela ajoute à la caractéristique, qui sort de l'ordinaire.

Lorsque les participantes m'expliquent le stigma entourant le pole fitness, elles me disent que le pole fitness a une connotation sexuelle dans la société. D'ailleurs, elles m'expliquent que souvent les personnes qui font du pole fitness sont obligatoirement des effeuilleuses ou des personnes reliées à l'industrie du sexe selon cette connotation sexuelle. De plus, elles pratiquent cette activité que pour séduire selon ce stigma.

Le fait que le pole fitness est différent peut aussi créer un malaise chez la participante qui désire l'essayer pour la première fois. En effet, lorsqu'Amélie a été à son premier cours

de pole fitness, elle était si gênée, car elle devait pratiquer un sport qu'elle considérait comme étant si différent de ce qu'elle était habituée. Elle a même invité une amie pour se sentir plus confortable lors du cours.

De plus, on a l'impression que le pole fitness donne un sentiment aux pratiquantes interviewées d'être unique. En effet, la force et la flexibilité gagnées à travers le temps, elle s'aperçoit que cela les différencie de la population, qu'il y a peu de personnes qui possèdent ses caractéristiques. On le comprend avec le commentaire de Claudette qui observe une effeuilleuse faire du pole fitness dans un club d'effeuillage : « Même si qu'est-ce qu'elle fait est pas, a normal job (avec guillemets dans les airs avec ses mains), *there are still strong* comme *any guy out the street* peut pas faire ça. »

Ce sport est tellement différent que les participantes aiment le montrer à des personnes qui ne font pas partie du milieu.

Oh kind of awesome, because they have no idea what it is so you feel like (rire) there is the element of surprise and I like to, I feel like what we do is so unique so it's fun to show people what the hell is going on that is coming from someone who hates being the center of attention, I HATE IT, I hate it in every other way except for the pole. I am not trying to show off, I am doing my own thing, but I like when it's people who don't know (rire)-Amélie

C'est intéressant de voir que le pole fitness peut amener une différente personnalité d'une personne. C'est comme si lorsqu'Amélie pratique ce sport, c'est son alter ego qui apparaît, une personne qui aime montrer son talent d'une pratique qui sort de l'ordinaire. Être unique est une part importante de l'identité d'une poleuse, mais ce n'est pas le seul combat qui existe. Son identité face à l'homme est aussi visitée en pratiquant le pole fitness.

3.4.2 L'appropriation des symboles masculins

On remarque dans les différentes discussions qu'il y a une constante comparaison aux hommes au niveau de l'apparence et de la force. On a l'impression que même s'ils ne sont pas nécessairement présents dans les salles de pole fitness, ils ont une influence sur le stigma entourant cette pratique.

L'apparence

Pour toutes les participantes, il est important de devenir musclé afin de pratiquer ce sport. Par contre, on remarque que pour les débutantes, il est spécialement important de ne pas devenir trop musclé afin d'obtenir un « womanly figure » (Claudette) ou un « dream body » (Michelle) ou obtenir « un corps plus féminin ». « I think pole fitness allows you to have strength but still because of the flexibility gives you like a nicer, still womanly figure versus straight up body lifting or something. » Claudette nous explique comment la flexibilité peut contribuer à cet objectif de ce corps. Cet objectif est dicté par la société et il se reflète dans le monde du pole. Il est facile de tomber dans ce piège au début en faisant du pole fitness. Justement, la majorité des participantes expliquent que, lorsqu'elles ont commencé, elles étaient dans un groupe de poleuses qui étaient considérées comme étant en forme, les vêtements légers (brassière sport, culotte ou short court de sport) requis pour pratiquer le pole fitness et les miroirs peuvent pousser les participantes à se comparer aux autres. De là, elles peuvent être influencées à penser qu'elles ont besoin d'atteindre un objectif du corps défini réellement par notre société nord-américaine.

Dans cette citation, Michelle nous explique sa définition de « dream body ».

Oui un corps qui est plus féminin, plus musclé, c'est vraiment les beaux muscles qui font la différence, je ne veux pas avoir l'air d'un gars qui a des muscles je veux avoir l'air d'une fille qui est fit, ce n'est pas juste les gars qui sont fit, qui ont des muscles, les filles aussi peuvent workout, c'est pas juste les gars qui ont des abs, nous aussi on peut avoir les abs. Un corps féminin c'est.... chacun peut avoir un différent corps, je suis pas là pour juger ce que peut avoir l'air un corps s'il est féminin ou pas, mais je peux te garantir que le pole va tone ton corps, va le rendre plus in shape, peut-être arranger les parties de ton corps qui sont moins you know, moins euum, comme plus grasse. Parce que le monde de nos jours ils n'aiment pas vraiment les corps qui sont comme over weight. Donc, le pole va shaper le body you know.

Dans sa perception, on comprend que c'est le corps parfait avec des muscles apparents qu'elle peut choisir de modeler à sa guise. On voit aussi que ce corps de rêve est différent pour toutes les personnes. Par contre, on le voit que cette décision ne vient pas d'elle, que c'est la pression sociale de la société nord-américaine qui l'oblige à suivre cette direction. On ressent une pression où les muscles au féminin dérangent (Roussel & Griffet, 2004). Selon cette pression, les muscles doivent être exhibés et développés jusqu'à un certain point. Ces poleuses doivent trouver un équilibre entre être musclée sans trop l'être. Avec les propos nommés plus haut par les débutantes, on en vient à se demander si l'atteinte de cet idéal féminin n'est pas un besoin inconscient ou conscient de certaines femmes qui commencent le pole fitness. En effet, en observant à travers les différents médias sociaux ou en voyant dans les clubs d'effeuillage des femmes musclées qui correspondent aux critères de beautés de notre société, cela peut les encourager de choisir cette pratique. Par la suite, elle continue à voir cette image au studio de pole fitness. De plus, lorsque les muscles de femmes culturistes « se dévoilent dans les lieux publics, dans la vie au quotidien, les culturistes font l'objet de moqueries méprisantes, de critiques acerbes, de jugements expéditifs. » (Roussel & Griffet, 2004). Par conséquent, il est plus compréhensible que certaines débutantes, comme Claudette, décident consciemment de s'en distancer. Il est intéressant de voir que la féminité décrite de cette manière n'est pas en lien avec la personnalité ou les qualités de la femme, mais plutôt en lien avec l'aspect physique du corps de celle-ci.

Signalons à ce propos que ce sont des termes qui n'ont pas été abordés par les participantes expérimentées et professionnelles. Une des raisons pourrait être qu'avec le temps, la forme du corps devient secondaire en pole. Le corps est plus vu comme un outil pour atteindre un objectif de performance. Donc, il est plus important d'avoir des compétences telles que la force, la flexibilité et l'agilité que de se concentrer sur l'aspect physique du corps, la beauté. Avec l'expérience, on s'aperçoit qu'un beau corps musclé n'est pas synonyme de performance. C'est-à-dire que ce n'est pas parce qu'une personne est musclée qu'elle est capable d'effectuer tous les mouvements sur le pole. De plus, on réalise que le corps va se transformer avec ce sport et qu'il faut le laisser se transformer. On ne peut pas vraiment faire quelque chose pour y remédier sauf arrêter et ce n'est pas une solution pour une personne passionnée par celui-ci.

La force

S'éloigner d'une apparence masculine est très important pour certaines poleuse, mais j'ai souvent entendu le terme, force, de la part de toutes les participantes. Une qualité qui est souvent attribuée à l'homme et les « pole dancers » en sont conscientes. Elles désirent montrer qu'elles peuvent aussi effectuer des mouvements de force, qu'elles peuvent aussi être en forme que les hommes. On sent un peu le discours de la place de la femme dans la société et l'importance que le studio soit un lieu majoritairement féminin. En effet, le pole fitness permet aux participantes de se sentir égales aux hommes en leur donnant la force physique et du même coup une force mentale. Le pole fitness est utilisé comme un outil d'autonomisation « empowerment ».

Agnès explique sa transformation physique grâce au pole fitness : « si on faisait un bras de faire j'aurais perdu (rire) et c'est vrai que maintenant c'est une de mes fiertés maintenant, que même mon père je crois que je pourrais l'avoir au bras de fer (rire) ». Le fait de prendre son père n'est pas anodin, elle serait heureuse de devenir meilleure qu'un

homme. On sent la fierté de « battre » un homme, mais il y a aussi la fierté d'être meilleur qu'un homme qui peut être perçu dans la pratique de pole fitness. En effet, lorsque Carole effectue des spectacles où elle représente l'entreprise pour laquelle elle travaille, elle va adapter sa routine au spectateur.

C'est sûr que si je fais des shows promotionnels je vais être porté à faire des mouvements de forces, moins si c'est une gang de filles je vais faire (moi je suis hétéro) s'il y a des gars je vais moins faire des choses de flex je vais faire l'inverse, je vais montrer regarde moi je tiens, es-tu game. C'est mon réflexe.

Donc, elle adapte sa routine selon le sexe de la personne. On le voit bien qu'elle se compare aux hommes, au niveau de la force, et c'est ce qui explique leur choix de leur montrer qu'elle aussi est forte. Cette recherche de comparaison, est-ce un moyen de gagner le respect des hommes dans la société, dans ce sport ?

Ce qui est intéressant est de remarquer que certaines femmes désirent être différentes physiquement des hommes en ayant moins de muscles que ceux-ci, mais elles ont le sentiment de devoir être plus fortes ou aussi fortes que ceux-ci. D'une part, c'est comme si elle ne veut rien savoir des hommes. D'autre part, ils sont importants lorsque l'on discute de force. On sent vraiment une certaine compétition entre les hommes et les femmes, comme si les femmes devaient prouver quelque chose et le pole serait un moyen de faire en sorte que la femme se sente plus forte. Cependant, en même temps, c'est un sport souvent perçu de façon négative par la société et les hommes.

Les hommes et le stigma en pole fitness

Les poleuses interviewées sont au courant que les hommes contribuent au stigma qui entoure le pole fitness. Carole nous en fait part : « probablement la journée que ça va aller aux Olympiques les choses vont changer, mais je pense qu'il va avoir des gars qui vont

rester dans la mentalité, tsé les vieilles mentalités ils restent longtemps sur le sport. » Elle nous montre qu'elle a conscience de cette mentalité et qu'une acception du sport se fait peu à peu. D'ailleurs, elle croit qu'il y aura un meilleur futur pour ce sport.

Paradoxalement, selon Francine, les hommes pourraient contribuer à enrayer les stigmas liés au pole fitness. Francine me montre une deuxième vidéo qui selon elle représente le pole fitness.

Un homme qui démontre qu'il y a des stéréotypes. Il y a des gens qui disent que le pole c'est juste des hommes gais, que ce soit plus sexuel, mais non. Ça démontre que c'est un sport de force. Ils démontrent qu'ils ont d'autres habilités à démontrer sur la pole. Ça n'a rien de sexy ou quoi que ce soit. Encore là, pour le côté plus sportif et fitness que ça démontre.

Elle choisit délibérément un homme, car elle possède la ferme conviction qu'un homme peut contribuer à la cause en démontrant que le pole fitness est un sport qui demande beaucoup de force à la personne le pratiquant. Donc, on comprend que les hommes peuvent contribuer à légitimer ce sport auprès de la société en lui donnant plus de crédibilité. Nous avons pu constater l'importance pour les poleuses d'être unique et différente des hommes. Il est maintenant temps de s'attarder à la perception des autres du pole fitness.

La perception des autres

Selon Claudette et Carole, les autres personnes ne les voient pas différemment parce qu'elles pratiquent le pole fitness. En effet, leur entourage ne les perçoit pas différemment depuis qu'elles pratiquent ce sport, mais elles sont quand même au courant des préjugés qui sont associés aux personnes faisant du pole fitness.

Plus de la majorité des participantes interviewées ont l'impression que les autres les perçoivent différemment depuis qu'elle pratique le pole fitness. En effet, pour Agnès la perception n'est pas nécessairement positive à son égard, c'est pour cela qu'elle ne mentionne pas à n'importe qui sa pratique du pole fitness.

Je pense que oui parce que chacun à un préjugé sur ce sport-là. Je crois que quand je dis à un homme ou une femme que je fais du pole fitness ils vont avoir des images de préjugés dans leur tête, mais d'un autre côté j'ai pas envie de rentrer dans la tête des gens et essayé de changer donc soit je reste discrète sur le sujet et disons que ça ne regarde personne soit j'en parle librement, mais dans ces cas-là je me fiche complètement de ce que les autres pensent. Surtout sur mon lieu de travail, je n'ai pas envie d'évoquer ce genre de choses parce que le lieu de travailler n'est pas un lieu où mon intimité est censée s'ouvrir. Par contre, quand c'est des gens, un ami d'amis ou une amie d'amis qu'on me présente, si la question tombe tient, tu fais quoi toi comme entraînement, j'ai aucun problème à dire que je fais du pole fitness, mais je sais que cette personne va se dire ah OK, donc elle pourrait être une danseuse, stripper ou un truc comme ça. Je sais très bien, mais ça ne dérange pas.

Contrairement aux autres, pour Francine, la perception de sa famille et des autres qui sont au courant est positive à son égard. En fait, selon cette expérimentée, les personnes s'aperçoivent que le pole fitness est un sport de force. Le niveau de puissance requis dans ce sport impressionne son entourage et c'est pour cela que c'est positif. Son entourage n'aurait jamais cru qu'elle entreprendrait des compétitions. De plus, ils voient ce que cela requiert, créer la musique, la chorégraphie, la danse et les mouvements sur la pole

Une participante, elle, est plutôt ambiguë lorsqu'on lui demande si les autres la voient différemment, parce qu'elle fait du pole. En effet, Amélie a l'impression qu'autrefois, cela devait sûrement être une surprise, mais maintenant il y a tellement de personnes qui pratiquent ce sport, il doit probablement y avoir des connaissances qui ont essayé le pole fitness. Elle a l'impression que si une personne entend parler de pole dance celle-ci ne sait pas à quoi l'associer. Cependant, lorsque cette personne voit cette pratique dans son

Instagram, habituellement, il y a une réponse positive étant donné que les personnes peuvent faire une association et observer les différents mouvements.

D'ailleurs, Amélie nous explique : « if you actually have visual evidence of what it means to this person, you see that it's a heavy-duty sport and there's more respect there. » Donc, le respect peut s'installer lorsqu'il y a une bonne compréhension de ce qui est pratiqué et ce que l'activité requiert.

3.4.3 Les tensions identitaires

Un sujet souvent répété lors des discussions est le bar de danseuse ou le *strip club*, à un point tel qui devient impossible de ne pas en discuter dans cette analyse. Toutes les participantes en ont parlé d'une manière indirecte ou directe. On voit un début de la tension identitaire lorsqu'elles analysent où se situe le pole fitness par rapport au bar d'effeuillage. Par contre, leur point de vue diffère.

L'origine des bars de danseuses

Toutes les participantes sont en accord pour affirmer que le pole fitness tire son origine des bars de danseuses. Selon Carole, c'est l'une des raisons expliquant l'association du pole fitness à l'industrie du sexe. Certaines participantes poussent la réflexion pour affirmer que le pole fitness et ce qui est pratiqué dans les bars de danseuses font partie du même grand groupe. Amélie nous explique qu'avec le temps, elle a développé un respect pour les personnes qui sont des strippers dans les clubs, car elles sont mal comprises. Amélie nous informe : « now I feel like we are all in one world and one community and I have no judgment toward anyone who does it, however, they want to do it. » Le temps et la pratique du pole fitness lui ont permis d'avoir une meilleure compréhension de la pratique selon elle. De plus, son changement de style de pole, qui est devenu plus aguichant, lui a amené cette nouvelle vision des choses. Selon Amélie, elle a même pu voir le mélange de ces deux mondes. En effet, elle a enseigné à des femmes qui désiraient

offrir une meilleure performance au travail dans les bars d'effeuillages. Elle trouve que ces deux mondes sont différents, par contre, ils se chevauchent.

Pour Francine, c'est aussi le cas. En effet, elle rappelle qu'on ne devrait pas dénigrer le fait que cette pratique a commencé dans les bars de danseuses. De plus, sa pratique a évolué avec le temps.

Si on regarde les poleuses de Vegas ou de l'Australie qui peuvent nous clencher dans des combos. Elles sont fortes, elles font des trucs, mais c'est juste sexy, c'est plus sensuel, c'est des talons. Elles travaillent aussi dans des endroits qui sont plus « clubber », « gentlemen's club » ou quoi que ce soit. Après ça, c'est la façon qu'elles agissent/réagissent à l'extérieur du travail. Je veux dire, c'est une réalité, mais je pense que les gens vont commencer à changer un petit peu leur perception. On va se dégager de ce monde, mais il va toujours exister alors il faut juste être capable de faire la distinction qu'il existe différents types de « poler ».

Dans les propos de Francine, on comprend que parce que l'Australie et Las Vegas ont accepté le passé du pole fitness, les personnes ont un niveau d'avance sur les autres régions qui sont plus fermées.

Claudette va jusqu'à affirmer que ces deux pratiques sont entremêlées et qu'il serait impossible de les séparer complètement. Lorsqu'elle tente de les séparer, elle fait une distinction entre le pole fitness et le pole dancing.

Dans une autre vision, certaines participantes pensent que ça ne fait pas partie du tout du même grand groupe et qu'on ne devrait pas les comparer. En effet, Michèle nous explique que ce qui est pratiqué dans les clubs de danseuses est vulgaire et n'est pas du tout comparable à ce qui est pratiqué dans les cours de pole fitness ou même dans les vidéos Instagram qu'elle visionne. Elle a l'impression que le pole fitness est beaucoup plus

élégant et qu'il peut être un « workout sensuel » et qui est totalement différent de « juste se mettre nu et comme frotter sur un pole ».

Agnès a un point de vue moins tranché, elle voit qu'on ne devrait pas comparer le pole fitness et ce qui est pratiqué dans les bars de danseuses ensemble, car selon elle,

il y a 36 façons de pratiquer le pole fitness et, le bar de danseuses, c'est vraiment juste une façon parmi 36 autres. Il suffit d'aller dans un championnat de pole fitness, pour se rendre compte qu'il n'y a pas une personne qui danse de la même façon et il n'y a pas une seule qui à la même intention. Vraiment, c'est une idée fausse reçue.

Carole a aussi un point de vue qui est ambigu. Pour elle, il est légitime de faire la comparaison entre ces deux mondes et que cela dépend où est-ce qu'une personne pratique le pole fitness, du cours pris et de son professeur. En effet, elle explique que le studio où elle enseigne ne se concentre pas sur l'aspect sexy du pole fitness, mais qu'il y a un cours nommé pole sexy qui a une tendance davantage sexy.

Se dissocier du milieu des bars de danseuses

Les participantes respectent ce milieu, mais elles désirent à l'unanimité s'en dissocier. On observe cette dissociation avec le mouvement de l'argent et en réfléchissant à la terminologie de pole fitness et de pole dancing.

Comme cela a été mentionné par Amélie : « Maybe at the stripper club maybe people are doing what they are doing because they are actually earning a living were as a pole studio people are paying a lot of money to learn a skill so they are different ». Le transfert de l'argent trace la différence entre elle et les personnes qui travaillent dans les clubs

d'effeuilleuses. Les deux y gagnent quelque chose, mais cette chose est différente et c'est ce qui permet de séparer les deux types de personnes : une poleuse et une effeuilleuse.

On aperçoit aussi cette dissociation quand elles font la différence entre le pole dancing et le pole fitness. La différence est associée au style de vêtement, de gestes, de lieu où ces pratiques font place.

Pour les pratiquantes interviewées, les personnes qui pratiquent le pole dancing ont un style vestimentaire particulier (de la lingerie, un vêtement où l'on peut voir de la nudité, etc.), un style de talon haut, des bottes hautes qui semblent souvent être l'un des symboles associés au bar de danseuses et des mouvements précis. On peut le comprendre avec les différents exemples expliqués plus bas.

Le pole dancing est associé pour Claudette au strip club. Elle pense aux femmes qui dansent autour de la pole sans effectuer de mouvement « difficile ». Elle indique même qu'elle voit le pole dancing dans les vidéos où « les personnes ont touchés le pole, so you touched the pole, you have high heels, you have the whole outfit, mais c'est juste ça ».

Francine, lorsqu'elle pense au pole dancing, elle réfléchit au moment où elle enfle ces talons pour faire son cours de pole sexy. Par contre, contrairement à Claudette, elle réfute le fait que c'est plus facile. Elle trouve que le pole dancing lui permet de sortir de sa zone de confort. Selon elle, cette forme de pole fitness a un impact sur son esprit. On le comprend lorsqu'elle affirme : « Ça pousse un peu, encore plus les limites d'acceptation de son corps, comment on doit bouger. »

Pour Amélie, le terme pole dancing est moins utilisé lorsqu'elle discute avec des personnes qui ne font pas partie du milieu, à cause du stigma associé à ce terme. Elle sent qu'il y a une connotation sexuelle attachée au pole dancing. Selon elle,

pole dancing is literally dancing which could also be tricks you could do on a spinning pole you always feel like you are dancing but I also think a lot about what you are doing on the ground and to me it has more of a sexy connotation.

Ce n'est pas toujours obligé d'être sensuel. Cela peut tout simplement être de la danse autour de la pole. Dans ce cas, elle décide d'aller un peu plus vers le style ballet, le style de danse qu'elle a appris depuis qu'elle est jeune.

Pour les pratiquantes interrogées, le pole fitness, lui, est plutôt associé à des mouvements difficiles. C'est une activité qui semble plus respectable. On pense même à l'entraînement physique. Différents exemples des participantes nous permettent de comprendre ce point de vue des participantes.

Pour Amélie, lorsqu'elle pense au pole fitness, elle l'associe à des mouvements qui sont des défis physiquement. « This is my weight lifting, this is my calisthenics or it's like using the pole as a prof to do really cool strong tricks ». Le pole fitness est plutôt associé à une activité amusante, qui peut être impressionnante et qui est plus acceptable socialement comparativement au pole dancing. Francine, elle pousse la réflexion en disant qu'elle pense aux biens faits physiques que l'on peut rencontrer en pratiquant le pole fitness. « Le pole fitness, ça vient chercher d'autres habiletés comme la force, le stamina. Il y a une différence entre les deux ».

Pour Claudette, le pole fitness est plus associé à des mouvements plus complexes, qui demande davantage de force et de concentration pour l'effectuer et qui est réservé à un groupe de personnes. Autrement dit, ce n'est pas tout le monde qui peut effectuer dès ses débuts les mouvements de pole fitness.

Il est intéressant de noter que ce ne sont pas toutes les pratiquantes interviewées qui voient une différence entre les deux mots. Par contre, elles ont toutes l'impression que la société n'y voit pas toujours une distinction ou si elle est vue, elle est floue.

Le désir de s'en dissocier est très intense par moment. En discutant avec les participantes, on a le pressentiment que ce désir de dissociation s'accroît au début et qu'il s'estompe un peu avec le temps. On peut le comprendre avec Amélie.

*I mean it was such a huge thing at the beginning because everyone, it was the first thing that people could think of and I would kind of defend pole and say no I am not a stripper but I am not so, I don't know, it doesn't bug me anymore because people know what I do and they know that's not that, and even if they made that joke I would be like honestly I have so much respect for strippers so like f**k it (rire) I'd rather not be compared to one, because I am not taking of my clothes for money. However, I have no disrespect towards them.*

Sa personnalité et son métier permettent d'ajouter une certaine légitimité au pole fitness. De plus, elle effectue sa résidence en médecine, un domaine qui semble respectable dans la société. Dans un autre ordre d'idées, on comprend que cette dissociation est empreinte de respect pour ces travailleuses du club d'effeuillage. D'ailleurs, en discutant avec Claudette, on s'aperçoit que cela ne l'intéresse pas de dégrader les effeuilleuses afin de se valoriser ou de défendre le pole fitness. Elle trouve même bizarre le manque de respect qui provient de la société. En effet, on critique les femmes travaillant comme danseuses, mais on ne critique pas les hommes qui payent pour venir les voir.

Le regard et la perception

Les bars de danseuses influencent le regard, qui est souvent négatif selon les participantes, et la perception des personnes ne pratiquant pas le pole fitness. On peut le remarquer dans

les commentaires, les précautions prises et les sentiments ressentis par les participantes lors de la publication de leur première photo/vidéo de pole fitness.

Claudette a voulu envoyer à sa famille proche, ce qu'elle pratiquait en pole fitness par courriel. Avant de le faire, elle a eu un moment de réflexion puisque son père était dans le courriel. Elle se demandait si c'était une bonne idée, elle m'explique qu'elle a eu un certain malaise.

Maybe because of the background or the history or other elements that pole fitness was just more like exotic pole dance in strip clubs. so you have that connotation behind the whole activity. So oui, un peu l'histoire et les opinions d'autres personnes dans la société that factored in donc ça m'a affecté un peu au point où j'ai arrêté un peu, pensé 30 secondes.

Donc, ce malaise est expliqué, par les préjugés sur le pole fitness et son origine. De plus, c'est la perception de l'homme qui l'influence. En effet, sa mère était dans le courriel de groupe et elle n'y a pas pensé une seconde. Elle affirme même que si elle avait un frère, elle aurait eu la même pensée qu'avec son père.

En discutant avec Agnès, on comprend qu'elle ne veut pas mettre de publications d'elle sur les médias sociaux pratiquant le pole fitness.

J'estime que ça, ça me regarde et qu'en fait les réseaux sociaux est une vie publique, n'importe qui peut tomber dessus et n'importe qui peut avoir un mauvais préjugé dessus, je n'ai pas besoin de ça et en plus ça ne m'apporte rien de poster quoi que ce soit ni sur Instagram ni sur Facebook parce que moi je sais ce que je sais faire et ça suffit en fait. Le seul cas ou éventuellement je pourrais poster quelque chose sur Facebook ou Instagram est si je fais effectivement une chorégraphie, un spectacle et là éventuellement je le posterais.

On comprend avec cette citation qu'elle peut faire fi des préjugés et des commentaires négatifs si elle présente quelque chose de plus développé et plus complet, comme une

chorégraphie. J'ai l'impression que cette manière est utilisée pour avoir des munitions si une personne venait à dire des commentaires non voulus.

Pour Francine, elle a ressenti un malaise d'une courte durée lorsqu'elle a publié sa première photo.

Je ne te cacherai pas que ce n'est pas tout le monde dans mes amis Facebook qui ont eu la chance que je leur explique ce que je fais. Alors veut, veut pas, c'est le poteau, c'est les photos, c'est gracieux. Je me suis mise à me poser la question s'il y en avait certains qui penseraient que je m'étais mise à pratiquer le métier de danseuses ou quoi que ce soit. Ça n'a duré qu'un instant, et il n'y a eu aucun commentaire désagréable, donc j'ai juste move on sur ces inquiétudes.

Avec cette citation, on s'aperçoit que les bars de danseuses influencent la perception des autres selon Francine. Par contre, elle a pu rapidement voir que son entourage était ouvert à l'idée. Elle spécifie même que les personnes savent son métier (cadre) et qui elle est. Donc, on comprend encore une fois que l'emploi et la personnalité de la personne pratiquant le pole fitness ont un impact considérable sur regard posé sur celle-ci.

3.5 Conclusions préliminaires

L'analyse a été divisée en quatre sections importantes. En premier lieu, on discute de la perception du pole fitness. En effet, on explique la perception des pratiquantes envers le pole fitness et leur évolution identitaire. En deuxième lieu, on explore les différentes motivations qui incitent ces femmes à pratiquer ce sport. Ici, on comprend qu'il y a différentes motivations, elles veulent être en forme, elles désirent enseigner, elles aiment compétitionner et elles ont besoin de progresser. En troisième lieu, on étudie les pratiquantes et leur pratique en étalant un portrait de celles-ci, en analysant les différentes composantes indispensables pour apprendre ce sport et les marques de dépassement. Leur corps est le canevas parfait pour observer les marques de dépassement : la peur ressentie, les ecchymoses sur le corps, les blessures, les différents types de sacrifices .En quatrième lieu, on discute un phénomène majeur dans le sport : la négociation identitaire. En effet, les femmes vivent un conflit interpersonnel et intrapersonnel indéniable. Elles veulent être uniques, s'approprier des symboles masculins. En observant les pratiquantes, on comprend qu'elles vivent une tension identitaire qui est due à l'origine du pole fitness. Elles comprennent son origine, mais elles souhaitent tout de même s'en dissocier.

Chapitre 4 : Discussion

Cette section présente la discussion, les implications théoriques, les implications managériales et les limites. Ce chapitre est divisé en quatre parties la dimension identitaire, la dimension politique, les implications (managériales et théoriques) et les limites.

Nous avons remarqué une lacune dans la littérature en marketing et en comportement du consommateur lorsqu'on discute du corps féminin dans un entraînement physique et sportif. On s'aperçoit qu'il y a un silence dans littérature sur la douleur et le dépassement dans un entraînement physique et sportif chez la femme. Ce silence contribue aux stéréotypes associés à la femme. Pour y remédier, j'ai choisi comme terrain le pole fitness. De l'examen de cette pratique, je réalise que c'est plus qu'un sport. Effectivement, le pole fitness contient une dimension identitaire et une dimension politique.

4.1 La dimension identitaire

Le pole fitness contribue à la formation de l'identité de celles qui le pratiquent. Tout comme Lembo (2014) le spécifie, le pole fitness est une pratique continue et transformatrice. D'ailleurs, le pole fitness, comme les activités à haut risque, contribue à un changement personnel, car on y trouve un moyen précis pour se recréer (Markus & Nurius, 1986). En effet, plus cette personne progresse dans ce sport, plus elle acquiert des habiletés (la force, la flexibilité, l'agilité et l'endurance, etc.). Ces nouvelles habiletés donnent une fierté et un sentiment d'accomplissement à celle qui le vie. Cela est important, car les individus dans notre société sont à la recherche de performance et on peut le remarquer dans le sport (Lynn, Hardin, & Walsdorf, 2004). Tout comme les parachutistes, les poleuses désirent développer des habiletés techniques pour leur propre satisfaction (Celsi et al., 1993). Elles sont plus heureuses et confiantes grâce à l'environnement positif et la professeure qui l'encourage. Les poleuses ont une meilleure estime d'elles-mêmes et c'est notamment en raison de la transformation du corps qui devient de plus en plus sculpté. D'ailleurs, cela leur permet

de se trouver plus attirantes, mais la capacité de mieux effectuer des mouvements contribue aussi à ce sentiment. Cela confirme le point de vue de Rail (1995) qui affirme que le corps se transforme en un système de différenciation qui contribue à la construction identitaire d'un individu.

Les miroirs contribuent grandement à l'identité. Ceux-ci peuvent être perçus comme un symbole du regard. Ceux-ci peuvent donner l'impression d'être toujours observés. Les miroirs forcent l'individu à faire face à lui-même. De plus, le pole permet de se dépasser et c'est le dépassement de ses propres limites qui donnent aux pratiquantes une fierté.

On note aussi que la douleur ressentie lors de la pratique de pole fitness contribue à une transformation identitaire des poleuses. En effet, la poleuse choisit la douleur, dans ce cas, elle permet à celle-ci de se développer, de mieux comprendre son corps et ses limites (Le Breton, 2000). Green (2011) ajoute que c'est ce retour vers soi, lors de l'exposition à la douleur, qui permet de se connaître. D'autre part, il ajoute que la douleur et la peur contribuent à créer un sentiment d'accomplissement (2011). De plus, la douleur contribue à forger le caractère de la poleuse. Ainsi, cela influence son identité tout comme on le soulève dans les sports extrêmes (Le Breton, 2000). Malgré les bleus, les blessures et les sacrifices, les pratiquantes sont prêtes à continuer le pole fitness. Cela démontre la sincérité de leur engagement envers ce sport (Le Breton, 2000).

L'augmentation des capacités physiques influence positivement aussi la sensation des poleuses d'être unique. En effet, à travers le temps, la force et la flexibilité des poleuses croissent et elles s'aperçoivent que celles-ci sont plus grandes que la majorité de la population. D'ailleurs, certaines feront des démonstrations de leurs prouesses athlétiques afin d'impressionner les autres. En revanche, ce n'est pas la seule raison pour laquelle une participante se sent unique en pratiquant ce sport. À vrai dire, le stigma entourant cette pratique contribue à cette sensation, dans le sens, où ce stigma effraie la majorité de la population de l'essayer. Donc, il a un groupe minoritaire qui partage une culture, un langage, même une identité. Cela correspond à ce qui est dit

dans la littérature que les femmes choisiront des symboles stigmatisés dans la quête de l'équilibre identitaire (Sandikci & Ger, 2010).

Ce résultat contribue à la littérature, mais elle permet aussi de répondre aux objectifs de comprendre l'enjeu identitaire chez une pratique et les différents types de pratiquantes. Effectivement, on peut comprendre que le sentiment de bien-être ressenti chez la participante ne se passe pas au début, au contraire. Ce sentiment vient avec le temps, avec l'amélioration, avec l'acquisition de nouvelles habiletés. De plus, ce résultat permet de toucher à un des symboles du pole fitness, le miroir.

Il ne faut pas s'y méprendre, à l'aide de l'analyse de ce terrain, les femmes n'ont pas nécessairement atteint leur soi idéal. En vérité, elles ont une meilleure compréhension de qui elles sont, une meilleure acceptation d'elle comparativement à avant leur pratique du pole fitness d'où l'importance du dépassement et de la progression. Cette progression, l'acquisition d'habiletés et le sentiment d'être unique amènent un point de vue sur le pole fitness qui est peu connu. À vrai dire, ce résultat m'a été dévoilé lors de l'analyse de mes données : le pole fitness possède une dimension identitaire.

4.2 La dimension politique

Les femmes qui pratiquent le pole fitness désirent être différentes des hommes. En effet, la force et le dépassement sont souvent associés à l'homme, mais les femmes utilisent des sports comme le pole fitness pour prendre position. C'est plus qu'une certaine routine. On ne peut pas s'y lancer sans préparation.

Pour la pratiquante débutante de pole fitness, l'apparence est très importante. Il est d'autant plus important de ne pas devenir trop musclé. À travers le temps, la pratiquante apprend à apprécier ces muscles. Elle les désire, car ceux-ci résultent du développement de leur force et donc, elle peut se comparer à l'homme. Dans ce sens, le corps est vu comme un outil de performance.

Les femmes s'approprient les marques de dépassement (la peur, la douleur, les bleus, les blessures, les sacrifices). En effet, la douleur est recherchée jusqu'à un certain point, car cela prouve que la personne fait un effort physique qui est considérable. En fait, diverses personnes sont séduites par cette douleur (Green, 2011; Le Breton, 2000). Certaines poleuses sont excitées à l'idée de ressentir de l'adrénaline. Par contre, il ne faut pas oublier que la douleur, les bleus et les blessures sont des indicateurs de leur corps. Autant ils peuvent être recherchés, autant ils doivent être évités dans certains mouvements. Le pole fitness permet de montrer la résilience des femmes dans des sports intenses. Pour plusieurs, ce sport n'est pas un sacrifice, car il procure un high intense (Arnould & Price, 1993). Lorsqu'une personne fait du pole fitness, elle perd la notion du temps, elle est concentrée sur le moment présent (Arnould & Price, 1993). La participante est complètement absorbée par l'activité sans se préoccuper de la vie mondaine, « flow » (Csikszentmihalyi, 1990). De plus, la douleur contribue à ramener le corps au moment présent selon Scott et al (2017).

Le pole fitness est utilisé par les participantes pour se comparer à l'homme.

Le studio représente un sanctuaire pour les femmes, un milieu majoritairement féminin où elles peuvent se sentir en liberté, mais où elles peuvent aussi se développer en tant qu'individu. Le pole fitness est utilisé comme un moyen d'autonomisation autant au niveau de la force musculaire et leur désir de dépassement de leur corps qu'au niveau de la sensualité, sexy.

Au niveau de la sensualité, certaines femmes décident de plus en plus de s'approprier des éléments provenant des bars de danseuses (les sous-vêtements, les danses, les bottes, etc.). Cela correspond à l'émergence de l'autonomisation par l'agence sexuelle (Gill, 2007b). Ces produits donnent la possibilité à la femme d'afficher une version autonomisante de sa sexualité (Donaghue et al., 2011). Cela paraît comme un moyen de se défendre. La femme décide d'utiliser sa sensualité comme un atout, comme une force. Cela correspond au « raunch culture » où la capacité de séduire un homme est un pouvoir sur celui-ci (Donaghue et al., 2011). De plus, la femme décide d'être subjectivée (Gill, 2003, 2007b, 2008). En d'autres termes, elle décide si elle se traite comme un objet et pour son propre but (Gill, 2003, 2007b, 2008). On va même à dire qu'accepter ce passé permettrait d'être plus forte physiquement et mentalement.

Ce résultat non seulement permet de combler la littérature, mais il permet de répondre à l'objectif d'analyser les symboles entourant le pole fitness. La pole peut être vu comme le symbole de force, c'est grâce à la pole si les femmes deviennent de plus en plus fortes et contribuent au mouvement de l'émancipation de la femme. De plus, les bottes qui sont très souvent associées au milieu des bars de danseuses semblent un moyen de réapproprier leur sensualité avec toute liberté. Cette sensualité leur permet de se sentir forte.

Ici, il importe de nuancer les propos, il y a une part du pole fitness qui permet l'autonomisation sexuelle de la femme. D'autre part, cette pratique remet en question des symboles traditionnels. Effectivement, elle élabore sur la complexité de la femme. Ce mémoire remet en question que la femme doit être délicate en s'appropriant la question du dépassement. Effectivement, on explique qu'on peut être une « femme » tout en surpassant ses limites. Ce mémoire a pu explorer des symboles qui marquent parce que cela change la manière stéréotypée de la femme. Une femme peut être athlétique, compétitive, belle et séduisante.

Pour une prochaine recherche, il serait intéressant d'analyser le terrain du pole fitness, mais cette fois-ci, avec seulement des hommes. En effet, il serait captivant de comprendre les raisons poussant les hommes à pratiquer un sport qui est entouré de préjugés liés aux bars de danseuses et qui est majoritairement associé au monde féminin. De plus, l'on pourrait s'attarder à la négociation identitaire et la manière dont ils utilisent les stigmas pour transcender les limites.

Une autre avenue de recherche concerne la douleur. En fait, afin de développer le manque dans la littérature sur la douleur dans un corps féminin, il serait pertinent de l'analyser en utilisant comme terrain l'accouchement. Plusieurs femmes décident de ne rien prendre avant d'accoucher. Il serait intéressant d'analyser cette expérience et comprendre la négociation de prise de décisions à travers cette expérience. Comment se passe la prise de décision à travers le temps?

4.3 Les implications

4.3.1 Les implications théoriques

Peu d'étude en marketing et en comportement du consommateur cible l'entraînement physique et sportif et encore moins s'adresse particulièrement aux femmes lors de leur entraînement physique et sportif. De plus, peu d'auteurs ont étudié la question de la douleur et du dépassement dans l'entraînement physique et sportif chez la femme. Mon étude propose une des premières recherches sur la relation entre l'identité féminine, l'entraînement physique et sportif, la douleur et le dépassement. D'ailleurs, celle-ci contribue aux questionnements de plusieurs des stéréotypes qu'on entretient dans notre discipline. Le mémoire ouvre un nouvel espace, l'identité féminine ne se construit pas en opposition à la douleur. Les chercheurs doivent comprendre ces nouvelles conceptions de la féminité qui passent par autre chose que seulement la beauté, la mode, etc.

4.3.2 Les implications managériales

Ce mémoire met en relief qu'il y faut de nouvelles façons pour s'adresser aux femmes qui sont à la recherche de dépassement, qui veulent s'approprier la douleur. En effet, on a pu voir un nouveau rapport au corps. De plus, il faut accepter que les débats sur la féminité évoluent et elle change des domaines abordés dans un contexte masculin.

Un autre élément frappant est que cette pratique se prépare à être présentée aux Olympiques dans les années à venir. Sa venue aux Olympiques pourrait alors encourager d'autres femmes à le pratiquer. Il y aura un marché à développer. Il faudra alors se rappeler ce que signifie la pratique du pole fitness afin de joindre ces femmes. L'importance de la douleur, l'identité, les motivations, le dépassement, etc. Il serait même intéressant de voir si la venue de cette pratique aux Olympiques enrayera ou diminuera le stigma. Si c'est le cas, quel serait l'impact sur la future génération de poleuse avec l'idée que le stigma contribue à l'identité de la participante.

4.4 Les limites

Cette recherche a contribué au niveau théorique et au niveau managérial. Par contre, elle possède aussi ces limites.

Premièrement, une des limites est le lieu de mon terrain. Malgré le fait que je suis dans ce milieu depuis des années et que je l'observe en ligne sur Instagram depuis plusieurs années, j'ai principalement observé et interagi avec des personnes provenant de trois milieux différents situés dans Montréal et ses environs. Le pole fitness est une pratique qui est influencée par la culture qui l'entoure. Donc, mon analyse est teintée de cet environnement aussi. Cela signifie que la représentation du pole fitness peut être moins bien établie si on observe d'autres régions comme Las Vegas où le style de vie et la culture y sont différents.

Deuxièmement, mon expérience dans ce sport peut être perçue comme une limite afin de ne pas seulement dévoiler sa propre expérience, mais plutôt celles des participantes en utilisant l'ethnographie. C'est la force de l'ethnographie, participer dans le terrain permet de mieux le comprendre. De plus, cela a été difficile par moment de ressortir tous les éléments, car on est trop proche de la situation. Pour y remédier, on y comprend d'autant plus l'importance de rester le plus proche des données observées et de discuter avec mon directeur.

Conclusion

En recherche du comportement du consommateur, nous n'avons pas beaucoup élaboré sur les liens existants entre le corps féminin, le dépassement et l'entraînement sportif. À la suite de cette constatation, j'ai choisi d'analyser et observer comme terrain le pole fitness durant une période de trois mois. Chaque semaine, j'ai suivi six pratiquantes de pole fitness lors de leur pratique dans un studio.

La problématique a été: « Que signifie la pratique du pole fitness ? ». De plus, les objectifs étaient d' (1) analyser la pratique des adeptes, (2) explorer la symbolique de l'activité et (3) analyser les enjeux identitaires qui entourent l'activité.

Cette recherche a permis de comprendre la dimension identitaire reliée aux pole fitness. Ce sport intense a permis de forger le caractère des participantes, la transformation de leur corps, et le développement de leurs habiletés ont contribué au développement de leur identité. De plus, cette recherche nous a permis de comprendre la dimension politique entourant le pole fitness à travers l'analyse de l'importance de la force et du dépassement des limites chez la femme. D'autant plus que la prise en main de la sexualité chez la femme contribue à cette dimension politique. Cette recherche a fourni des éléments pour enrayer les stéréotypes véhiculés sur la femme.

Annexe

Annexe 1

A Mathematical Relationship



<https://www.tantrafitness.com/tantrafitness/polefashiondosanddonts/>

Bibliographie

- Abrahams, R. D. (1986). Ordinary and extraordinary experience. *The anthropology of experience*, 45-72.
- Abramson, A., & Laviolette, P. (2007). Cliff-Jumping, World-Shifting, and Value-Production. *Suomen Antropologi*, 32(2), 5-28.
- Anstock, C. V., Grant, H., & Mukherji, D. (2016). Anthropology: The (Re)creation of Female Bodies Through Pole-dancing. *The Unfamiliar*, 6(1). doi:10.2218/unfamiliar.v6i1.1515
- Archer, M. S. (2012). *The reflexive imperative in late modernity*: Cambridge University Press.
- Arnould, E. J., & Price, L. L. (1993). River magic: Extraordinary experience and the extended service encounter. *Journal of Consumer Research*, 20(1), 24-45. doi:10.1086/209331
- Arnould, E. J., Price, L. L., & Moisio, R. (2006). Making contexts matter: Selecting research contexts for theoretical insights *Handbook of Qualitative Research Methods in Marketing* (pp. 106-125). Cheltenham, UK: Edward Elgar.
- Arnould, E. J., & Thompson, C. J. (2005). Consumer culture theory (CCT): Twenty years of research. *Journal of Consumer Research*, 31(4), 868-882.
- Arnould, E. J., & Wallendorf, M. (1994). Market-oriented ethnography: Interpretation building and marketing strategy formulation. *Journal of Marketing Research*, 31(4), 484-504. doi:10.2307/3151878
- Bendelow, G. A., & Williams, S. J. (1995). Transcending the dualisms: towards a sociology of pain. *Sociology of Health & Illness*, 17(2), 139-165.
- Bombay, L. p. j. (2019). Le Mallakhamb, un des sports les plus vieux au monde. Retrieved from <https://lepetitjournal.com/bombay/communaute/le-mallakhamb-un-des-sports-les-plus-vieux-au-monde-250267>
- Bourdieu, P. (1992). Rites as acts of institution. *Honor and grace in anthropology*, 79-90.
- Braun, V. (2009). THE WOMEN ARE DOING IT FOR THEMSELVES' The Rhetoric of Choice and Agency around Female Genital 'Cosmetic Surgery. *Australian Feminist Studies*, 24(60), 233-249.
- Burawoy, M. (1998). The extended case method. *Sociological theory*, 16(1), 4-33.
- Celsi, R. L., Rose, R. L., & Leigh, T. W. (1993). An exploration of high-risk leisure consumption through skydiving. *Journal of Consumer Research*, 20(1), 1-23.
- Costas, J., & Kärreman, D. (2016). The bored self in knowledge work. *Human Relations*, 69(1), 61-83.

- Coward, R. (1992). *Our treacherous hearts: Why women let men get their way*: Faber & Faber.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience* Harper & Row New York Google Scholar.
- Cutler, S. Q., Carmichael, B., & Doherty, S. (2014). The Inca Trail experience: Does the journey matter? *Annals of Tourism Research*, 45, 152-166.
- Davis, K. (1995). *Reshaping the Female Body: The Dilemma of Cosmetic Surgery*.
- Dawson, M. C. (2017). CrossFit: Fitness cult or reinventive institution? *International review for the sociology of sport*, 52(3), 361-379.
- Dentith*, A. M. (2004). Female adolescent subjectivities in Las Vegas: Poststructural thoughts on the intersections of gender, sexuality, consumer logic and curriculum. *Gender and Education*, 16(4), 455-472.
- Donaghue, N., Kurz, T., & Whitehead, K. (2011). Spinning the pole: A discursive analysis of the websites of recreational pole dancing studios. *Feminism & Psychology*, 21(4), 443-457. doi:10.1177/0959353511424367
- Donohue, J. (1991). *Dancing in the danger zone: The martial arts in America*. Paper presented at the annual meeting of the Association for Consumer Research, Chicago.
- Du Gay, P., Salaman, G., & Rees, B. (1996). The conduct of management and the management of conduct: contemporary managerial discourse and the constitution of the 'competent' manager. *Journal of Management Studies*, 33(3), 263-282.
- Duits, L., & Van Zoonen, L. (2006). Headscarves and porno-chic: Disciplining girls' bodies in the European multicultural society. *European journal of women's studies*, 13(2), 103-117.
- Dunne, A., Freeman, O., & Sherlock, R. (2005). The Weight of the World: Consuming Traditional Masculine Ideologies. *ACR European Advances*.
- Ehrenberg, A. (2016). *The weariness of the self: Diagnosing the history of depression in the contemporary age*: McGill-Queen's Press-MQUP.
- Emigh, R. J. (1997). The power of negative thinking: The use of negative case methodology in the development of sociological theory. *Theory and Society*, 26(5), 649-684.
- Etkin, J., & Ratner, R. K. (2012). Goal pursuit, now and later: Temporal compatibility of different versus similar means. *Journal of Consumer Research*, 39(5), 1085-1099.
- Fenzl, N., Bartsch, K., & Koenigstorfer, J. (2014). Labeling exercise fat-burning increases post-exercise food consumption in self-imposed exercisers. *Appetite*, 81, 1-7.
- Fernandez, J. W. (1986). *Persuasions and performances: The play of tropes in culture* (Vol. 374): Indiana University Press.
- Foucault, M. (1978). *The history of sexuality: An introduction*: New York: Vintage Books.

- Fournier, S., & Mick, D. G. (1999). Rediscovering satisfaction. *The Journal of Marketing*, 5-23.
- Freedom, P. F. (2018). The History of Pole Dancing: Where it all Began. Retrieved from <https://www.polefitfreedom.com/history-of-pole-dancing/>
- Gergen, K. J. (2007). Saturated Self. *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*.
- Giddens, A. (1990). *The consequences of modernity*: Cambridge: polity press.
- Gill, R. (2003). From sexual objectification to sexual subjectification: The resexualisation of women's bodies in the media. *Feminist media studies*, 3(1), 100-106.
- Gill, R. (2007a). Critical respect: The difficulties and dilemmas of agency and 'choice' for feminism: A reply to Duits and van Zoonen. *European journal of women's studies*, 14(1), 69-80.
- Gill, R. (2007b). Postfeminist media culture: Elements of a sensibility. *European journal of cultural studies*, 10(2), 147-166.
- Gill, R. (2008). Empowerment/sexism: Figuring female sexual agency in contemporary advertising. *Feminism & Psychology*, 18(1), 35-60.
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). The constant comparative method of qualitative analysis. *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*, 101, 158.
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Garden City, NY.
- Goldman, R., Heath, D., & Smith, S. L. (1991). Commodity feminism. *Critical studies in media communication*, 8(3), 333-351.
- Grayson, K., & Martinec, R. (2004). Consumer Perceptions of Iconicity and Indexicality and Their Influence on Assessments of Authentic Market Offerings. *Journal of Consumer Research*, 31(2), 296-312. doi:10.1086/422109
- Green, K. (2011). It hurts so it is real: Sensing the seduction of mixed martial arts. *Social & Cultural Geography*, 12(04), 377-396.
- Griffin, C. (1989). 'I'm not a women's libber but...': Feminism, consciousness and identity. *The social identity of women*, 173-193.
- Harrison, G., Juric, B., & Cornwell, T. B. (2001). The relationship of advertising model attractiveness and body satisfaction to intention to purchase an exercise product. *ACR Asia-Pacific Advances*.
- Hirschman, E. C. (1992). The consciousness of addiction: Toward a general theory of compulsive consumption. *Journal of Consumer Research*, 19(2), 155-179.
- Hochschild, A. (1997). The time bind. *WorkingUSA*, 1(2), 21-29.
- Holt, D. B. (2002). Why do brands cause trouble? A dialectical theory of consumer culture and branding. *Journal of Consumer Research*, 29(1), 70-90.
- Hughes, C. (2002). *Key concepts in feminist theory and research*: Sage.
- Humphreys, A. (2016). *Social media: Enduring principles*: Oxford University Press.

- IPDFA. (2017). History of pole. Retrieved from <http://ipdfa.com/about/history-of-pole/>
- Jensen Schau, H., & Gilly, M. C. (2003). We are what we post? Self-presentation in personal web space. *Journal of Consumer Research*, 30(3), 385-404.
- Keinan, A., & Kivetz, R. (2010). Productivity orientation and the consumption of collectable experiences. *Journal of Consumer Research*, 37(6), 935-950.
- Klausner, S. Z. (1968). *Why man takes chances. Studies in stress-seeking*. Retrieved from
- Koenigstorfer, J., & Baumgartner, H. (2012). Eat to Be Fit Or Fit to Eat? Restrained Eaters' Food Consumption in Response to Fitness Cues. *ACR North American Advances*.
- Kozinets, R. V. (2001). Utopian enterprise: Articulating the meanings of Star Trek's culture of consumption. *Journal of Consumer Research*, 28(1), 67-88.
- Kozinets, R. V. (2002). Can consumers escape the market? Emancipatory illuminations from burning man. *Journal of Consumer Research*, 29(1), 20-38.
- Langer, E. (1983). *The psychology of control*.
- Le Breton, D. (2000). Playing symbolically with death in extreme sports. *Body & Society*, 6(1), 1-11.
- Le Breton, D. (2006). *Anthropologie de la douleur* (Vol. 12): Editions Métailié.
- Le Breton, D. (2010). *Expériences de la douleur: Entre destruction et renaissance*. Paris: Editions Métailié.
- Le Breton, D. (2015). *Disparaître de soi: une tentation contemporaine*: Anne-Marie Métailié.
- Lee, A. Y., Keller, P. A., & Sternthal, B. (2009). Value from regulatory construal fit: The persuasive impact of fit between consumer goals and message concreteness. *Journal of Consumer Research*, 36(5), 735-747.
- Lembo, R. (2014). *Fitness Culture: Gyms and the Commercialisation of Discipline and Fun*: SAGE Publications Sage CA: Los Angeles, CA.
- Levy, A. (2010). *Female chauvinist pigs: Women and the rise of raunch culture*: Black Inc.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Newbury Park: Sage.
- Lumby, C. (1997). *Bad Girls the Media, Sex and Feminism in the '90s'*.
- Lynn, S., Hardin, M., & Walsdorf, K. (2004). Selling (out) the sporting woman: Advertising images in four athletic magazines. *Journal of Sport Management*, 18(4), 335-349.
- MacKinnon, C. A. (1989). Pornography: Not a moral issue. *Radical Voices*. Oxford: Pergamon.
- Maguire, J. S. (2007). *Fit for consumption: Sociology and the business of fitness*: Routledge.
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American psychologist*, 41(9), 954.

- Mashbox. HISTORY, INSPIRATION : Brief History Of The Pole Dancing. Retrieved from <https://www.mashbox.org/history-of-pole-dancing/>
- Mason-Grant, J. (2004). *Pornography embodied: From speech to sexual practice*: Rowman & Littlefield Publishers.
- McNair, B. (2002). *Striptease culture: Sex, media and the democratisation of desire*: Routledge.
- McNay, L. (1992). Foucault and Feminism: Power, Gender, and the Self.
- Mick, D. G., & Buhl, C. (1992). A meaning-based model of advertising experiences. *Journal of Consumer Research*, 19(3), 317-338.
- Miller, T., & Ahluwalia, P. (2012). The cognitariat. *Social Identities*, 18(3), 259-260.
- Moisio, R., & Beruchashvili, M. (2009). Questing for well-being at Weight Watchers: The role of the spiritual-therapeutic model in a support group. *Journal of Consumer Research*, 36(5), 857-875.
- Morgan, K. P. (1991). Women and the knife: Cosmetic surgery and the colonization of women's bodies. *Hypatia*, 6(3), 25-53.
- Morinis, A. (1985). The ritual experience: pain and the transformation of consciousness in ordeals of initiation. *Ethos*, 13(2), 150-174.
- Morris, A. (2015). *A practical introduction to in-depth interviewing*: Sage.
- Morris, D. B. (1991). *The culture of pain*: Univ of California Press.
- Murphy, A. G. (2003). The dialectical gaze: Exploring the subject-object tension in the performances of women who strip. *Journal of contemporary ethnography*, 32(3), 305-335.
- Murray, J. B. (2002). The politics of consumption: A re-inquiry on Thompson and Haytko's (1997) "Speaking of Fashion". *Journal of Consumer Research*, 29(3), 427-440.
- Myers, D. G., & Lamm, H. (1976). The group polarization phenomenon. *Psychological bulletin*, 83(4), 602.
- Nettleton, S. (2013). Cementing relations within a sporting field: Fell running in the English Lake District and the acquisition of existential capital. *Cultural sociology*, 7(2), 196-210.
- O'Guinn, T. C., & Faber, R. J. (1989). Compulsive buying: A phenomenological exploration. *Journal of Consumer Research*, 16(2), 147-157.
- Otnes, C., Lowrey, T. M., & Shrum, L. (1997). Toward an understanding of consumer ambivalence. *Journal of Consumer Research*, 24(1), 80-93.
- Parmentier, M.-A. (2017). *Représentations et Pratiques*. Paper presented at the Consommation, médias et culture participative Hec Montréal.
- Peace, P. (2003). Balancing power: The discursive maintenance of gender inequality by wo/men at university. *Feminism & Psychology*, 13(2), 159-180.

- Peñaloza, L. (2000). The commodification of the American West: Marketers' production of cultural meanings at the trade show. *Journal of Marketing*, 64(4), 82-109.
- Peñaloza, L. (2001). Consuming the American West: Animating cultural meaning and memory at a stock show and rodeo. *Journal of Consumer Research*, 28(3), 369-398.
- Rail, G. (1995). Le sport et la condition post-moderne. *Sociologie et sociétés*, 27(1), 139-150.
- Ritson, M., & Elliott, R. (1999). The social uses of advertising: an ethnographic study of adolescent advertising audiences. *Journal of Consumer Research*, 26(3), 260-277.
- Rosa, H. (2010). *Alienation and acceleration: towards a critical theory of late-modern temporality* (Vol. 3): Aarhus Universitetsforlag.
- Roussel, P., & Griffet, J. (2004). Le muscle au service de la «beauté»: La métamorphose des femmes culturistes. *Recherches féministes*, 17(1), 143-172.
- Roux, D. (2014). Revisiting (not so) commonplace ideas about the body: Topia, utopia and heterotopia in the world of tattooing *Consumer Culture Theory* (pp. 59-80): Emerald Group Publishing Limited.
- Sandikci, Ö., & Ger, G. (2010). Veiling in Style: How Does a Stigmatized Practice Become Fashionable? *Journal of Consumer Research*, 37(1), 15-36. doi:10.1086/649910
- Scarry, E. (1985). The body in pain: The making and unmaking of the world. *Nova York: Oxford University*.
- Scott, L. (2005). *Fresh Lipstick: Redressing Fashion and Feminism*: Palgrave Macmillan.
- Scott, L. M. (1994). The bridge from text to mind: Adapting reader-response theory to consumer research. *Journal of Consumer Research*, 21(3), 461-480.
- Scott, R., Cayla, J., Cova, B., Fischer, E., & Kozinets, R. (2017). Selling Pain to the Saturated Self. *Journal of Consumer Research*, 44(1), 22-43. doi:10.1093/jcr/ucw071
- Segal, L. (1998). Only the literal: The contradictions of anti-pornography feminism. *Sexualities*, 1(1), 43-62.
- shop, T. p. d. (2011). A Brief History Of Pole Dance. Retrieved from <https://www.thepoledancingshop.com/a-brief-history-of-pole-dance/?setCurrencyId=5>
- Spiggle, S. (1994). Analysis and interpretation of qualitative data in consumer research. *Journal of Consumer Research*, 21(3), 491-503.
- Synnott, A. (2002). *The body social*: Routledge.
- Thompson, C. J. (1996). Caring consumers: Gendered consumption meanings and the juggling lifestyle. *Journal of Consumer Research*, 22(4), 388-407.

- Thompson, C. J., & Hirschman, E. C. (1995). Understanding the socialized body: A poststructuralist analysis of consumers' self-conceptions, body images, and self-care practices. *Journal of Consumer Research*, 22(2), 139-153.
- Thompson, C. J., & Tambyah, S. K. (1999). Trying to be cosmopolitan. *Journal of Consumer Research*, 26(3), 214-241.
- Tumbat, G., & Belk, R. W. (2011). Marketplace Tensions in Extraordinary Experiences. *Journal of Consumer Research*, 38(1), 42-61.
- Virilio, P. (1976). *L'insécurité du territoire*. Éditions Galilée.
- Wacquant, L. (2002). *Corps et âme: carnets ethnographiques d'un apprenti boxeur*: Agone.
- Wallack, M. A., Kogan, N., & Bem, D. J. (1962). Group Influence on Decision Making. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 75-86.
- Whelehan, I. (1995). *Modern Feminist Thought: From the Second Wave to Post-Feminism*: NYU Press.
- Whelehan, I. (2000). Overloaded Popular Culture and the Future of Feminism.
- Whitehead, K., & Kurz, T. (2009). Empowerment' and the Pole- A Discursive Investigation of the Reinvention of Pole Dancing as a Recreational Activity. *Feminism & Psychology*, 19(2), 224-244. doi:10.1177/0959353509102218
- X-pole. (2019). FAQs. Retrieved from <https://www.x-pole.ca/apps/help-center#!what-is-the-difference-between-the-pole-finishes>
- Yeung, C. W., & Soman, D. (2007). The duration heuristic. *Journal of Consumer Research*, 34(3), 315-326.

