

Facteurs d'étude de la motivation dans le processus d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

M. Hocine ROUIBI
Maître-assistant, chargé de cours à l'I.E.P.S.
Université d'Alger

L'examen méthodique de toutes les composantes de la pratique physique et sportive, ainsi que la motricité humaine a toujours suscité beaucoup d'intérêt et entraîne le recours à toutes les disciplines scientifiques pouvant aider à la compréhension et à la maîtrise des paramètres intervenant dans le processus d'entraînement ou d'enseignement physique et sportif. Le problème qui nous intéresse présentement dans les propos reportés dans cet article a trait à l'aspect particulier de la motivation. Sans prétendre faire le point exhaustif sur le sujet, nous posons diverses questions, autour desquelles nous construisons notre débat.

Nous tentons d'explicitier au mieux le concept de motivation en le rattachant d'abord à ses sous-bassements théoriques, puis en étendant la réflexion au domaine spécifique de l'Éducation physique et du sport.

La motivation est définie comme "l'ensemble des facteurs dynamiques qui déterminent la conduite d'un individu"

SILLAMY (1980). Elle implique des modifications physiques, chimiques, physiologiques, motrices et mentales de l'organisme. Selon la théorie neurophysiologique (organique) comme celle de FISHER (1956): la motivation constitue le premier chaînon de la conduite. Pour le psychologue, nos actes s'expliquent par les motifs (causes intellectuelles) et par les mobiles (raisons affectives). Les motivations des conduites sont complexes et souvent inconscientes. Plusieurs études expérimentales sur la motivation et son rôle dans l'apprentissage se sont inspirées de la conception de "l'activation". Deux analyses s'y opposent: l'une basée sur l'explication de la conduite par la réduction de la tension (née d'un déséquilibre), l'autre sur l'induction de la pulsion (ou différenciation par des zones existant dans le cerveau). Ainsi GRASTYAN (1972) justifie le renforcement comme point critique de l'apprentissage. Il émet l'hypothèse d'un renforcement par "rebondissement". Ce qui veut dire qu'il existerait (après la période d'apprentissage) un effet résiduel d'une forte intensité et qui serait insufflé dans l'autre étape à venir.

La théorie de l'activation a trait à l'accroissement de l'excitabilité des centres nerveux par des stimuli: externes (vue - ouïe - audition ou autre). Autrement dit, on peut expliquer en partie le comportement (animal ou humain) en tenant compte de la force de l'excitation ressentie. Cette voie est très intéressante pour le physiologue, mais aussi pour le psychologue du sport: par exemple dans la recherche des motivations (et des intérêts) éprouvées par l'individu dans la pratique de sports dangereux (course automobile, canoë-kayak, sports de glisse, alpinisme...) et aussi dans le domaine du doping (où il faut isoler des médicaments stimulants ou calmants et voir leurs effets sur l'organisme de l'athlète et aussi sur sa performance).

La motivation pour la pratique physique et sportive de jeunes enfants scolarisés figure aussi comme centre d'intérêts aussi bien pour le chercheur, l'enseignant que le responsable politique.

Pour LAGACHE (1955), la motivation est un « état de dissociation et de tension qui met en mouvement l'organisme jusqu'à ce qu'il ait réduit la tension et recouvré son unité ». La rupture de l'équilibre et la recherche de son rétablissement font apparaître l'aspect dynamique et changeant de toute motivation. Celle-ci ne peut être définitivement figée mais au contraire va dépendre de facteurs divers, allant du besoin physiologique le plus élémentaire

**Facteurs d'étude de la motivation dans le processus
d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.**
Rouibi Hocine **I.E.P.S – Université d'Alger**

re, au stimulus d'ordre psychologique ou social. Ce qui veut dire qu'il existe une relation de cause à effet dans le comportement de l'homme. Certaines raisons de la conduite sont facilement et directement reliées à des états de manque, mais souvent celles-ci sont plus complexes car relevant de l'inconscient. FILLOUX (1945) écrit à ce titre : « il faut bien tenir pour inconsciente la vie obscure et efficace des souvenirs de notre passé, ou encore le dynamisme de tendances qui s'inscrivent dans nos actions de tous les jours ; ou encore le travail de notre affectivité, déterminant de nos sympathies et de nos antipathies, de nos amours et de nos haines... ».

Donc, la motivation est un concept équivoque : elle désigne d'une part un phénomène d'homéostasie (tendance à maintenir un équilibre constant), et aussi une focalisation sur un but de l'énergie mobilisée. La littérature allemande, à ce sujet, se signale par une précision intéressante. Elle fait la distinction entre le résultat (de cette rupture de l'état d'équilibre) qu'elle nomme « motivation », et le processus (activation des motifs) qu'elle appelle « motivierung ». La notion de motif est prise dans le sens d'une cause uniforme, apprise et durable. On l'assimile de plus en plus au terme de « disposition » et ce, en relation étroite avec la personnalité. Cet état « dispositionnel », viendrait dans une échelle de valeurs après les intérêts, les mentalités, les jugements de valeurs stables et d'attente de comportements. Ceci différencie les motifs (dispositions), des causes des conduites inhérentes aux données génétiques (innées) : la motivation implique, dès lors une intégration sur le plan cognitif et affectif, des éléments la définissant.

Dans la pratique physique et du sport le mot motivation a une résonance particulière ; que ce soit en pédagogie des A.P.S. ou en compétition de haut niveau, il revient dans les propos pour justifier (très souvent) un résultat négatif des élèves ou des athlètes. On notera par exemple dans les dires de l'enseignant d'EPS : sujets non motivés, activité motivante, manque de motivation, démotivation... Si l'on tient compte des significations relevées dans la littérature évoquée précédemment, la motivation, en sport, a trait aux dispositions du pratiquant à agir, (dans les situations spécifiques) de manière méthodique (durable et organisée). Celles-ci dépendent de la personnalité de chacun et déterminent (sens cognitif) le comportement avant, pendant et après l'action. Elles sont à classer selon deux grandes catégories :

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI



D'une part celles se rapportant aux processus cognitifs comme les attentes, les attitudes, les jugements, d'autre part celles relatives à l'état émotionnel (sentiments de joie, de colère, de déception...) BAYER (1987).

La théorie de la motivation peut être enrichissante dans la mesure où elle apporterait des réponses à certaines questions :

- Quels sont les aspects de motivation (ou de démotivation) des sujets pour la pratique physique et sportive ?

Cet axe d'investigation présente un intérêt particulier car il peut concerner tous les niveaux de pratique (de masse, scolaire, compétitif, de performance). Il s'intéresse à toutes les catégories d'âges, de sexe. De plus il englobe toutes les disciplines physiques et sportives.

- Comment naît, évolue, s'éteint la motivation en pratique physique et sportive dans les différents niveaux évoqués ?

- Un modèle de motivation peut-il être développé en jeux de sports et peut-il être transférable à d'autres domaines de l'activité humaine (où la compétition est la loi) ?

Dans les études sur la motivation sportive, deux mots clés reviennent très souvent : il s'agit d'accomplissement et d'aspiration. Certains auteurs, dont McCLELLAND (1961) s'inspirant du concept psychologique d'activation (où la recherche du plaisir est en perpétuelle balance avec l'évitement de la douleur) ont approfondi la théorie de la motivation d'accomplissement. En anglais ce terme se traduit par «achievement» et prend aussi le sens d'exploit, d'oeuvre, d'achèvement. La notion d'accomplissement ne prend sa signification complète que dans un cadre normatif où l'individu sera comparé et évalué par rapport à d'autres individus sur la base de sa performance. Donc la motivation d'accomplissement dans ce cadre est la force consciente qui pousse à l'atteinte d'un résultat normalisé et qui «energétise» le comportement du sujet, en tenant compte du degré de plaisir (ou de satisfaction) reçu. Autrement dit, le concept «d'achèvement» (implicite dans accomplissement) dépasse la limite restreinte du stimulus (déclenchant une action) et implique une vue plus large inhérente à l'évaluation de la réussite (ou de l'échec).

Il faut aussi noter que la motivation d'accomplissement ne

**Facteurs d'étude de la motivation dans le processus
d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.**
Rouibi Hocine **I.E.P.S – Université d'Alger**

peut être identique chez les sujets et est marquée surtout par des facteurs exogènes (société, éducation, culture) que par des facteurs endogènes (hérédité, génétique). ALDERMAN (1983) fait une analogie pertinente entre la thèse développée par McCLELLAND (1961) relative à la motivation d'accomplissement, avec celle de la réussite sportive et de performance motrice chez l'individu. Il dit à juste titre que les situations d'accomplissement identifiables chez le sujet dans la théorie de McClelland (1961), peuvent être étendues à celles de la compétition et de la pratique sportive : le pratiquant se sent responsable de son action (l'indice de réussite ou d'échec le guidant) ; de plus le résultat recèle en soi toujours un degré d'imprévisibilité. La seule différence mentionnée par ALDERMAN (1983) est que dans le domaine sportif, la motivation est polymorphe et dépasse celle d'accomplissement. Ce qu'il faut retenir dans la motivation d'accomplissement nous semble-t-il, c'est la notion de plaisir (ou non) présente avant, pendant et après l'action. C'est ce que McCLELLAND (1961) appelle par « motivation d'approche » (si le résultat anticipé provoque une satisfaction) et « motivation d'évitement » (si par prévision consciente ou affective, l'échec est entrevu). Un phénomène « d'amplification » affective caractérise la motivation qu'elle soit d'approche ou d'évitement. Ce qui veut dire que le sujet, selon son vécu de situations génératrices de plaisir (ou de douleur) va renforcer une attitude dans un sens ou dans l'autre. Cette idée rejoint celles, plus larges défendues par la théorie comportementale notamment sur le point particulier du renforcement des expériences affectives de tout individu.

Une question va alors se poser : selon les principes ainsi énoncés, n'existe-t-il pas une sorte de fatalisme dans l'explication de la conduite humaine ? Nous répondons par la négative pour deux raisons essentielles :

- La première découle des lois de l'apprentissage par association. Les essais (ou expériences) négatifs sont peu à peu abandonnés (c'est pour cela qu'on parle d'évitement) tandis que les essais sanctionnés par le succès, ont tendance à être réitérés (approche) avec l'observation suivante : l'erreur s'estompe pour mieux laisser place à la réussite. C'est l'apprentissage par essais-erreurs. La nature de l'homme est telle, nous semble-t-il, qu'il ne peut se complaire dans l'échec (source d'insatisfaction) mais plutôt le contrai-

Institut
d'Education
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI



re. Les exemples les plus marquants peuvent être pris dans le domaine de la pratique physique et sportive. Bien que les aptitudes des uns et plus des autres soient très différentes, la motivation d'accomplissement n'est pas obligatoirement plus forte chez les sujets les plus pourvus physiquement ; elle se développe, selon nous, en fonction des difficultés des situations rencontrées (et vécues). De plus, que dire de la volonté de réussite constatée chez les champions chez qui l'effort de se surpasser (et de battre les records) est hors de l'entendement et frise le surnaturel?

• La seconde raison, est en rapport avec le caractère normatif du concept d'accomplissement ; l'évaluation s'élabore non seulement par rapport à soi, aux autres mais aussi et surtout en fonction de la situation. La motivation d'accomplissement, tout en existant à des degrés différents chez les individus, ne les fige pas, définitivement pour autant par catégories de perdants ou de gagnants. La situation étant conjoncturelle, c'est-à-dire qu'elle présente une spécificité où chacun calcule ses chances de la dépasser (de réussir). La personnalité ajoutée aux caractéristiques de situation vont définir en grande partie la motivation d'accomplissement des sujets.

Cependant, il faut souligner un élément important :

La réussite catalyse la réussite : ce qui veut dire, qu'elle joue un rôle primordial incitatif à d'autres entreprises (avec acceptation des risques). Ce principe d'ailleurs n'est pas nouveau et très usité dans le milieu scolaire, surtout pour traiter les cas d'échecs répétés. On a recours alors, à la proposition de tâches (ou examens) d'un niveau moins élevé ; ceci pour permettre à l'élève de vivre la réussite et d'être à nouveau motivé.

Enfin, un autre point à évoquer concerne la constitution des groupes de niveaux, dans l'enseignement de l'EPS. En plus de l'impératif pédagogique (prise en compte de caractéristiques physiques, motrices, techniques ou autres) l'opération peut aussi se justifier sur le plan de la motivation (donc cognitif et affectif). Le fait de permettre à l'élève d'évoluer, de se mesurer à quelqu'un présentant des capacités proches des siennes est encourageant à plus d'un titre. Il sera plus motivé dans ce cas que dans un autre où il se sait trop faible ou trop fort. Ceci limite en quelque sorte la motivation d'évitement (la probabilité d'échec ayant été réduite ...).

Nous avons évoqué précédemment, deux aspects importants dans «l'accomplissement» ; il s'agit de la personnalité du sujet (données innées et acquises) et de la spécificité de la situation (qui

**Facteurs d'étude de la motivation dans le processus
d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.**
Rouibi Hocine I.E.P.S – Université d'Alger

est originale, unique). S'agissant des facteurs propres à l'individu, précisément le désir qui le pousse à réaliser un objectif (qu'il s'assigne), on parle de niveau d'aspiration. Ceci est la formulation de buts à atteindre sur le plan comportemental, avec pour indices révélateurs l'échec ou la réussite.

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

ROBAYE (1957) fait la nuance entre le niveau d'aspiration (objectif idéal, plus lointain) et le niveau d'expectation (objectif proche, dépend de l'idée de réussite ou d'échec qu'on associe aux potentialités propres). Dans ses observations d'enfants, l'auteur parvient aux conclusions suivantes :

Hocine
ROUBI

- Ceux dont l'éducation a été sévère, stricte, présentent des niveaux d'aspiration et d'expectation élevés.
- Ceux qui ont été brimés et frustrés ont un niveau d'aspiration élevé, mais un niveau d'expectation bas.
- Ces enfants élevés dans la tolérance et l'amour, ont un niveau d'aspiration moyen et un niveau d'expectation élevé.
- Enfin, ceux qui ont été sur-protégés, présentent un niveau d'aspiration moyen et un niveau d'expectation bas.

Cette nuance de l'auteur nous tente assez pour son extension dans la pratique physique et sportive. Quand il s'agit d'entrevoir les objectifs lointains et de saisir le sujet selon ses idéaux, le niveau d'aspiration individuel peut faire l'objet d'une attention particulière (surtout en détection, sélection, orientation).

Par contre, si la volonté est de saisir les buts proches (et de mesurer le sentiment de réussite ou d'échec), le niveau d'expectation personnel peut être évalué (particulièrement pour prévoir le comportement en compétition).

ROBAYE (1957) citant Franck nous donne cette définition du niveau d'aspiration:

« c'est le niveau qu'un sujet désire explicitement atteindre lorsqu'on le place devant une tâche qu'il a déjà effectuée et qui est susceptible d'apprentissage ... »

Ou bien :

« ... le niveau de la future performance dans une tâche familière que le sujet se fixe explicitement pour objectif en se fondant sur le niveau de sa performance antérieure dans la même tâche. »

L'étude, en fait est celle du comportement par les objectifs (que l'individu se fixe). On lui demande la prédiction de sa performance. A partir de moyens de mesure déterminés, on quantifie l'écart entre ce qui a été prévu et ce qui a été atteint.

Ce niveau d'aspiration individuel, se situant entre la tâche antérieure (et son degré de réussite) et la même tâche future (et la probabilité de réussite explicite).

LEWIN (1944) et COLL ont développé une séquence schématisée des éléments intervenant entre la première performance.

La seconde performance - le sentiment d'échec ou de réussite final. Notons que ce schéma a été repris par AKTINSON (1964) et THILL et COLL (1985).

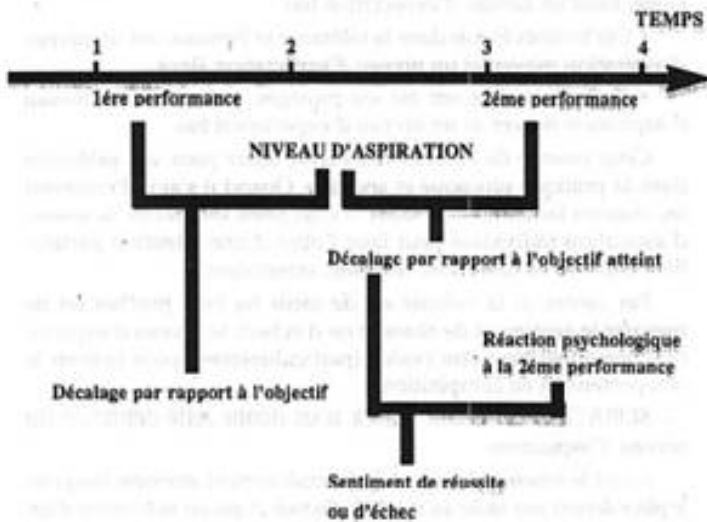


Fig.1 : Évaluation du niveau d'aspiration individuel
 d'après LEWIN et COLL (1944)

ALDERMAN (1983) souligne à juste titre que la connaissance du niveau d'aspiration de quelqu'un, renseigne sur deux aspects ; l'un permet de voir si l'auto-évaluation faite par le sujet, est juste, ce qui revient à dire dans quelle mesure il se connaît et apprécie ses capacités propres. L'autre aspect informe sur l'image de soi de

Facteurs d'étude de la motivation dans le processus d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.

Rouibi Hocine I.E.P.S – Université d'Alger

l'individu ; ceci est primordial quand on veut par exemple (lors d'une compétition décisive) choisir les athlètes présentant une grande confiance et chez qui le souci de gagner est le plus fort. Connaître le niveau d'aspiration de chaque élève pourrait être un moyen efficace pour l'enseignant d'E.P.S., d'améliorer son intervention. En plus des aptitudes physiques qu'il peut évaluer par le biais des tests, a aussi la possibilité d'adapter son intervention pédagogique en fonction de chacun : auto-appréciation, espoir de réussite, estime de soi, degré de confiance en soi, manière d'appréhender l'échec, prise de risques, engagement.

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI

Que peut-on retenir des propos précédents, spécialement dans le cadre de la pratique physique et sportive ?

- Le concept de motivation est très employé par les enseignants et les entraîneurs ; faire le constat, par exemple, que les élèves du secondaire algérien ont un recours démesuré à la dispense d'E.P.S., invite à une réflexion sur le pourquoi de cette situation, ainsi qu'à une étude sérieuse de leur «démotivation». Les raisons peuvent être en rapport avec certains traits de personnalité de l'adolescent, mais elles peuvent aussi être d'un autre ordre : la séance étant réellement vécue comme un «supplique physique», le manque de sérieux des enseignants, la dévalorisation de l'E.P.S. aux yeux de l'administration et des parents, la place dérisoire que la matière occupe dans le système général des examens ...

Cependant, il ne faut pas non plus occulter le problème et l'aborder de manière superficielle. Même si ces éléments que nous venons de citer, paraissent extérieurs, ils sont en réalité au centre de la motivation. Ils entrent dans une logique comportementale, basée sur un système d'évaluation des différents facteurs de situation (et d'activité). THILL (1981) catégorise la motivation en «intrinsèque» et «extrinsèque». La première, selon l'auteur, est rattachée à la satisfaction (au plaisir) qu'éprouve l'individu dans la réalisation d'une tâche choisie. Par exemple : L'élève n'attend pas d'être réprimandé ou encouragé, pour s'investir dans la pratique physique et sportive scolaire ; cela lui plaît. Le bien fondé ou la nécessité de participation est «auto-appréciée» par l'élève. L'opération recèle en soi un haut degré d'intériorisation et de maturité sur les plans cognitif et affectif.

La motivation «extrinsèque» est plus liée à un facteur (ou plusieurs) gravitant autour de l'activité qu'à l'activité elle-même, ceci au travers d'un objectif à atteindre.

Exemple : l'athlète tentera de battre un record s'il y a une prime d'argent conséquente en cas de réussite.

• Cette catégorisation est, selon nous, plus d'ordre didactique que conceptuel : il y a effectivement des facteurs de motivation différents : ceux qui nous viennent de l'extérieur (résultant de l'interaction entre le sujet et son milieu) et ceux qui nous poussent à agir de l'intérieur ; c'est ici qu'il faut nuancer : la motivation implique chez l'individu une intégration de tous les éléments (internes et externes) sur le plan cognitif et affectif. Ceci nous ramène à la théorie des besoins de MASLOW (1970).

La motivation de croissance, décrite par cet auteur s'applique assez bien à celle « intrinsèque » citée par THILL (1981) : l'individu après s'être libéré de ses besoins inférieurs, peut se consacrer à la satisfaction de ses meta-besoins comme le désir d'accomplissement et de réalisation. La part de réflexion et de méditation (interne) est prédominante dans ce cas. En fait que se passe-t-il quand l'athlète fait preuve d'une motivation extrinsèque plus appuyée dans la réalisation d'une tâche ? Nous dirons que l'objet central de motivation n'est plus la performance à réaliser mais plutôt s'est transféré à un autre facteur gravitant autour et qui peut être par exemple le gain d'une somme d'argent. Dans l'absolu, la motivation « intrinsèque » pour la réalisation d'une tâche (ou l'atteinte d'un but) est à rechercher chez le sujet (surtout dans le domaine de l'enseignement et de formation). Ceci implique un choix d'une pédagogie orientée vers la libre initiative et l'auto-évaluation (de l'élève) dans toutes les actions éducatives entreprises. THILL (1981) rappelle justement que l'intérêt individuel (interne) pour la réalisation d'une tâche, peut s'altérer à partir du moment où une récompense (de l'extérieur) est introduite. Cette observation nous intéresse à plus d'un titre car pose, d'une manière pertinente, le problème du contrôle (et de l'évaluation) scolaire, par le biais des notes octroyées. La norme imposée venant de l'environnement (ici, c'est l'enseignant) il y a risque de la voir assimilée par le sujet à un facteur indépendant de sa volonté ; ce qui peut l'amener à une sorte de comportement de « désirabilité » sociale et réduire sa propre motivation intrinsèque. Pour pallier à cela, l'auteur préconise le renforcement par les intervenants sociaux, de l'image de soi chez l'individu.

Facteurs d'étude de la motivation dans le processus d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.

Rouibi Hocine I.E.P.S – Université d'Alger

Autrement dit, l'interaction avec le milieu doit aboutir au «*raffermissement du sentiment de compétence du sujet*».

Pour cela, les récompenses sous formes d'éloges sont avantagées au détriment des réprimandes. Celles-ci, si elles doivent avoir lieu, sont à présenter de telle manière qu'elles soient presque comme une analyse objective de la situation et non comme concentration sur l'échec (ou la perdant). Une voie est choisie par THILL (1981) et concerne spécialement la relation maître-élèves, ou entraîneurs-athlètes ; se référant aux travaux des américains, notamment HATJWIFI. (1979), ce premier opte pour une stimulation de la motivation grâce au schéma suivant de l'observation faite par l'enseignant (ou l'entraîneur) au pratiquant : positive - négative - positive. Cette remarque, tout en paraissant anodine, nous semble essentielle quand à la définition d'une éducation physique et sportive reformée : l'évaluation des capacités et des habilités ne serait qu'une incitation de plus pour la pratique (acceptée et investie) par l'élève. L'appréciation (critériée ou normative) serait construite, non plus à partir d'un décompte des erreurs commises, mais plutôt sur celui d'une mise en valeur des indices de réussite : elle se ferait donc sur la base d'une sanction positive du résultat (félicitations - encouragements - éloges).

En outre, le principe d'auto-contrôle est ici impératif.

THILL (1987), propose la schématisation (fig. : tm 2) suivante, des évaluations intuitives et cognitives opérées par le sujet sur le plan comportemental :

Avant l'engagement de l'action, le sujet s'interroge :

- S'il a les capacités nécessaires
- Si son intervention tient effectivement de lui
- Si les résultats dépendent de ce qu'il va faire

Après la réalisation de l'action, le sujet juge :

- Le degré d'efficacité dont il a fait preuve
- La liberté de manoeuvre durant les opérations
- la liaison cause comportementale/effets produits ou

(contingence des résultats, stabilité de la situation, contrôlabilité du produit).

En fait, la méthode d'auto-contrôle comportemental de THILL et COLL (1987) basée principalement sur les principes liés aux phénomènes d'imagerie (représentation mentale) s'est étendue à

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI



la pratique physique et sportive et concerne spécialement la préparation mentale des athlètes.

La motivation dans le domaine des jeux de sport présente une ambiguïté tout à fait remarquable : avec la personnalité du sportif, elle constitue un des axes d'étude le plus investi, et pourtant elle

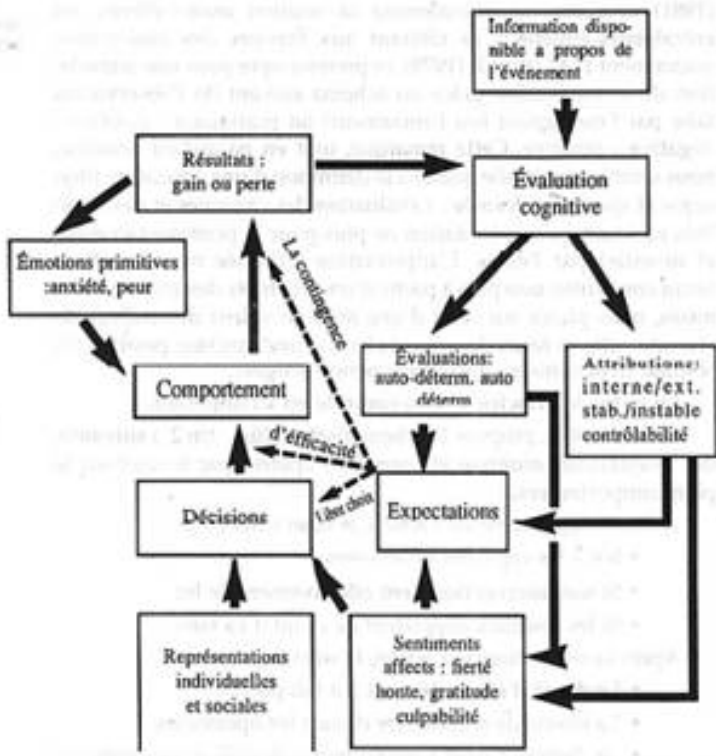


Fig Tm 2 : Une motivation de contrôle sous-tend les évaluations intuitives et cognitives du sujet fonctionnant de manière homéostatique . THILL (1987).

Facteurs d'étude de la motivation dans le processus d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.

Rouibi Hocine I.E.P.S – Université d'Alger

demeure toujours une source d'énigmes pour les chercheurs. Tout en fournissant les éléments explicatifs des «poussées» à l'action en pratique physique et sportive (et qui font le consensus minimum entre les différentes théories avancées), elle est en même temps objet de dissidences pour beaucoup (entraîneurs, enseignants,...) à cause justement de son champ trop vaste et diversifié. Voyons par exemple l'approche de MOST (1982) sur la question, et cherchons à faire apparaître les points de divergences possibles pouvant naître à partir de ses propos.

Les facettes de la motivation sont, selon l'auteur, multiples et ne peuvent en aucune façon revêtir une stabilité stricte. Parmi les agents incitatifs (conscients ou inconscients) à la pratique physique, il en cite huit (08), tout en laissant l'énumération ouverte.

* «Les besoins physiques»:

La thèse de la libération du surplus d'énergie par l'activité physique et sportive est souvent avancée dans la littérature. L'explication cathartique serait à situer aussi bien dans la cause que dans l'effet : ce qui veut dire que c'est l'état «interne» du sujet qui est soumis à «surréaction» (causes) pour diverses raisons de «manque» ;

L'atténuation de cette situation de frustration peut consister en l'extériorisation d'une charge émotionnelle symbolisée sous la forme de mouvement, (effet). La motivation serait dans ce cas précis, très proche de la théorie de l'instinct (de l'exercice physique). Ce qui apparaît démesuré car même si la conséquence de la pratique physique et sportive a une dimension cathartique, ce qui pousse l'individu à s'y adonner peut prêter à discussion et à spéculation.

* « Le sport pour s'affirmer»

Cette affirmation de soi, peut être schématisée sur une échelle de valeurs, allant de la plus intense, à la plus infime. Elle est une sorte de défi lancé d'abord à soi, puis aux autres. Ici aussi, le débat peut être controversé : cette affirmation de soi, ne serait-elle pas en réalité une réaction, réflexe des «hommes aux survêts» pour faire admettre leur rôle dans la formation du corps certes, mais aussi de l'esprit ?

Les règles draconiennes imposées par la compétition (et non son esprit) permettent-elles réellement aux «plus faibles» physi-

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI



quement de s'affirmer ? Jusqu'à quelle intensité de souffrance et de privation, la motivation de s'affirmer peut-elle pousser le sujet à persévérer ?

• **-La recherche d'une compensation-** :

Le terme de compensation présente une double connotation : la première est la recherche d'un équilibre, par un palliatif se substituant d'un domaine à un autre. A la limite aussi il peut désigner un aspect complémentaire apporté à l'édification d'une entité. L'activité physique et sportive, par exemple, peut être perçue par tout individu sous l'adage populaire : «un esprit sain dans un corps sain».

Les dimensions spirituelles, morales, intellectuelles de l'homme s'associent dans une symbiose harmonieuse avec les dimensions corporelles, organiques et biologiques. Dans l'enseignement de l'E.P.S., l'objectif homéostatique est souvent avancé comme justification par les spécialistes en la matière : conseillers pédagogiques, enseignants, personnels d'administration, tous se complaisent à répéter que l'élève doit se former dans sa globalité et totalité. Il est même des pays où celui-ci partage son temps d'études en parité entre les activités intellectuelles et celles physiques et sportives renforcées par l'artistique (musique, dessin...). Même quand le volume horaire dévolu à l'E.P.S. n'est pas respecté et reste minime, l'enfant durant la séance de pratique a l'occasion de s'exprimer par le langage du mouvement et du jeu. Les conditions spécifiques dont lesquelles il est mis (terrain, tenue, groupe) le plongent dans un autre monde où il peut faire preuve de ses capacités motrices et faire découvrir aux autres un aspect jusqu'à là inconnu. Pour l'élève doué physiquement cela peut lui permettre de prendre confiance en développant au mieux ses prédispositions (jusqu'à exceller) ; pour l'élève moins avantagé, c'est un moyen de chercher à progresser (cela peut aller jusqu'au défi qu'on « lance »).

• **«Le rôle de l'environnement social»** :

Le sport comme phénomène de société devient presque un lieu commun tant cette affirmation a été répétée. Nous nous contentons de dire que c'est un produit né des besoins de «certains hommes». La notion de pratique physique et sportive véhicule dans son sillage toute une philosophie, une idéologie, une politique. Elle représente une aspiration d'individus qui cherchent

**Facteurs d'étude de la motivation dans le processus
d'entraînement : ou d'enseignement et sportif physique.**
Rouibi Hocine I.E.P.S – Université d'Alger

leur «bien être» (dans le sens absolu du terme). Le bien être physique, par exemple, exclut l'idée de maladie, d'altération organique ou autre : ce qui veut dire un accès à la santé, à la médecine par le sujet ; celles-ci devront être de pointe, car exigées par l'impératif de perfection (bien être) : ceci pour dire que ne pratique pas « qui veut» mais «qui peut». Les pays sous-développés tentent d'abord de régler leurs problèmes de «survie», avant que de s'engager dans la hiérarchie «vie» puis «meilleure vie». Et même quand ceci est résolu, il reste la difficile définition d'une pratique physique et sportive selon quel type de société ?

Institut
d'Éducation
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI

Les composantes structurelles, organisationnelles de la pratique physique et sportive ne pouvant sortir du contexte global (politique, économique et culturelle). Celles-ci, au contraire sont amplifiées : la priorité donnée par exemple, au « spectacle commercial » des compétitions sportives dans les pays occidentaux rappelle l'idée majeure de rentabilité découlant des lois économiques.

* «Le goût de la compétition» :

Le concept de compétition renferme en soi plusieurs nuances : la définition donnée dans le petit LAROUSSE (1990) est : « Recherche simultanée, par deux ou plusieurs personnes d'un même poste (d'un même titre...) ou d'un même avantage ». Appliquée au domaine des sports, par exemple, cela veut dire que la compétition met en valeur et utilise la motivation individuelle ou collective pour l'atteinte d'un objectif. Le sentiment d'émulation est le noyau même de la compétition. Les athlètes dans les limites de règles établies, cherchent en fait à toujours dépasser la performance de chacun, directement ou indirectement. En réalité, l'esprit véhiculé est positif (quand il n'y a pas de déviations) car il soumet l'individu à une dynamique d'actions évolutives qui lui permettront de se développer encore et toujours. S'il faut insister sur un des facteurs déterminants de la pratique physique et sportive, nous sommes tentés de retenir le besoin «compétitif». Beaucoup d'auteurs ont dénoncé ses inconvénients et même ses malversations surtout à cause de la mauvaise compréhension conceptuelle, mais tous lui reconnaissent certains avantages essentiels dans la formation du caractère et surtout dans l'éducation des jeunes, (aspect social). Nous proposons de développer dans toute définition de la pratique physique, cette notion centrale qui lie l'activité pédagogique sportive et la compétition.

• «Le désir de gagner» :

Nous le rattachons à ce qui a été écrit précédemment sur le goût de la compétition. Nous retiendrons de MOST (1982) une idée intéressante qu'il évoque à ce sujet. La compétition est sous-tendue par deux idées maîtresses et directrices. Il suffit de se référer à la terminologie utilisée (gain d'un match, partenaire, adversaire, plan de préparation, tactique, buts, score...) pour constater que les mots sont forts, explicites et évocateurs de la «stratégie» du militaire, «aux gains et pertes» de l'économiste, on recense une foule de vocables expressifs et significatifs. Donc pour citer les deux idées maîtresses de la compétition, on pense avant tout au risque ; c'est un pari, dont l'issue est incertaine ; puis de là se dégage le caractère du jeu : où la victoire et la défaite se côtoient librement. (le sacré symbolique ou la mort fictive).

• «Le champion» :

Ce genre de motivation n'anime pas tout le monde, mais elle peut être très forte quand on sait le mythe bâti autour du sportif champion. L'intense médiatisation de son image de marque (richesse-bonheur-altruisme ...) contribue à faire rêver plus d'un et à le pousser à entrer dans la lutte pour le titre. MOST (1982) écrit que ce genre de motivation est épars et hétérogène. Mais beaucoup cherchent à conquérir le titre pour changer leur situation et être ainsi promus socialement. (Amis, luxe, famille, admirateurs...). Ce que nous retiendrons de l'auteur est qu'il distingue à juste titre, le champion, de son aspirant. En réalité ceci concerne une classification hiérarchique (du point de vue réglementaire) ; pour ce qui est de leurs motivations, rien ne les distingue : tous les sportifs aspirent au titre (soit à le préserver, soit à y accéder). A ce stade de la discussion une question pourrait être posée : que dire aussi des supporters? (admirateurs-spectateurs-fans...). Ne sont-ils pas durant toute la manifestation sportive, eux aussi champions en titre ou bien jusqu'à quel degré sont-ils motivés pour le devenir (en rêve) ?

• «Rôle de l'agressivité» :

Le concept d'agressivité est très développé et commenté en psychologie. En général, il désigne la disposition chez l'individu à attaquer. Il se rapporte aussi à l'esprit de lutte animant une personne. L'agressivité dans les deux sens évoqués constitue un trait positif du caractère : ceci peut être une qualité chez le sportif.

Facteurs d'étude de la motivation dans le processus d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.

Rouibi Hocine I.E.P.S – Université d'Alger

Néanmoins, l'agressivité peut aussi être perçue comme un défaut de comportement. On parle par exemple d'attitude agressive, d'un geste agressif etc.....Pour FREUD (1959) la frustration née du conflit intérieur vécu par le sujet, l'amène parfois à vouloir se libérer en cherchant à faire mal aux autres. Cela commence par l'élément rival immédiat (familial), à savoir père ou mère, pour se généraliser à tous. Cette volonté de destruction et d'anéantissement de son prochain, selon FREUD fait partie des pulsions de mort (thanatos) de l'individu.

Institut
d'Education
Physique
et Sportive

Hocine
ROUIBI

L'agressivité est le signe d'une insatisfaction (état de manque) trouvant son origine dans l'inconscient (affectif) ou le conscient (interactions sociales négatives).

Elle peut être canalisée et réduite par l'apprentissage, qu'il soit dû au système éducatif ou à la société (famille, milieu social). L'avantage de la pratique sportive est justement de maîtriser cette pulsion d'agressivité propre aux individus en leur permettant de l'extérioriser de manière contrôlée (par les balises normatives imposées par le règlement). MOST (1982) fait la distinction judicieuse entre combativité et agressivité : la combativité selon nous serait tout ce qui peut libérer et encourager à l'initiative et à la persévérance dans la lutte pour la victoire (sur soi, sur les autres, sur la norme) ; c'est le niveau d'agressivité permise par des règles, qui serait soumis à la loi du respect de l'autre : l'athlète doit rechercher l'efficacité d'une machine (précision, force, puissance) mais il ne doit pas être animé, à aucun moment, d'un sentiment de haine ou de colère dans l'accomplissement d'actions parfois très violentes.

Nous avons évoqué ce qu'écrit MOST (1982) concernant la motivation mais la question n'est pas encore cernée pour autant : le concept est si ambigu, qu'il provoque parfois la dispersion des approches : il est possible cependant, de mettre en valeurs quelques points importants de la motivation :

- Il n'existe pas de schéma rigide ou de modèle type : chaque étude peut faire ressortir un certain nombre de motivations animant l'individu.

- Tous les auteurs (consultés) sont d'avis que la motivation est facteur déterminant de l'action et du comportement.

- Celle-ci est soumise à la dynamique du changement et ne peut demeurer identique : elle évolue en fonction du développe-

ment global de l'individu. L'apprentissage joue un rôle dans la formation de la motivation, qu'il soit en milieu éducatif ou en milieu social -(interactions). Les expériences faites par le sujet (réussite, échec) ont aussi un rôle pour le maintien, l'augmentation ou l'inhibition, l'extinction de la motivation.

BIBLIOGRAPHIE

- AKTINSON, J.W. (1964) :**
Introduction to motivation. Princeton. D. Von NOSTRAND p.97.
- ALDERMAN, R.B. (1983) :**
Manuel de Psychologie du sport, ed. Vigot, Paris.
DAYEN, C. (1907) : Wörterbuch der Sportwissenschaft (Deutsch, English, Französisch), Verlag Karl Hofmann, Shorndorf, Germany.
- FISCHER, A.M. (1956) :**
Maternal and sexual behavior xxx by intracranial chimal stimulation, science 12,4.
- FILLOUX, J.C. (1945) :**
L'inconscient, que-sais-je ? PUF, Paris, p. 7.
- FRANCK, J.D. (1935) : Individual Differences in Certain Aspects of level of Aspiration, Amer.I.PSYCHOL. 47 p. 110 à 128.
- FREUD, S. (1959) :**
Standart edition des travaux complets en psychologie de Sigmund FREUD.
- GRASTYAN, E. (1972) :**
Points de vue neurophysiologiques sur la nature du renforcement , actualités neurophysiologiques, 9é. série, Paris MASSON.
- HALIWELL, W. (1979) :** strategies for enhancing motivation in sport, in klavora p. and rlanal j u
COACH. ATHLETE and the sport psychologist, University of Toronto.
- IAGACHE, D. (1955) :**
La psychanalyse. PUF. p. 39.
- LEWIN. K., DEMBOT. T., FESTINGER. L., SEARS.P.S. (1944) :**
Levels of Aspiration in HUNT, J. McV (ed) personality and behavior disorders, New York, Ronald Press.
- MASLOW, A.N. (1970) :**
Motivation and personality, New York Harper and Row Publishers.

**Facteurs d'étude de la motivation dans le processus
d'entraînement ou d'enseignement et sportif physique.**
Rouibi Hocine **I.E.P.S – Université d'Alger**

- McCLELLAND, D.C. (1951) :**
The achieving Society, Princeton, D. Van NOSTRAND.
- MOST, PH. (1987) :**
Les motivations des sportifs dans psychologie sportive, MASSON, Paris.
- ROBAYE, F. (1957) :** Niveau d'aspiration et d'expectation, Paris, PUF.
- THILL, E., CHOMILLIER, F., ALLARD, J.M. (1987) :**
Validation pragmatique d'une méthode d'auto-contrôle comportemental,
sport et motricité 1,7 et 14.
- THILL, E. (1987) :**
Preparations psychologiques ALternatives à la performance : utilisation de
rituels ou la systématisation de moyens d'auto-contrôle comportemental,
dans ACTES du IV congrès de psychologie du sport, A.T.M, université libre
de Bruxelles : p 1-19.
- THILL, E., THOMAS, R., CAJA, J. (1985) :**
Manuel de l'éducateur sportif. 6 ed. Vigot. Paris.
- THILL, E. (1981) :**
ÉLÉMENTS théoriques et pratiques pour une motivation sportive individuel-
le et collective, dans sports et sciences. Vigot. Paris.

Institut
d'Education
Physique
et Sportive

Hocine
ROUBI

