

## Compte rendu de la journée du 28 mars 2017

### Bilan et prospective de la psychologie du sport et de l'activité physique en France

Organisée à l'UFR STAPS de l'université Paris Nanterre par Jean Fournier, UFR STAPS de l'Université Paris Nanterre et Greg Décamps, Président de la Société Française de Psychologie du sport.

#### Programme

9 :45 – 10:30 Communications sur la recherche

**Fabienne d'Arripe-Longueville** Université de Nice (Communication écrite). Influence des enjeux sociétaux de santé publique sur la redéfinition des objets et des formations liées à la psychologie du sport et de l'activité physique : l'exemple de l'UFR STAPS de Nice

**Lucie Finez** Université de Bourgogne. La psychologie des activités physiques et sportives et la psychologie sociale : disciplines complémentaires pour étudier les mécanismes psychologiques et envisager des interventions

**Julien Bois** Université de Pau (Communication vidéo). Réflexions sur la recherche et la formation en psychologie du sport à l'université de Pau.

10H30 – 11 :15 Communications sur la formation

**Greg Décamps** Université de Bordeaux. Articulation entre contenus de formation en psychologie du sport et le Référentiel de compétences de la SFPS

**Marjorie Bernier** Université de Bretagne Occidentale. Réflexions sur l'ingénierie de la formation en psychologie du sport : l'exemple du master EOPS de Brest

**Éva Parmentier** (DU Clermont Ferrand). Au cœur des volcans, la préparation mentale

11 :15 – 12 :00 Communications sur l'intervention

**Marc Levèque** Université Orléans. L'intervention du psychologue en milieu sportif : un goût d'inachevé

**Julie Doron** INSEP. Psychologie de la performance : quels enjeux et perspectives pour la recherche, la formation et l'intervention ?

Étaient présents ou représentés 28 participants (enseignants-chercheurs, responsables de formation et intervenants en préparation mentale) de Nice, Dijon, Lyon, Paris (Universités et INSEP), Clermont Ferrand, Bordeaux, Brest, Pau, Orléans, Liège. Présence de deux responsables de fédérations sportives

#### **Commentaire général relatif aux différentes interventions et aux échanges entre intervenants et participants :**

Il a été constaté que l'importance donnée à la psychologie du sport visant à améliorer la performance sportive a diminué sur le plan de la recherche, et du nombre d'interventions connues. Simultanément, l'offre de formation des intervenants s'est accrue, ce qui s'oppose à un 'principe de réalité' et ne rend pas forcément service aux étudiants pour qui il devient de plus en plus difficile de trouver un emploi dans le milieu de la psychologie du sport seule. Si peu d'emplois sont disponibles, les besoins du milieu du sport de haut niveau sont clairs et nombreux. Cependant, les fédérations sportives ne sont pas toujours pas prêtes à investir

dans des spécialistes de la psychologie du sport. En effet, les personnes chargées d'évaluer les demandes dans le sport de haut niveau sont insuffisamment coordonnées au niveau national. De plus, ces personnes sont rattachées à des structures qui adoptent parfois des positionnements différents à l'INSEP : Mission Olympique, recherche, département médical, département Formation. A noter que l'INSEP propose une formation d'accompagnateurs qui dont les contenus s'écartent parfois des critères scientifiques de la psychologie du sport, ceci étant en divergence avec la plupart des orientations internationales basées sur des contenus scientifiques. Il est néanmoins intéressant de constater que ce décalage n'existe pas dans les autres disciplines scientifiques telles que la biomécanique ou physiologie du sport.

Il n'existe pas d'instance gouvernementale en France ou de corporation regroupant les intervenants liés au domaine de la psychologie du sport. Ceci légitime le travail mené par la SFPS afin de reconnaître les intervenants du domaine et valoriser leurs compétences. Les actions diverses des scientifiques, des universitaires et de la SFPS auprès des fédérations n'ont pas abouti, probablement à cause du manque de formation scientifique des interlocuteurs et de la fréquence rapide de leurs renouvellement. Le manque d'appui sur la formation scientifique en psychologie du sport semble parfois être une option délibérée des au sein des instances de formation sportive ce qui a eu pour conséquence d'encourager des perspectives alternatives sans véritable fondements scientifique (diplôme d'accompagnateur, tolérance de la méthode action type, etc.). Le retard s'accumule au niveau international et risque d'être difficile à combler car les formations proposées diffusent ces pratiques singulières dans les fédérations sportives, et des praticiens issus de ces formations sont actuellement en activité, placés par l'institution. Les sociétés savantes telles que la SFPS doivent rester vigilantes vis-à-vis de telles pratiques, notamment en poursuivant les actions de communication et valorisation des résultats des recherches et en faisant l'effort de vulgariser les bonnes pratiques qui en découlent.

De plus, le milieu sportif conserve le même faible niveau d'intérêt pour la recherche en général et la psychologie du sport en particulier. Seules des initiatives ponctuelles de coopération entre des chercheurs ou des intervenants et des entraîneurs sont à constater. Ces coopérations sont généralement possibles lorsqu'elles sont financées par des budgets de recherche (notamment du ministère des sports), mais peu développées dès lors que les fédérations doivent engager leur propre budget. Le plus souvent, ces recherches sont autofinancées sur la base des moyens dont disposent les chercheurs universitaires via leur équipe de recherche.

Enfin, les sommes allouées à la recherche et l'innovation en psychologie du sport sont en diminution. La psychologie de l'activité physique et de la santé concurrence directement la psychologie du sport. Les besoins dans le domaine de la santé sont davantage au cœur des priorités du gouvernement que les besoins en amélioration de la performance des sportifs de haut niveau.

Pour toutes ces raisons, ces tentatives de concertation entre les scientifiques - même porteurs de projets appliquée - et le monde sportif n'ont pas abouti. Les initiatives représentent un lourd investissement de temps sans retombées tangibles.

**Commentaires spécifiques à la Formation en psychologie du sport.**

- Le référentiel de compétences proposé par la SFPS et présenté lors de la journée du 28 mars semble à même d'orienter les contenus des formations en psychologie du sport des différentes formations en France. Ce référentiel a par exemple servi de base pour l'élaboration des maquettes de formation du Master en psychologie du sport de différentes universités ainsi que pour valoriser les compétences auxquelles sont formés les diplômés de ces formations.
- Certains participants préconisent d'associer Préparation physique et préparation mentale dans les formations afin de former des intervenants ayant plusieurs compétences.
- Nécessiter de standardiser les offres de stages et de recenser les personnes qui peuvent encadrer
- Un travail de réflexion concernant les prérequis attendus chez les étudiants titulaires d'une Licence semble nécessaire afin de mieux envisager les contenus de formation au niveau Master
- Les clients des titulaires de Master en psychologie du sport ou de la performance ne sont pas nombreux dans le domaine sportif.

### **Commentaires spécifiques à la Recherche**

Les présentations ont confirmé l'importance de la recherche en psychologie de l'activité physique et santé et la diminution des recherches en psychologie du sport. Le cadre théorique de ces recherches renvoie le plus souvent à des concepts issus de la psychologie sociale (cohésion, attributions...), de la santé (stress, coping, anxiété...) ou cognitive (imagerie mentale, attention...). Les paradigmes de psychologie clinique sont de plus en plus absents des recherches et semblent confinés au registre de la pratique clinique des psychologues. Plusieurs thèmes ont été évoqués pour indiquer les orientations de recherche contemporaines et/ou susceptibles d'être financées par différents organismes.

Exemple des thématiques du laboratoire de Nice :

L'engagement dans l'activité physique ; Changements de comportement vers un mode de vie actif ; Mécanismes psycho-physiologiques et neurocognitifs associés aux capacités fonctionnelles.

Exemples de projets financés à un niveau Européen :

Sport et femme ; Intégration sociale ; Comportements addictifs ; Qualité de vie ; Enjeux de la santé ; Attention

Exemples de projets soutenus par des financements régionaux :

Maladies chroniques et activité physique ; Sport et Cancer ; Risque, activité physique et sports de montagne

Autres exemples évoqués comme possibilités de développement de la psychologie du sport et de l'activité physique dans les APAS :

Promotion de l'activité physique en entreprise, dans l'enseignement scolaire, ou auprès de personnes âgées isolées ; Développement d'outils connectés / salles de gym, carnets d'entraînement

Ces différents exemples montrent bien l'évolution des recherches en psychologie du sport qui sont désormais en majorité des recherches n'étant pas réalisées auprès de populations sportives mais d'autres populations telles que les malades sans activité physique (chez lesquels l'engagement dans l'activité physique est un enjeu de santé publique) ou les personnes saines ayant une activité physique régulière (chez lesquelles les concepts de psychologie du sport vont pouvoir favoriser le maintien de cette activité).

Les sources de financement orientant les axes de recherche, on constate un tassement des recherches pour le sport de haut niveau et un accroissement du nombre de projets pour la santé. On remarque également que les objectifs des laboratoires et des équipes de recherche en STAPS se sont orientés vers l'activité physique et la santé accompagnant avec eux les rares recherches liées psychologie à la psychologie du sport. Des équipes multidisciplinaires regroupent des chercheurs qui étudient l'activité physique pour répondre à des besoins de santé publique.

On note également la diminution de travaux doctoraux dans le domaine de la psychologie du sport, eu égard à la baisse des demandes de qualification en tant que maître de conférence. Cependant, même si les sources de financement en psychologie du sport sont rares, il est noté la possibilité de développer le recours aux bourses CIFRE (Convention Industrielle de Formation par la Recherche) pour financer des recherches.

#### **Commentaires spécifiques à l'Intervention :**

Les intervenants en psychologie, nombreux à avoir été invités à prendre part à cette journée (en passant par la liste psy-perf du grand INSEP dans laquelle figurent notamment tous les psychologues des CREPS), étaient pour la plupart absents de cette journée. Malgré les incitations, cette catégorie de professionnels de la psychologie du sport n'a pu se concerter afin de faire remonter leurs commentaires, avis et suggestions. Ceci peut notamment refléter le fait que bon nombre d'intervenants deviennent rapidement isolés dans le cadre de leur pratique professionnelle en psychologie du sport, et pour certains en viennent à investir d'autres domaines d'activité (notamment l'entreprise). Il est également signalé que, a contrario, un grand nombre de psychologues sans véritable spécialisation en psychologie du sport sont aussi amenés à travailler auprès de sportifs (en libéral ou via certaines structures spécifiques). Le recensement de ces psychologues reste très difficile. Ces éléments soulignent malgré tout la nécessité de favoriser le développement d'actions permettant aux intervenants de trouver des cadres et lieux d'échanges (régulation, intervision) et de formation.

#### **En résumé, pistes d'avenir**

Il a été mentionné que la recherche en psychologie du sport pouvait soutenir celle sur la santé, et que les connaissances en psychologie du sport pouvaient ou devaient être intégrées aux formations en activités physiques adaptées.

Nous proposons de recentrer les actions de la psychologie du sport en France vers les axes trois axes suivants :

- 1. Soutenir la recherche

Stratégiquement, il semble judicieux d'insister à l'avenir sur la recherche plutôt que la communication auprès du monde sportif qui, pour les raisons évoquées plus haut, reste peu réceptif aux arguments proposés par les scientifiques. Bien que les tentatives de coopération auprès des décideurs du sport n'ait que très rarement été suivies d'effet, les scientifiques doivent rester une ressource rigoureuse disponible et une force de proposition permanente et ce, dans les deux domaines que sont :

- la psychologie du sport.

La recherche en psychologie du sport et en préparation mentale à destination des compétiteurs doit rester le centre d'intérêt des enseignants-chercheurs, pour accroître les connaissances de ce domaine et transmettre aux étudiants et aux professionnels en formation les compétences spécifiques à ce domaine d'activité

- la psychologie de la santé.

Si pendant plusieurs années la psychologie du sport s'est « nourrie » des concepts issus de la psychologie de la santé ou largement étudiés dans ce domaine (ex : coping, auto-efficacité, anxiété, etc.) le champ de l'activité physique et de la santé a finalement peu recours aux concepts et méthodes de psychologie du sport alors qu'il pourrait largement bénéficier des avancées de ce domaine. Il est important de continuer à étendre ces recherches pour répondre aux besoins de santé publique.

- 2. Faciliter l'insertion professionnelle grâce à l'activité physique et la santé

Il est confirmé que l'aspect psychologique de l'activité physique est une des directions importantes à investiguer pour l'avenir. Les formations universitaires doivent permettre aux étudiants de s'insérer dans la vie active grâce à une spécialisation ou un complément de formation intégrant non seulement des connaissances et compétences relevant à la fois de la psychologie du sport que de l'activité physique. Ainsi, de la même façon que les spécialistes de psychologie du sport sont désormais amenés à intervenir auprès de problématiques de santé (physique ou mentale) chez des sportifs, la préparation mentale peut également devenir un cadre d'intervention permettant d'accompagner des populations non sportives telles que les malades ou que les personnes ayant une activité physique non compétitive. L'association des compétences relatives à ces deux champs d'action renforcera l'insertion professionnelle des spécialistes en psychologie du sport.

- 3. Améliorer la formation

Sachant que les emplois en psychologie du sport auprès des sportifs sont rares, il apparaît qu'il est peu judicieux de n'envisager que cette option. Un grand nombre d'étudiants se tournent désormais vers des formations en psychologie du sport (et de l'activité physique) afin de compléter leur formation initiale acquise en psychologie ou en STAPS. Ainsi, il semble important que les cursus de formation universitaire :

- Puissent favoriser le développement de formations courtes (de type D.U.) notamment en s'assurant de leur ouverture à la formation continue
- Puissent être repensées afin de pouvoir être plus ouvertes (de façon partielle ou en totalité) à différents professionnels afin qu'ils complètent leur formation initiale.