

Le climat motivationnel comme déterminant principal des déclarations et des comportements d'auto-handicap en basket-ball

G. Coudeville¹ & J-P. Famose²

¹Centre de Recherches en Sciences du Sport. Université Paris-Sud XI, Paris, France ;

²Université de Pau et des Pays de l'Adour, France.

Correspondance : guillaumecoudeville@hotmail.com

Mots clés : Auto-handicap, Climat motivationnel, Déterminant, Basket-ball.

Introduction

Les stratégies d'auto-handicap consistent à se créer des obstacles avant la réalisation d'une épreuve importante en vue de contrôler les jugements que se feront les autres de notre prestation. A ce titre, Self (1990) indique que l'auto-handicap survient lorsqu'un aspect important du soi est menacé par un échec public. Famose (2001) précise quant à lui, que de telles stratégies servent d'excuse aux pratiquants afin de leur permettre d'éviter de paraître incompétents et donc de préserver l'estime qu'ils ont d'eux-mêmes. La question est alors de savoir si la menace sur l'estime de soi est tangible quelque soit le contexte ? Les travaux initiés par Ames (1992) relatifs au climat motivationnel offrent justement une possibilité d'analyse intéressante en distinguant les différents climats d'une situation d'accomplissement. En valorisant le résultat, la comparaison et la compétition entre les personnes, on pourrait s'attendre à ce que le climat de performance induise plus de menace sur le soi, et par conséquent, plus d'auto-handicap qu'un climat de maîtrise où le progrès personnel et la maîtrise de la tâche sont essentiellement valorisés. L'objectif de cette étude est alors double : d'une part, il s'agit de montrer que le climat motivationnel joue un rôle essentiel dans l'émergence des stratégies d'auto-handicap ; d'autre part, il s'agit d'analyser ce premier objectif au centre d'une procédure naturelle sportive. L'hypothèse est que les stratégies d'auto-handicap (déclarations et comportements) utilisées par les sportifs se manifestent principalement en climat de performance.

Méthode

Participants : Pour réaliser cette étude, nous avons fait appel à 30 joueuses et joueurs de basket-ball (16 filles, âge moyen = 19.2 ; $\sigma = 4.2$ et 14 garçons, âge moyen = 19.7 ; $\sigma = 3.1$).

Outils d'évaluation : Nous nous sommes appuyés sur les travaux de Hausenblas & Carron (1996) et de Martin (1997) pour concevoir un questionnaire de déclarations d'auto-handicap. Il s'agit d'un questionnaire proposant un choix varié d'excuses potentielles. Les participants étaient invités à déclarer si oui ou non ils ressentaient l'obstacle évoqué et dans quelle mesure cet obstacle pouvait altérer leur performance dans l'épreuve ultérieure. La mesure des déclarations d'handicap s'obtenait en additionnant le degré de préjudice de chaque excuse. Pour réaliser l'expérience et évaluer le comportement d'auto-handicap (réduction d'effort préparatoire), nous avons utilisé une épreuve individuelle de basket-ball spécialement conçue pour la manipulation expérimentale. La réduction d'effort préparatoire s'évaluait par le nombre de tirs d'échauffement réalisés juste avant l'épreuve.

Procédure : L'épreuve support de l'expérimentation se composait d'un parcours individuel chronométré dans lequel les participants effectuaient le plus rapidement possible des gestes techniques en dribble et des tirs à différentes distances. Cette épreuve standardisée garantissait les comparaisons intra et inter personnelles tout en offrant une composante diagnostique pour

révéler la compétence. Le dispositif expérimental consistait à réaliser cette épreuve à deux reprises dans un contexte particulier. Chaque participant réalisa ainsi une épreuve en climat de performance (épreuve centrée sur le résultat, déroulement en public, comparaison sociale, résultats et déclarations d'handicaps rendus publics) et une épreuve en climat de maîtrise (épreuve centrée sur la maîtrise d'exécution, déroulement en privé, comparaison temporelle, confidentialité des résultats et des déclarations d'handicaps). Ces deux épreuves espacées d'une semaine se déroulaient en lieu et horaire de leurs entraînements habituels.

Résultats

Tableau 1 : Moyennes des déclarations d'handicaps et des tirs préparatoires selon le climat

	Climats motivationnels →		Climat Maîtrise	Climat Performance
Stratégies d'auto-handicap	Déclarations d'handicaps	Filles	0.2	2.4
		Garçons	2.0	6.2
	Nombre de tirs préparatoires	Filles	18.9	14.0
		Garçons	24.2	8.2

Des ANOVA à mesure répétée furent réalisées sur nos données. Les résultats indiquent que les déclarations et le comportement d'auto-handicap sont significativement plus importants en climat de performance qu'en climat de maîtrise [$F(1,28) = 6.00, p < .05$, pour les déclarations et $F(1,28) = 27.99, p < .001$, pour le nombre de tirs préparatoires]. Concernant ce nombre de tirs préparatoires, les analyses montrent par ailleurs un effet d'interaction avec le sexe [$F(1,28) = 7.86, p < .01$]. Si les filles et les garçons se préparent moins en climat de performance qu'en climat de maîtrise, ce faible investissement est significativement plus marqué chez les garçons que chez les filles.

Discussion

Cette étude visait un double objectif. D'une part, il s'agissait de montrer que le climat motivationnel joue un rôle prépondérant dans l'émergence des stratégies d'auto-handicap ; d'autre part, il s'agissait d'expérimenter ce premier objectif au cœur d'une procédure naturelle sportive. Les résultats permettent alors de vérifier que les stratégies d'auto-handicap (déclarations et comportements) utilisées par les sportifs se manifestent principalement en climat de performance où le résultat, la comparaison et la compétition entre les personnes sont valorisées. Dès lors, c'est à la condition où les sportifs se trouvent en climat de performance que leurs influences personnelles détermineront et dans quelles proportions, l'usage de ces stratégies. De même, cette étude offre un moyen d'investiguer concrètement les stratégies d'auto-handicap dans un dispositif expérimental en contexte naturel.

Bibliographie

- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. In G. Roberts, *Motivation in sport and exercise*, Human Kinetics Publishers, p. 161-176.
- Famose, J.P. (2001). *La motivation en éducation physique et en sport*. A. Colin, VUEF, Paris.
- Hausenblas, H.A., & Carron, A.V. (1996). Group cohesion and self-handicapping in female and male athletes. *Journal of sport & Exercise Psychology*, 18, 132-143.
- Martin, K.A. (1997). Self-handicapping in Sport and Physical Activity. Ph.D. APA Division 47. Postdoctoral Fellow, Health and Exercise Science, Wake Forest University.
- Self, E.A. (1990). Situational influences on self-handicapping. In R.L. Higgins, C.R. Snyder & S. Berglas (Eds), *Self-handicapping: The paradox That Isn't*. New York: Plenum Press.