

## La personnalité du sportif

par Gaston Malané



*M. Gaston Malané, né à Luxembourg le 8 mai 1947, fit ses études supérieures à l'Institut d'éducation physique de l'Université catholique de Louvain. Il prépara ensuite avec succès le professorat d'Etat d'éducation physique qu'il obtint en 1972.*

*Marié depuis 1971, il exerce actuellement au Lycée Hubert Clément à Esch-sur-Alzette. L'article ci-dessous a été publié dans le Flambeau N° 5, (revue du Comité Olympique Luxembourgeois) qui nous a aimablement autorisés à le reproduire, ce dont nous le remercions vivement.*

Si l'on considère l'ensemble des recherches scientifiques faites au sujet du sport, on peut constater tout de suite que l'énorme majorité des recherches a eu pour but l'évaluation des effets de l'activité sportive sur le physique de l'homme. C'est-à-dire, les effets sur la musculation et sur les processus physiologiques. C'est ainsi que l'influence bénéfique du sport dans ce domaine ne fait aujourd'hui plus aucun doute. Par contre, les efforts faits pour mieux connaître l'influence de ces mêmes activités sur la personnalité, sont beaucoup moins nombreux. Si nous nous référons à des théories préscientifiques qui sont encore partiellement en vigueur aujourd'hui, nous pouvons constater qu'il existait deux grands courants contradictoires. Ainsi, depuis l'antiquité, il y a des gens qui croient que le sport entraîne automatiquement un enrichissement des mœurs, tel que nous le dit l'expression:

*Mens sana in corpore sano.* Même aujourd'hui en écoutant certains discours prononcés par des dirigeants de clubs sportifs, on pourrait croire que l'action sportive n'entraîne que des effets heureux sous tous les points de vue. Par contre, il y a également toujours eu certains intellectuels qui considéraient le sport pleins de dédain, relevant très habilement certains excès plus ou moins graves en rapport avec le sport.

Cet état des choses nous permet de conclure que si l'on veut connaître plus directement l'influence du sport sur la personnalité des pratiquants, il est indispensable de faire appel à des études scientifiques. La majorité des recherches faites dans ce domaine ont pour but la comparaison d'un échantillon de sportifs à un échantillon de non-sportifs à l'aide de différents tests de la personnalité.

Avant de résumer quelques résultats concrets, parlons un peu de la complexité du problème et des limites posées par cette méthodologie. En effet, d'une part nous avons les instruments pour mesurer la personnalité, c'est-à-dire les tests, qui n'ont pas atteint le degré d'exactitude des instruments utilisés dans d'autres branches. En plus, il existe une multitude de tests qui mesurent différents aspects de la personnalité qui ne sont pas spécifiquement adaptés à l'évaluation des sportifs. Même si deux tests mesurent un même trait, les conceptions que se font les auteurs de ce trait ne se couvrent pas toujours. Un deuxième point, qui peut donner lieu à une multitude de variations, résulte des groupes de sportifs qu'on peut choisir. On peut en effet faire la distinction entre des sportifs d'âge différent, de différents niveaux de perfectionnement, appartenant à différentes disciplines et ainsi de suite. Tout ceci sert à montrer qu'une comparaison des différentes études est difficile à réaliser et qu'on ne peut s'attendre à obtenir une cohésion parfaite en ce qui concerne le profil de la personnalité du sportif, tel qu'il ressort de ces études.

La première constatation importante qu'on peut faire en analysant les études qui comparent les sportifs en général (sans faire de distinction entre les différentes disciplines) à des non-sportifs est la suivante. Quasi toutes les recherches trouvent effectivement un nombre de différences plus ou moins grandes entre ces deux groupes en ce qui concerne leur personnalité. En psychologie on admet aujourd'hui que le développement de la personnalité est influencé largement par le contact avec le milieu. L'entraînement et la compétition faisant partie du milieu d'un sportif, peuvent donc en partie expli-

quer les différences obtenues entre les sportifs et les non-sportifs. Si on note que le sport constitue un moyen privilégié pour satisfaire une gamme de besoins qui dans notre vie moderne sont difficiles à satisfaire autrement que par l'activité sportive, une certaine influence du sport sur la personnalité devient d'autant plus plausible.

Comme nous l'avons prévu, les différences entre les groupes de sportifs et de non-sportifs trouvées par différentes recherches ne se couvrent pas entièrement. Cependant, il est intéressant de constater que certains traits précis caractérisant les sportifs en général réapparaissent dans un nombre de recherches plus ou moins grand. Il s'agit ici des traits suivants: l'ascendance, l'agressivité, l'extraversion, la stabilité émotionnelle, l'adaptation sociale et l'hypocondrie. Parmi ces caractéristiques, l'agressivité est un des traits les plus souvent cités et pour lequel la différence entre les sportifs et les non-sportifs semble assez significative. Certaines recherches trouvent même une relation entre le degré de perfectionnement du sportif et le degré d'agressivité. Warren R. Johnson, un des experts en la matière que je vais vous citer, nous signale avoir constaté une agression extrême lors d'une étude faite avec des champions sportifs.

### **Le sport, source ou exutoire de l'agressivité?**

Cette agressivité supérieure, de même que les autres traits caractérisant le sportif, est à l'origine d'une série de questions et de problèmes nouveaux dont les réponses sont d'un intérêt capital. C'est ainsi qu'au sujet de l'agressivité, certains auteurs se

sont posé la question suivante. La pratique sportive et la compétition sportive ont-elles plutôt tendance à diminuer l'agressivité (théorie de la catharsis) ou bien ont-elles tendance à accroître l'agressivité (théorie circulaire frustration — agressivité)? C'est une question très complexe et on n'y a pas encore trouvé la solution. Mais on peut déjà prévoir que la réponse dépendra en grande partie de différents facteurs, notamment du niveau d'aspiration des concurrents et du succès obtenu. Une autre question cruciale qu'on peut se poser aussi bien au sujet de l'agressivité supérieure constatée chez le sportif que pour les autres traits caractérisant le sportif, est la suivante. Cette agressivité et cette extraversion sont-elles dues à la pratique sportive ou bien ce résultat est-il simplement dû au fait que les gens présentant ces caractéristiques sont inévitablement attirés davantage par la pratique sportive? Les recherches faites dans ce sens sont encore très peu nombreuses. Certains auteurs parlent plutôt en faveur de la deuxième hypothèse, ce qui limiterait l'influence de l'activité sportive sur la personnalité. Mais selon ces mêmes auteurs cette question n'a pas encore trouvé de réponse définitive.

Etant donné que le sportif s'est révélé comme possédant une adaptation sociale supérieure, certains auteurs se sont posé la question si ce résultat n'est pas dû uniquement à une supériorité des sportifs d'équipes dans ce domaine. Contrairement à ce qu'on aurait pu croire, les recherches comparant ainsi des sportifs d'équipes à des sportifs individuels trouvent en moyenne seulement des différences non significatives entre ces deux groupes de sportifs. La raison semble en

être la suivante: Même si un sportif individuel est jugé sur une performance individuelle, ses résultats entrent pratiquement toujours en ligne de compte pour un classement d'équipe, c'est-à-dire qu'il fait lui aussi indirectement partie d'une équipe.

En ce qui concerne l'intelligence du sportif en général, la plupart des études ne trouvent pas de différence entre les sportifs et les non-sportifs, si les tests sont orientés vers la mesure des aptitudes. Les sportifs accusent cependant une supériorité assez nette, si les mesures sont orientées vers la réalisation, ce qui est confirmé par le fait qu'en moyenne les notes obtenues par eux aux bulletins sont légèrement supérieures. Ceci est dû au fait que les sportifs sont généralement plus ambitieux. Remarquons tout de suite à cette occasion que tous les résultats cités valent pour un sportif moyen qui lui ne constitue qu'une abstraction.

En réalité on trouvera pour chaque cas individuel une déviation plus ou moins grande par rapport à cette moyenne. Certains auteurs nous signalent les différences importantes entre l'intelligence mesurée chez les participants de différentes disciplines sportives. Les meilleurs résultats ont été constatés chez les nageurs et les moins bons chez les lutteurs. Un exemple concret peut nous montrer cependant dans quelle mesure ces résultats peuvent être dangereux. Une étude de Schendell a montré que les joueurs de football américain de l'université sont en moyenne moins intelligents que le reste de la population de l'université. En analysant plus en détail cette constatation, Berger et Littlefield ont trouvé que ce résultat

est dû à un facteur sélectif qui joue chez les joueurs de football et non chez les autres étudiants. En effet, les bons joueurs de football obtiennent facilement une bourse aux universités américaines ce qui fait que les éléments moins doués du côté joueurs de football ont l'occasion de prolonger leurs études ce qui n'est pas le cas chez d'autres étudiants peu doués.

Notons encore qu'il existe de nombreuses études qui ont essayé de comparer les pratiquants de différentes disciplines entre eux. Ces résultats sont intéressants dans la mesure où ils peuvent servir à l'orientation d'un individu vers telle ou telle discipline.

Ce dernier point nous indique déjà un côté utilitaire de ces recherches, c'est-à-dire l'orientation d'un certain type vers une discipline sportive où, du point de vue de sa personnalité il a le plus de chances de réussir. En général, on peut dire que certaines notions sur la personnalité en général et celle du sportif en particulier sont d'un intérêt capital pour tous les enseignants et entraîneurs sportifs. Dans l'enseignement de l'éducation physique et sportive comme dans tout autre enseignement c'est avant tout à une personne qu'on s'adresse.

A part cette utilité générale, les résultats fournis par le genre d'études que nous venons de citer, peuvent encore aider à résoudre un certain nombre d'autres problèmes, notamment en ce qui concerne l'établissement d'une méthodologie qui tient compte des exigences propres se dégageant de ces résultats. On peut donner ici l'exemple des recherches faites sur

les non-nageurs persistants, c'est-à-dire, ceux qui malgré des cours d'instruction n'ont pas appris à nager. Selon ces recherches, il s'agit ici de personnes présentant un profil psychologique plus neurotique avec des tendances vers une introversion, une anxiété et une instabilité émotionnelle marquées. Une méthode qui tient compte de ces handicaps a évidemment plus de chances d'aboutir.

Notons encore pour terminer que si d'un côté les recherches faites pendant ces dernières années ont abouti à certains résultats concrets, d'un autre côté le nombre de questions et de problèmes nouveaux qu'ils ont soulevés n'a cessé d'augmenter.

*G.M.*

### **Le corps au service de l'esprit**

Longtemps farouchement opposée au sport, l'Eglise catholique romaine a depuis un demi-siècle profondément modifié son attitude envers lui. Lors d'une audience qu'il a accordée aux membres de la Fédération internationale catholique d'éducation physique et sportive, S.S. le pape Paul VI a notamment déclaré: « Le sport peut et doit devenir accessible à tous et contribuer pour sa part à l'épanouissement harmonieux de la jeunesse comme au bien-être physique et moral des adultes... Il doit favoriser le goût de l'effort, la maîtrise de soi, le respect d'autrui. En contribuant à mettre le corps au service de l'esprit, il prend place parmi les exigences culturelles de toute civilisation. »