

REPUBLIQUE DU SENEGAL

UN PEUPLE - UN BUT - UNE FOI



Ministère de l'Enseignement supérieur, des Universités

et des Centres universitaires régionaux

et de la Recherche scientifique

Université Cheikh Anta DIOP de Dakar

Institut National Supérieur d'Éducation Populaire et Sportive



MEMOIRE DE MAITRISE

THEME :

**Analyse de la motivation et sa perception
dans le milieu du basketball**

PRESENTE PAR :

Amadou Yoro WANE

ENCADRE PAR :

M. Cheikh SARR

Année Académique 2009-2010

DEDICACE

Je dédie ce travail à ma mère Rokhaya DIALLO que Dieu lui accorde longue vie et santé, et plus particulièrement à mon père Biyago WANE que la terre lui soit légère et que Dieu l'accueille dans son paradis. Amine !!!

REMERCIEMENTS

Je remercie tout d'abord le bon Dieu et je prie sur son prophète Mohamed PSL, de m'avoir donné la santé et la force de pouvoir terminer ce travail.

A mes parents qui n'ont ménagé aucun effort pour la réussite de mon éducation, et surtout pour leurs prières.

A l'administration et au corps professoral de l'INSEPS, plus particulièrement à Messieurs Seydou Ado SANO et Djibril SECK, nos professeurs d'option, qui ont su nous donner une formation de qualité.

A mon encadreur Monsieur Cheikh SARR, qui sans lui l'accomplissement de ce travail serait très difficile.

Aux amis de mon père, Abdourahman NDOUR, Yoro BÂ, Ndaraw FALL, et Baba WOYNI pour leur soutien moral.

A mes amis et promotionnaires, Cheikh MBacké FAYE, Moussa CISSE, Ibrahima KAMARA, Mouhamadou TOURE, Coumbaré DIAGANA, Babacar THIAM.

Aux étudiants de l'INSEPS, particulièrement à Ismaïl GUEYE pour le soutien matériel, et Moustapha NIANG.

A mes frères et sœurs, cousins et cousines, Abou, Khassoum, Baba, Bineta, Coumba, Fama, Penda, Mariama BÂ, Pape BÂ, Madioum DIENG et Ibrahima DIENG pour leur soutien moral et matériel.

A mes amis Lamine, Mara, Bocar, Paul, Moussa et Souleymane.

Et à tous les joueurs et entraîneurs des clubs pour leur disposition.

Encore merci à vous tous



Sommaire

Introduction.....	1
1 ^{ère} Partie : Revue de Littérature	
Chapitre 1 : Théories et types de la motivation.....	3
A/ Les théories de la motivation.....	3
A1/ théorie des pulsions.....	3
A2/ Hiérarchie des besoins.....	3
A3/ Antagonisme approche évitement.....	3
A4/ Les modèles de confiance en soi.....	4
B/ les types de la motivation.....	6
B1/ La motivation intrinsèque.....	6
B2/ La motivation extrinsèque.....	6
B3/ L'amotivation.....	8
B4/ Mesures de la motivation.....	9
Chapitre 2 : Les orientations et climat motivationnels et leur interaction.....	11
A1/ Orientation vers la tache.....	11
A2/ Orientation vers l'ego.....	11
A3/ La nature développementale de l'orientation motivationnelle.....	12
A4/ Implication motivationnelle.....	13
A5/ Le climat motivationnel.....	14
A6/ Interaction entre orientation et climat motivationnels.....	15
Chapitre 3 : Tableaux de quelques facteurs et méthodes favorables à la motivation.....	16
1/ La récompense.....	16
2/ La définition des objectifs.....	16
3/ Les pratiques rituelles.....	17

4/ Le Public.....	17
5/ La concentration.....	18
6/ L'hypnose Ericksonnienne.....	19
7/ La sophrologie.....	19
2 ^{ème} Partie : Enquête sur le terrain	
Chapitre 1 : Présentation de la méthodologie de recherche.....	20
Chapitre 2 : Exposition, analyse et interprétation des résultats.....	22
Chapitre 3 : Présentation de quelques stratégies de motivation.....	35
1/ Commentaire après match.....	35
2/ L'organisation des séances d'évaluation après match.....	35
3/ Le besoin d'accomplissement (Need of achievement).....	36
4/ L'analyse de la tâche.....	37
Conclusion générale.....	38
Bibliographie.....	40
Annexe 1 : Questionnaire adressé aux joueurs.....	42
Annexe 2 : Questionnaire adressé aux entraîneurs.....	44
Annexe 3 : Tableaux.....	45

INTRODUCTION

La psychologie occupe une place importante dans la pratique sportive. Beaucoup d'équipes professionnelles, comme aux Etats-Unis, confient la préparation mentale de leurs joueurs aux psychologues du sport. Elle est une science consistant à appliquer au sport les principes de la psychologie, souvent dans le but d'améliorer les performances. Il faut savoir que la psychologie du sport ne se limite pas à l'amélioration des performances, mais considère le sport comme un vecteur d'enrichissement humain.

Sur cette lancée, un volet très important nous intéresse dans la préparation psychologique en sport, celui de la motivation qui est un élément incontournable dans la recherche du succès. « Elle fait partie d'une des caractéristiques de l'individu et répond à un désir personnel de réussir. Sa source est parfois extérieure et s'explique par un vouloir de connaître la notoriété ou de devenir riche » Richard H. Cox 11.

Sa notion est parfois difficile à cerner ; c'est pourquoi, beaucoup de psychologues ont eu à développer des théories allant dans ce sens. Ce qui a permis d'avoir un aperçu sur cette notion. D'une manière générale selon Nutin la motivation peut être définie comme « l'aspect dynamique et directionnel, sélectif ou préférentiel du comportement ». Il est probable, en effet, qu'une personne motivée, donc qui s'attache intensément, avec persévérance librement à tenter de réussir une tâche choisie augmente ses chances d'obtenir de bons résultats.

La motivation obéit à un certain nombre de facteurs dont on peut citer : le milieu et le cadre socio-culturel qui sont des éléments importants. Mais cette importance ne semble pas être une préoccupation chez nos entraîneurs.

Pour cette raison, nous allons tenter de faire une analyse de motivation à travers le basket-ball, et de voir l'impact qu'elle pourrait engendrer sur la performance sportive.

Cela va se faire sur quelques paramètres suivants :

- la perception de la motivation en milieu sportif
- l'influence de l'environnement socioculturel sur la motivation

- l'impact de la motivation au niveau de la performance du sportif

Cette analyse va permettre d'avoir une approche sur la motivation, de savoir comment elle est gérée dans le contexte du basket-ball au Sénégal, parce que l'influence du milieu socioculturel qui n'est pas la même partout dans le monde engendre un impact très important dans le milieu. Cette analyse motivationnelle va aider ainsi nos pratiquants à savoir ce qui les poussent réellement à pratiquer le sport en question, pour pouvoir se fixer des objectifs, et surtout à faire savoir aux entraîneurs ce qui les attend dans leur rôle d'encadreur, afin de mieux agir sur l'état mental des joueurs, en les aidant à atteindre leurs objectifs et à améliorer leur performance tout en se développant.

Pour se faire, nous nous appuyerons sur deux hypothèses :

- il n'y aurait pas assez d'outils de motivation à la disposition des entraîneurs.
- la motivation aurait un impact sur la performance sportive.

Pour obtenir des informations, nous avons utilisé des questionnaires mais aussi des documents lus.

Notre population d'enquête est constituée d'entraîneurs et de joueurs. Dans ce sens, nous avons travaillé avec des clubs de première division du Sénégal : à Dakar nous avons choisi les clubs de Dakar Université Club, de l'AS Douane, de l'Union Sportive de Gorée, la Jeanne d'arc, le Jaraaf, la Ville de Dakar et à Thiès de l'Union Sportive du Rail.

Cette analyse est composée de deux parties : la première est orientée vers l'aperçu sur la motivation et comprend trois chapitres. Le premier chapitre porte sur les théories sur la motivation, le deuxième sur les orientations et climats motivationnels, le troisième chapitre sur l'interaction qui existe entre l'orientation et le climat motivationnel.

La deuxième partie de notre analyse est une enquête effectuée sur le terrain concernant nos pratiquants et comporte trois chapitres : le premier intéresse la méthodologie de l'analyse, le deuxième chapitre comprend la présentation, l'analyse et l'interprétation des résultats ; le troisième traite de quelques outils de renforcement de la motivation.

PREMIERE PARTIE : REVUE DE LITTERATURE

Chapitre 1 : Théories et types de Motivation

A Théories de motivation :

A1 Théorie des pulsions :

Selon cette théorie, d'après les travaux de psychologues tels que Hull et Spence (8), la motivation est liée à un désir de satisfaire partiellement ou totalement une pulsion. En sport la pulsion peut correspondre au désir de devenir une vedette ou d'intégrer une équipe nationale. En sport la motivation à la réussite n'est pas simplement une pulsion qui se développe et qui s'apprend. Motivation vient du latin *motivus*, mobile qui suggère l'idée de mouvement. Le désir de se mouvoir qui est l'essence même de la motivation.

A2 La hiérarchie des besoins :

Cette notion élémentaire de motivation figure dans les travaux classiques d'Abraham Maslow (1), pour lui la notion de motivation repose sur la hiérarchie des besoins : c'est-à-dire la satisfaction des besoins inférieurs : besoins de sécurité, de manger, et boire avant de penser satisfaire les besoins supérieurs : besoins d'être aimé, d'estime de soi, et d'estime des autres, accomplissement personnel qui sont satisfaits grâce au sport. La hiérarchie établie par Maslow (1) est intéressante car elle prouve qu'il est difficile de se concentrer sur un besoin supérieur tels que l'estime ou l'accomplissement personnel quand on a faim, soif ou lorsque l'on se sent en danger.

A3 Antagonisme approche évitement :

A partir des théories de Hull et Spence (8), s'est développé ce qui devait devenir le modèle de motivation MC Clelland Atkinson (9), ce modèle reposait sur deux concepts psychologiques qui demeurent essentiels aujourd'hui à la compréhension de la notion de motivation : motivation intrinsèque, motivation d'accomplissement et l'anxiété qu'ils désignaient sous l'expression peur de l'échec.

Cette théorie repose sur l'antagonisme approche évitement, à savoir une personne prend la décision de se lancer dans une situation d'accomplissement qui repose sur la force des deux dimensions psychologiques. Si la motivation intrinsèque de participer à une situation d'accomplissement est plus forte que la peur de l'échec, la personne affrontera la situation. Par contre si sa peur de l'échec est plus forte que sa motivation intrinsèque elle l'évitera. Dans sa forme la plus simple, le model correspond à l'équation suivante :

Participation est égale à motivation intrinsèque moins peur de l'échec.

Mais cette théorie de MC Clelland Atkinson (9) a été abandonnée par les psychologues et ceux du sport au profit des théories plus spécifiques. Elle présentait cependant l'avantage d'identifier et d'étudier systématiquement les dimensions psychologiques spécifiques afin de tenter d'expliquer les phénomènes de la motivation chez l'homme.

A 4 Les modèles de confiance en soi

Plusieurs modèles cognitifs, utilisant des termes équivalents au concept de confiance en soi spécifique, vont être présentés : l'auto efficacité de Bandura (2), la motivation par la compétence d'Harter (7) et la confiance en sport de Vealey (15). Chaque modèle renvoie à la notion de confiance en soi spécifique, par opposition au trait de personnalité pris globalement.

- La théorie de l'auto efficacité de Bandura :

Bandura (2) définit l'auto-efficacité comme «les croyances d'un individu en sa capacité à organiser et appliquer les plans d'action nécessaires pour réaliser les performances données ». A cet égard l'auto-efficacité est une forme de confiance en soi spécifique, elle constitue un volet essentiel de ce que Bandura (2) appelle la théorie sociale cognitive, dans laquelle interviennent la gestion de soi et la maîtrise de soi. Pour que l'auto-efficacité puisse se développer, l'individu doit être convaincu de sa maîtrise de soi et du caractère intentionnel des actes qu'il a accomplis. La gestion de soi se caractérise surtout par le pouvoir et la volonté d'être à l'origine d'un plan d'action. Si une personne est persuadée de contrôler la situation et de pouvoir obtenir certains résultats, elle aura la motivation nécessaire pour que les choses se réalisent. Voilà pourquoi l'auto-efficacité est essentielle. Si un athlète perçoit ou croit qu'il peut

influencer favorablement l'issue d'une compétition, il aura hâte qu'elle débute. Un athlète efficace est donc un athlète motivé, disposé à faire tous les efforts nécessaires pour connaître le succès car il est convaincu qu'il peut réussir.

- La théorie de la motivation par la compétence de Harter :

S'inspirant de la compétence de White, Harter (7) a proposé une théorie de la motivation par l'accomplissement, basée sur le sentiment de compétence personnelle de l'athlète. Selon Harter (7), tout individu tient de façon innée à être compétent dans tous les domaines de l'accomplissement humain. Pour satisfaire la soif de compétence dans un domaine tel que le sport, l'individu tente d'avoir une certaine maîtrise. La perception qu'a un individu du succès lors de ses tentatives de maîtrise développe un affect positif ou négatif. Les tentatives de maîtrise réussies favorisent à leur tour une grande motivation par la compétence. Lorsque la motivation par la compétence augmente, l'athlète est alors poussé à effectuer d'autres tentatives de maîtrise.

- Le modèle de confiance en sport de Vealey, spécifique à la psychologie du sport :

Le modèle de confiance en sport de Vealey (15) constitue une tentative unique de conceptualisation de la motivation et de la confiance en soi dans le sport. Le véritable atout du modèle proposé par Vealey (15) est peut être de traiter des situations spécifiques et de s'inscrire comme une légitime tentative de développement d'une théorie au sein même de la psychologie du sport, alors que toutes les autres théories abordées dans ce chapitre sont empruntées à la psychologie générale et peuvent être appliquées au sport.

Vealey (15) définit la confiance en sport comme « la croyance ou le degré de certitude que possèdent les individus à propos de leur capacité à réussir au sport ».

Dans cette situation objective compétitive, l'athlète fait preuve d'un trait de personnalité en termes de confiance en sport et d'une orientation vers la compétition particulière. Ces deux facteurs annoncent le niveau de l'état de confiance en sport par rapport à la situation donnée qu'affichera l'athlète pendant la compétition. Cet état préfigure alors la performance ou les comportements manifestes fournis en réponse. Les réponses comportementales donnent naissance à des perceptions subjectives du

résultat obtenu, telles que la satisfaction, la perception du succès et des causes fournies pour justifier le résultat. A leur tour les résultats subjectifs, influencent et sont influencés par l'orientation vers la compétition de l'athlète et son trait de personnalité en termes de confiance en soi.

B Les types de motivation :

B1 La motivation intrinsèque :

La motivation intrinsèque réfère au fait de pratiquer une activité pour le plaisir ressenti durant son exercice. Ce type de motivation ne comporte aucune contrainte externe. Une personne est intrinsèquement motivée, lorsqu'elle effectue volontairement et par intérêt une activité. Ainsi le joueur qui pratique son dribble pour le plaisir qu'il en retire est intrinsèquement motivé. Vallerand (14) et ses collègues ont proposé trois types de motivation intrinsèque, soit :

- la motivation intrinsèque à la connaissance : le joueur pratique son pour le plaisir d'apprendre de nouvelles techniques.
- la motivation intrinsèque à l'accomplissement : le joueur pratique son dribble pour le plaisir de se surpasser.
- la motivation intrinsèque à la stimulation : le joueur pratique son dribble pour le plaisir de ressentir des stimulations plaisantes.

B2 La motivation extrinsèque :

Elle regroupe l'ensemble des comportements effectués pour des raisons instrumentales. Lorsqu'un athlète est extrinsèquement motivé, il ne fait pas l'activité pour l'activité, mais pour en retirer plutôt quelque chose de plaisant, ou éviter quelque chose de déplaisant par la suite. Selon Deci et Ryan (4), il existe quatre types de motivation extrinsèque qui sont du plus faible au plus élevé niveau de l'autodétermination : la régulation externe, l'introjection, et l'identification.

B2-1 La régulation externe :

Elle est la motivation extrinsèque la moins autodéterminée des trois types de motivation extrinsèque. Pour ce type de motivation extrinsèque, une source de contrôle complètement externe à l'individu pousse celui-ci à agir. Par exemple, un

athlète motivé par régulation externe va à son entraînement parce que l'y oblige ou parce qu'il tient à obtenir un trophée, un joueur de basketball évitera de relâcher son effort pendant l'entraînement afin d'éviter la série de sprints supplémentaires de fin de séance infligée en guise de sanction. Ces athlètes sont des pions car ils ne contrôlent pas leur comportement.

B2-2 La régulation introjectée :

Elle est une forme de motivation extrinsèque partiellement internalisée elle comporte une part plus importante d'autodétermination qu'une motivation régulée de manière externe, mais elle n'est pas complètement assimilée. A ce niveau d'assimilation l'athlète se bat avec la notion de causalité. Il a en partie internalisé la motivation mais perçoit encore son aspect contrôlant. C'est par exemple le sentiment éprouvé par le joueur qui s'entraîne tous les jours pour faire plaisir à son entraîneur et non avec la volonté de devenir un meilleur joueur. La motivation est partiellement internalisée ou régulée.

L'introjection consiste alors, en une représentation interne des contingences externes qui agissent sur un athlète antérieurement. Plus précisément, ce type de motivation fait appel à des sources de contrôle intériorisées qu'un athlète s'impose à lui-même.

B2-3 La régulation identifiée :

Le comportement est émis par choix. Le comportement en question est jugé important par l'individu et est valorisé par l'individu même si l'activité n'est pas plaisante. Elle s'exprime par exemple lorsqu'un sportif s'engage dans une activité qu'il ne perçoit pas comme étant particulièrement intéressante mais qu'il considère essentiellement pour atteindre un objectif qui l'intéresse. Par exemple pendant l'intersaison, un joueur de basket-ball fait de la musculation pour améliorer sa puissance. Il ne pratique pas un sport qui le passionne et dans lequel il veut exceller. Pour atteindre son but il s'engage dans une activité qu'il juge intéressante mais utile à sa progression.

Cependant l'activité est autodéterminée, parce qu'il la choisit de la faire pour son bien.

B2-4 La motivation intégrée :

La forme la plus internalisée de la motivation extrinsèque est la régulation intégrée. Bien intégrer les mécanismes de régulation produit un sentiment d'investissement personnel. A ce niveau d'intégration un comportement au paravent considéré comme régi par des forces extérieures est parfaitement assimilé et contrôlé de manière interne. Du point de vue de l'autodétermination, la motivation extrinsèque intégrée s'apparente vraiment à la motivation extrinsèque. A ce stade, l'athlète perçoit le comportement de l'entraîneur en parfait accord avec ses aspirations et ses objectifs. A ses yeux, ses buts ne sont plus régis par des sources extérieures.

B-3 L'amotivation :

Dans un dernier temps, Deci et Ryan (4) proposent l'existence d'un autre concept motivationnel : l'amotivation. Elle peut être définie comme l'absence relative de motivation, qu'elle soit intrinsèque ou extrinsèque. L'individu qui est dans un état d'amotivation ne perçoit pas de relation entre ses actions et les résultats obtenus, lorsqu'un athlète participe à son activité sportive, il ne retire plus de plaisir ni de récompense. L'individu qui est amotivé pratique son sport avec des attentes d'incontrôlabilité vis-à-vis des résultats escomptés. De plus, un athlète motivé perçoit souvent comme peu compétent et autodéterminé. Ainsi, l'amotivation est généralement présentée lorsqu'un athlète est sur entraîné et que celui-ci est non loin de vivre un épuisement émotionnel.

B-4 Mesures de la motivation :

Des résultats de recherche récents démontrent qu'il est possible de mesurer d'une manière fiable et valide les différents types de motivation que nous venons d'énumérer précédemment à l'aide de l'échelle de motivation dans les sports. De plus, cette échelle permet de déterminer si un athlète démontre un profil motivationnel autodéterminé ou non. Un athlète qui possède un profil motivationnel autodéterminé est caractérisé par des niveaux élevés de motivation intrinsèque et de régulation identifiée et des niveaux faibles de régulation externe et d'amotivation. L'athlète qui fait preuve quant à lui, d'un profil motivationnel non autodéterminé est caractérisé par des niveaux faibles de motivation intrinsèque et de régulation identifiée. Nous

utiliserons le terme profil motivationnel autodéterminé afin de ne pas repérer indûment les différents types de motivation.

Le tableau suivant présente des exemples d'énoncés de l'échelle de motivation dans les sports.

« Pourquoi pratiques-tu ton sport »

L'échelle de motivation dans les sports permet de mesurer le profil motivationnel d'un athlète. L'échelle de motivation dans les sports est composée de sept sous échelles mesurant trois types de motivation intrinsèque (motivation intrinsèque à la connaissance à l'accomplissement, à la stimulation), trois types de motivation extrinsèque (régulation identifiée, introjectée, externe et l'amotivation). Voici des exemples d'énoncés pour chacune des sept sous échelles de l'échelle de motivation dans les sports.

Sous échelles	Enoncés
Intrinsèque connaissance	« Pour le plaisir que cela me donne d'en connaître plus sur le sport que je pratique »
Intrinsèque accomplissement	« Pour la satisfaction que j'éprouve lorsque je perfectionne mes habiletés »
Intrinsèque stimulation	« Pour les émotions internes que je ressens à faire un sport que j'aime »
Régulation identifiée	« Parce que c'est un des bons moyens que j'ai choisi afin de développer d'autres aspects de ma personne »
Régulation introjectée	« Parce qu'il faut absolument faire du sport si l'on veut être en forme »
Régulation externe	« Pour le prestige d'être un athlète »
Motivation	« j'ai déjà eu de bonnes raisons pour faire du sport mais maintenant je me demande si je devrais continuer à en faire »

Les conséquences les plus positives devraient donc être produites par la motivation intrinsèque suivie de la régulation par identification et ainsi de suite. Les conséquences les plus négatives devraient être produites par l'amotivation suivie de la régulation externe.

La perspective motivationnelle de Deci et Ryan (4) permet d'expliquer comment l'entraîneur affecte la motivation de ses athlètes. De plus c'est souvent l'entraîneur qui est pointé du doigt lorsque l'athlète abandonne la pratique du sport.

Chapitre 2 : Les orientations et climat motivationnels Et leurs interactions

A Les orientations motivationnelles

Selon Nicolls il y a deux orientations motivationnelles.

A1 L'orientation vers la tâche :

Le but est de maîtriser une habileté particulière. L'orientation motivationnelle vers la tâche ou vers la maîtrise est associée à la croyance selon laquelle la réussite dépend de l'effort et de la réussite et de la maîtrise. Les personnes orientées vers la maîtrise ressentent un fort sentiment de réussite lorsqu'elles perçoivent des progrès qu'elles attribuent aux efforts fournis. Elles éprouvent un sentiment d'accomplissement à travers l'apprentissage et la maîtrise d'une tâche trop difficile. Les personnes orientées vers la tâche tendent à présenter des modèles motivationnels adaptatifs quelle que soit l'habileté perçue. Cela signifie qu'elles choisissent d'effectuer des tâches difficiles qui leur permettent de faire preuve de persévérance dans l'effort. En règle générale, une orientation vers la maîtrise est associée à des perceptions et des comportements positifs. Les personnes orientées vers la maîtrise s'attachent à développer leur compétence, à faire tous les efforts nécessaires et à s'améliorer sur le plan personnel, Carpenter et Yates, Duda, Williams (3).

A2 L'orientation vers l'ego :

Pour l'individu orienté vers l'ego, l'habileté perçue se mesure par comparaison aux performances réalisées par l'équipe et non par rapport aux progrès réalisés personnellement : absence de critères d'amélioration objective.

L'orientation motivationnelle vers l'ego (vers la compétition) est associée à la croyance selon laquelle la réussite dépend de la performance réalisée par rapport à autrui. L'habileté est indépendante par rapport à l'effort. Si l'athlète réussit face à d'autres compétiteurs sans produire beaucoup d'effort, c'est la preuve d'une grande habileté. Ainsi pour l'athlète orienté vers l'ego réussir c'est l'emporter sur son adversaire grâce à une plus grande habileté et non grâce aux efforts fournis et aux progrès réalisés. Un individu orienté vers l'ego qui a une habileté perçue élevée doit afficher des modèles motivationnels adaptatifs (vouloir volontiers exécuter des tâches

difficiles), cependant si son habileté perçue est faible, il affichera un modèle faible d'inadaptation. Puisque sa motivation est de gagner, il ne se lancera probablement pas dans une activité constituant un défi. L'orientation vers l'ego constitue un inconvénient évident : elle interdit une participation par pure plaisir à moins que l'individu soit sûr de gagner. En résumé les individus orientés vers l'ego s'attachent à battre leurs adversaires, en faisant un minimum d'efforts, dans le but d'améliorer leur statut social, Carpenter et Yates, Fry et Duda ; Williams (3).

Les recherches sur l'orientation motivationnelle ont révélé que des personnes pouvaient être fortement orientées vers la tâche et vers l'ego ; on peut être aussi faiblement orienté vers l'une et fortement vers l'autre. En d'autres termes, les deux orientations sont en quelques sortes indépendantes l'une de l'autre. La meilleure combinaison pour une jeune athlète, est une forte orientation vers la tâche et vers l'ego. Alors il affichera le niveau de motivation et de compétence perçue le plus élevé. L'association la moins recommandée en termes de motivation et de compétence perçue est une faible orientation à la fois vers la tâche et vers l'ego. On retrouve souvent les jeunes femmes dans cette catégorie. « Les enfants orientés vers la tâche tendent à être plus motivés que ceux orientés vers l'ego » Fox, Goudas, Biddle, Duda et Armstrong (6). Grâce à des résultats obtenus, des chercheurs ont conclu qu'il fallait privilégier l'orientation vers la tâche chez les étudiants en éducation physique et chez les athlètes. Les données qu'ils ont recueillies indiquent que seule l'orientation vers la tâche peut favoriser la réussite et instaurer un affect positif chez les sportifs, quelque soit leur habileté perçue.

A3 La nature développementale de l'orientation motivationnelle :

Une personne poussée par les facteurs environnementaux va se soucier des comparaisons sociales et affichera une orientation vers l'ego. Tandis que celle qui affrontera une situation qui la pousse à se soucier de la maîtrise de soi, de l'amélioration de la performance, sera orientée vers la tâche.

A4 Implication motivationnelle :

Elle correspond à l'état de mesure d'une personne dans une situation d'accomplissement donnée et à un moment précis. Un trait de personnalité et un caractère d'ordre général poussant à agir d'une certaine manière alors qu'un état psychologique correspond à la façon dont une personne réagit dans une situation précise.

Selon Nicolls (12), les situations qui intensifient la prise de conscience d'une évaluation sociale, provoquent un état d'implication de l'ego qui s'accompagne d'une augmentation de l'anxiété. A l'inverse, les situations qui n'intensifient pas la prise de conscience d'une évaluation sociale provoquent un état d'implication dans la tâche qui s'accompagne d'un sentiment d'anxiété faible. Une personne vivant une implication de l'ego dans une situation donnée. Etre impliqué dans la tâche c'est afficher le visage d'une personne orientée vers l'ego dans une situation spécifique. Comme on peut s'en douter l'influence du climat ou de l'environnement motivationnels, que nous aborderons dans la prochaine section a une grande influence sur l'implication motivationnelle. Williams (15) a fait part d'une enquête au cours de laquelle l'implication motivationnelle a été mesurée dans un environnement lié au sport.

L'implication motivationnelle était mesurée à l'aide du « Goal Involvement in Sport Questionnaire » (GISQ), qui n'est rien d'autre qu'un TEOSQ « task and ego of sport questionnaire » comprenant des instructions adaptées à certaines situations. Au lieu de demander à un athlète ce qu'il ressentait face à une situation décrite par un énoncé vécu par l'instant. Dans l'étude de Williams (15), cette situation vécue dans l'instant correspondait à un entraînement d'équipe ou une compétition par équipes. Les résultats obtenus ont confirmé qu'avant un entraînement, les athlètes affichent un niveau d'implication dans la tâche plus élevé et une anxiété moins élevée qu'avant un match.

A5 Le climat motivationnel :

Il a peut être une signification encore plus grande que l'orientation d'un individu vers la tâche ou vers l'ego. A l'instar des individus, l'environnement dans lequel se déroule l'apprentissage peut également être orienté vers la tâche ou vers

l'ego. Un environnement orienté vers l'ego faisant la part belle à la comparaison sociale peut provoquer des dégâts considérables chez les jeunes dont le niveau d'habileté est plus élevé. Inversement les enfants très habiles semblent réussir dans l'un et l'autre de ces environnements. Un environnement d'apprentissage orienté vers la maîtrise (vers la tâche) est à même d'inverser les effets négatifs d'une orientation vers l'ego.

Le questionnaire de climat motivationnel perçu en sport, validé à partir du « perceived motivational climate on sport questionnaire 2 (PMCS-2) » de Newton et Duda (10), a été créé afin de savoir si, aux yeux de l'athlète, un climat motivationnel favorisait les buts de maîtrise (orientation vers la tâche) ou les buts de compétition (orientation vers l'ego). Dans un climat de maîtrise, les athlètes reçoivent un renforcement positif de la part de l'entraîneur lorsqu'ils travaillent dur, font des progrès, font preuve de coopération en aidant leurs camarades dans la phase d'apprentissage et pensent que la contribution de chaque joueur est essentielle. Dans un climat de compétition les athlètes pensent qu'une mauvaise performance et les erreurs seront sanctionnées, que les athlètes doués seront ceux qui bénéficieront de toute l'attention et de toute la reconnaissance et que la compétition au sein même de l'équipe est encouragée par l'entraîneur. Il faut souligner que, dans la littérature, ce « climat de compétition est souvent appelé climat de performance ». La description de la théorie des buts d'accomplissement nous a amenés à présenter et à expliquer deux types d'orientation motivationnelle et deux types de climat motivationnel. Toutes ces notions sont reprises dans le tableau suivant.

<u>Orientation motivationnelle (trait de personnalité)</u>	<u>Implication motivationnelle</u>	<u>Climat motivationnel (Environnement)</u>
1) Orientation vers la tâche ou vers la maîtrise. a- Effort important b- Maîtrise important 2) Orientation vers l'ego ou vers la compétition. a- Comparaisons sociales importantes. b- Victoire importante.	1) Implication dans la tâche ou dans la maîtrise. a- Les athlètes travaillent dur. b- Les athlètes veulent parvenir à maîtriser la tâche. 2) Implication vers l'ego dans la compétition. a- Pour les athlètes la compétence par la victoire. b- Les athlètes veulent gagner.	1) Climat de maîtrise. a- Effort récompensé. b- Compétence favorisée. 2) Climat de compétition a- Erreurs sanctionnées. b- compétition encouragée.

A6 Interaction entre l'orientation motivationnelle et le climat motivationnel

On peut déduire de la théorie que la meilleure combinaison orientation motivationnelle / climat motivationnel est une orientation vers la tâche et vers l'ego dans un climat de maîtrise. Cette combinaison devrait produire les plus hauts niveaux de performance de satisfaction personnelle et de plaisir. La combinaison idéale serait donc une forte orientation vers la tâche, une faible orientation à la fois vers l'ego dans un climat de compétition.

Chapitre 3 : Tableau de quelques facteurs et méthodes favorables à la motivation

Dans ce chapitre nous allons tenter de présenter le tableau de quelques facteurs ou méthodes pouvant influencer positivement sur la motivation des joueurs.

1/ La récompense :

C'est un contexte financier ou l'argent aurait une importance majeure dans la réalisation de la performance. Mais si la prime de match sensibilise avant et après la compétition, elle ne constitue en aucun cas un élément de renforcement de la motivation au moment critique, c'est-à-dire à l'entrée sur le terrain et pendant le match.

Le joueur cherchera naturellement à obtenir des primes les plus élevés possibles, mais trouvera d'autres éléments de motivation largement prioritaires pour lui à l'heure du match. En revanche, la préoccupation financière peut resurgir à la fin de la rencontre ou dans les jours qui suivent. En cas de victoire la gratification s'ajoute au plaisir éprouvé. Si une défaite sanctionne les débats des animosités peuvent surgir en cas de défaillance individuelle. Nous voulons donc mettre l'accent sur le moment d'apparition de cette préoccupation spécifique qui intervient davantage à titre de renforcement qu'à titre prioritaire.

2/ La définition des objectifs :

Il peut constituer un moyen privilégié. Il est plus important de se concentrer sur la tâche à accomplir que d'être obnubilé par le résultat final, ce qui provoque fréquemment un surcroît d'excitation ou à l'inverse une inhibition. C'est ce que pratique un entraîneur en recommandant à ses joueurs « play your game » dans les moments décisifs d'une partie. D'autres disent pratiquement la même chose quand il définit que « le secret de la réussite dans tous les sports, c'est de ne pas vouloir faire trop bien ».

En effet, le joueur qui cherche à tout prix le succès, manifeste fréquemment de la nervosité, est sujet de perte de concentration sur le rôle à accomplir dans l'équipe en fonction d'objectifs définis, favorise l'expression des potentialités maximales de l'individu. Et souvent dans ce cas le succès intervient, pourrait on dire de surcroît.

3/ Les pratiques rituelles :

Bien que les medias rapportent des exemples d'athlète se livrant à des pratiques superstitieuses, peu d'études systématiques ont été menés sur leur nature et leur signification fonctionnelle. En développant un questionnaire destiné à vérifier si ces pratiques sont en voie d'extinction. D'après une observation, ces pratiques, ces fétiches et ces tabous sont très répandus dans le monde sportif, et cela d'autant que le niveau de performance s'accroît.

Thill (5), a émis l'hypothèse que les pratiques rituelles représentent des moyens d'assurer un contrôle sur des facteurs d'environnement difficilement maîtrisables. En créditant un objet d'un résultat positif ou en associant à une mauvaise performance à des objets ou à des conduites à éviter. Les joueurs pensant ainsi avoir un contrôle sur les contrôles ou circonstances de l'environnement auxquelles les résultats enregistrés avaient attribués simultanément, la pratique rituelle qui vise à contrôler les facteurs situationnels instables, devient un moyen pour effacer les affects négatifs liés aux attributions de causes aux échecs.

A ces pratiques psychologiques spontanées qui se centrent sur le contrôle de facteurs de situations incontrôlables, l'entraîneur devra substituer les procédures systématisées dans lesquelles le sportif devient l'agent causal de performance.

4/ Le public :

Le joueur a en général besoin d'une assistance pour s'exprimer. La présence d'un public nombreux est toujours stimulante. A l'inverse, opérer devant les banquettes vides entraîne chez les joueurs un sentiment de dévalorisation de sa propre performance, un désappointement devant l'espoir déçu d'être fortement soutenu. Il est vrai que c'est un élément très prépondérant, pas uniquement sur le plan financier, que de compter sur un public fidèle, participatif et mobilisé (plaisir d'être admiré, regardé, applaudi).

Dans des circonstances particulières, le soutien populaire toujours sollicité par les joueurs, permet à ceux de se transcender et leur donne le ressort supplémentaire qui leur permet de faire la différence (lié au souci de lui plaire). Cependant le cas précipité n'est pas généralisable et force est de constater que la plupart du temps que le public selon la formule consacrée « au secours de la victoire ». Il ne s'anime que

lorsque marqué est manifeste, dans certaines occasions des mouvements d'humeur proches du dépit amoureux. L'exemple, des spectateurs quittant le stade à la mi-temps parce que leur équipe est sans espoir de retourner la situation, est suffisamment explicite en montrant l'esprit qui anime une partie de l'assistance. On vient voir d'abord gagner ses favoris, quitte à assister à un spectacle médiocre ; cela reste préférable à la majorité à l'hypothèse inverse, à avoir un match intense et remarquable assorti d'une défaite des siens. Si l'on excepte la minorité d'inconditionnels, il y a toujours une frange de la population, un public potentiel, qui réapparaît dans les périodes fastes ou les matchs d'un intérêt particulier peuvent disparaître quand les résultats sont médiocres. La corrélation est extrêmement étroite entre les recettes d'une part, les résultats et les ambitions du spectateur pour son équipe d'autre part.

5/ La concentration ;

C'est un cliché épuisé de dire que le joueur doit être concentré, la concentration n'est pas un état mental qui est soit présent, soit absent. Il faut savoir quand, comment et sur quoi porter son attention.

Deux dimensions critiques sont définies pour atteindre une performance optimale :

«Un athlète doit être capable de contrôler l'ampleur de son attention et la quantité d'information qu'il laisse pénétrer dans sa conscience. La direction du champ de l'attention. Dans certains cas un champ d'attention dirigé intérieurement est requis (prise de consciences de ses sensations corporelles). Dans d'autres cas c'est vers l'intérieur qu'il faut se tourner pour réagir d'une situation sportive en évolution ou aux actions d'un adversaire ».

A mesure que le stress augmente, la capacité à changer le style d'attention diminue, car il existe une tendance à retomber sur l'emprise du type d'attention le plus fort pour le sujet. L'augmentation exagérée du niveau d'activation s'accompagne d'une diminution involontaire du champ de l'attention.

Nous formulons des propositions pour tenter de pallier cette insuffisance, en considérant que l'état mental optimum est le produit de l'interaction de plusieurs influences provenant à la fois de l'individu, de la tâche également du milieu.

6/ L'hypnose Ericksonnienne :

Elle est connue depuis l'antiquité et adaptée à notre temps. L'hypnose est envisagée comme une porte ouverte vers notre esprit qui permettra par des évocations mentales, de changer certains comportements individuels, de les adapter à une situation. Ses objectifs sont d'améliorer la concentration, lutter contre la peur de l'échec, le stress, permettre aux sportifs d'éliminer les pensées négatives par des pensées positives, de récupérer plus facilement, permettre au sujet des solutions à ses problèmes lors de l'état de transe.

« C'est un mode de fonctionnement psychologique dans lequel le sujet, grâce à l'intervention d'une autre personne, parvient à faire abstraction de la réalité environnante tout en restant en relation avec l'accompagnateur. Ce « débranchement de la réaction d'orientation à la réalité intérieure » qui suppose un certain « lâcher-prise », équivaut à une façon originale de fonctionner, à laquelle on se réfère comme un état. Ce mode de fonctionnement particulier fait apparaître de nouvelles possibilités : possibilités supplémentaires d'action de l'esprit sur le corps, ou de travail psychologique à un niveau inconscient ».

C'est un état de sommeil artificiel provoqué par un sommeil, provoqué par suggestion. Le sujet est conscient mais il est dans un état de conscience motivé.

7/ La sophrologie :

Définition :

La sophrologie vient du mot du grec :

- « Sôs » qui répond à l'idée d'harmonie.
- « Phren » : esprit, conscience.
- « Logos » : de la science, étude.

Il s'agit donc de la science de l'esprit harmonieux, ou de l'étude de l'harmonie de la conscience. Elle trouve son origine dans l'hypnose, mais s'appuie sur de nombreux courants philosophiques notamment orientaux. C'est une philosophie de vie positive. Elle se veut à la fois la synthèse des recherches les plus modernes et des traditions les plus anciennes afin d'offrir une méthode adaptée à notre culture et à notre société. Elle s'est créée ses propres outils (sophronisation permet de passer d'un

état d'un état de conscience ordinaire à un état de conscience sophronique, relaxation dynamique) mais elle intègre aussi d'autres techniques (training autogène, yoga....) : elle emprunte tantôt à la relaxation (et tous les états voisins de la transe) et tantôt à la visualisation mentale.

Elle consiste à prolonger le sujet dans un état de veille consciente, en créant dans le subconscient des souvenirs artificiels positifs qui vont se substituer aux souvenirs négatifs et préparer au cerveau à un événement qui va venir.

Notre conscient est substitué en trois états : l'état pathologique, l'état de conscience ordinaire et l'état de conscience sophrologique. Il existe par ailleurs deux niveaux de vigilance : la veille attentive (nous pensons), la veille ou nous nous sommes laisser aller, le niveau sophroliminal (niveau de la conscience provoqué, situé entre la veille et le sommeil), la veille, le sommeil et enfin la mort. Les niveaux et les états de conscience sont deux choses différentes : la conscience est susceptible de vivre plusieurs niveaux différents. L'objectif de la méthode est d'atteindre le niveau sophroliminal.

Les objectifs de cette méthode sont :

- de préparer les athlètes à devenir maîtres d'eux-mêmes, à se valoriser et à mettre en harmonie leur corps et leur esprit.
- maîtriser les dimensions affectives et émotionnelles de la personnalité.
- vaincre la douleur, le stress et l'anxiété, que ressentent tous les sportifs.

DEUXIEME PARTIE : L'ENQUÊTE SUR LE TERRAIN

Chapitre 1: Présentation de la méthodologie de recherche

1/ Présentation du cadre d'étude

Pour effectuer notre étude, nous nous sommes rendus au lieu d'entraînement de différents clubs de Dakar évoluant dans le championnat élite qui sont les suivants : le Dakar université club, la Jeanne d'Arc, l'union sportive de Gorée, l'AS Douane, l'ASC ville de Dakar, et le Jaraaf et enfin celui de l'Union Sportive du Rail club à Thies.

2/ Instruments d'étude

Pour recueillir des informations pour notre recherche, nous avons choisi un questionnaire aussi bien pour les joueurs que pour les entraîneurs.

3/ L'échantillon de la recherche

Nous avons distribué 200 questionnaires au niveau des joueurs, et 20 au niveau des entraîneurs. Ce qui nous a permis de récolter 70 questionnaires au niveau des joueurs et 14 au niveau des entraîneurs. Il faut signaler que les questionnaires destinés aux joueurs concernent aussi bien les garçons que les filles évoluant en première division nationale.

4/ Objectifs de la recherche

Dans cette étude, notre objectif est de :

- Décrire comment la motivation est vécue dans le milieu basket-ball sénégalais.
- montrer comment la motivation subit-elle une forte influence de notre environnement socioculturel.
- Identifier les impacts de la motivation sur la performance.

5/ Hypothèses de la recherche

Nous sommes partis de deux hypothèses pour la réalisation de notre étude qui sont les suivantes :

- nos entraîneurs de basket-ball n'ont pas assez d'outils, ou plus précisément assez de stratégies pour motiver.
- la motivation a un impact sur la performance des joueurs.

6/ Les limites de la recherche

Des limites se sont présentées à cette étude. Nous étions vraiment confrontés à un problème d'accessibilité tant bien qu'au niveau des joueurs et des entraîneurs : c'est-à-dire un refus parfois de remplir le questionnaire, des difficultés pour les approcher, il arrive même que les joueurs perdent les questionnaires.

Le manque de moyens et de temps, pour se rendre vers les clubs des autres régions comme les clubs de l'Université Gaston Berger et le Saint Louis Basket Club à Saint Louis.

Vu aussi la distribution tardive des questionnaires, certaines équipes qui sont très tôt éliminées des compétitions, n'ont pas pu percevoir des questionnaires parce qu'il n'avait presque plus de joueurs dans leur lieu d'entraînement.

Chapitre 2 : Exposition, analyse et interprétation des résultats

Présentation des tableaux

Tableau 1: Indiquant le sentiment du joueur concernant l'apport motivationnel de l'équipe à son égard.

Motivation au sein de l'équipe	Nombre	Taux
Abstention	0	0
Oui	65	93%
Non	05	7%
Total	70	100%

Le tableau 1 nous atteste que 92% des joueurs sentent de la motivation au sein de leur équipe tandis que 8% soutiennent le contraire.

Cela montre qu'il existe un bon climat motivationnel au sein des équipes, mais il faut signaler qu'un bon climat motivationnel dépend de l'orientation motivationnelle, donc des entraîneurs.

Tableau 2 : Indiquant dans quelles circonstances les joueurs éprouvent le besoin d'être motivés.

Besoin d'être motivé	Nombre	Taux
Abstention	0	0
Oui	64	91,5
Non	06	8,5
Total	70	100%

Le tableau 2 nous montre que 92% des joueurs sur l'ensemble interrogé, éprouvent dès fois le besoin d'être motivés et 8% soutiennent le contraire.

Il faut signaler que ces 92% soutiennent l'avoir besoin dans les circonstances de contre performance de l'équipe, c'est-à-dire en cas de défaite, ou bien une contre performance individuelle liée à la tâche.

On peut dire donc que la motivation a un impact sur la performance, et rejoint l'hypothèse de notre recherche sur la question posée aux entraîneurs, à savoir si la motivation a de l'impact sur la performance.

Tableau 3 : Indiquant si les joueurs croient être à la hauteur de la tâche qu'on leur confie.

Etre à la hauteur de la tâche	Nombre	Taux
Abstention	0	0
Oui	69	98,5
Non	01	01,5
Total	70	100

Le tableau 3 nous fait savoir que 100% des joueurs interrogés, prétendent être à la hauteur de la tâche qu'on leur confie.

Cela montre que les joueurs sont fortement orientés vers leur tâche, on peut en déduire donc que la motivation est belle et bien présente au sein des équipes. Quand les joueurs sont à la hauteur de leur tâche, cela implique une mise en place d'objectif optimal réalisable. Ce qui permet une prise en charge idéale de la motivation.

Mais il faut signaler, quelle n'est pas présente de la même manière dépendamment du climat motivationnel.

Tableau 4 : Indiquant si les joueurs ont des responsabilités au sein de leur équipe.

Responsabilité au sein de leur équipe	Nombre	taux
Abstention	0	0
Oui	63	90%
Non	07	10%
Total	70	100%

Le tableau 4 nous indique que 90% des joueurs soutiennent être responsabilisés au sein de leur équipe, 10%affirment le contraire.

Cela montre qu'il y a une grande implication de la majeure partie des joueurs dans leur équipe, et cela vient confirmer d'une part nos résultats du premier tableau indiquant que 93% des joueurs sentent de la motivation au sein leur équipe. Cette responsabilisation montre qu'il y a une grande implication des joueurs, car ceux-ci sont toujours prêts à donner le meilleur d'eux-mêmes par le biais de cette responsabilisation, pour le bon fonctionnement de l'équipe.

La responsabilisation est très importante dans la motivation du joueur, dans la mesure ou elle lui permet de faire face à sa tâche malgré sa difficulté : Le respect et la motivation pour assumer cette tâche peuvent se faire dans la responsabilisation des joueurs, c'est-à-dire dans l'implication des prises de décisions relatives aux règles de l'équipe.

Tableau 5 : Indiquant si les joueurs font des pratiques mystiques personnelles.

Pratiques mystiques personnelles	Nombre	Taux
Abstention	01	1, 5
Oui	52	74, 25
Non	17	24, 25
Total	70	100

Le tableau 5 montres que 74, 25% des joueurs font des pratiques mystiques personnelles, et 24, 25% affirment le contraire.

Cela nous permet de dire que les pratiques mystiques occupent une place importante dans le milieu basket-ball sénégalais.

Cette importance accordée à ces pratiques mystiques, est liée à nos croyances et à notre environnement socioculturel.

Il faut dire aussi, que ces croyances ne sont pas seulement présentes dans le milieu sportif africain. Ces pratiques se font en Europe mais d'une autre manière, et sont connus sous le nom de pratique rituelle. Elles sont très répandues dans le monde sportif, et cela d'autant que le niveau de performance s'accroît.

Le tableau 6 : Indiquant si les pratiques mystiques se font au sein des équipes.

Pratiques mystiques au sein des équipes	Nombre	taux
Abstention	01	1,50
Oui	59	84,28
Non	10	14,28
Total	70	100

Le tableau 6 montre que 80% des joueurs soutiennent que des pratiques sont faites au sein des équipes, et 14,5% disent le contraire.

Cela justifie encore, l'influence socioculturelle que subit notre milieu sportif, et l'importante place qu'occupent les pratiques mystiques dans ce dernier.

Le tableau 7 : Indiquant si les pratiques mystiques ont un impact sur la motivation

Pratiques mystiques impact sur la motivation	Nombre	Taux
Abstention	01	2
Oui	48	68
Non	21	30
Total	70	100

Le tableau 7 nous renseigne que 65% des joueurs affirment que ces pratiques mystiques ont de l'impact sur la motivation, et 31% répondent par le négatif.

Cela soutient que les pratiques mystiques ont un impact sur la motivation, donc elles constituent un moyen de stimulation et de renforcement pour la motivation de certains joueurs.

Comme nous l'avons vu, ces pratiques représentent des moyens d'assurer un contrôle sur les facteurs d'environnement difficilement maîtrisables. Les pratiques mystiques deviennent aussi un moyen pour effacer les affects négatifs liés aux attributions de causes aux échecs.

Ainsi nous pouvons dire que les pratiques mystiques constituent des moyens stimulateurs à la motivation dans notre milieu sportif, dans la mesure où elles permettent de lutter contre les affects négatifs qui peuvent constituer un blocage psychologique chez le joueur. Ce phénomène est aussi présent en milieu sportif européen, Neil, 1982, à partir d'un questionnaire, a observé que les fétiches et les tabous sont très répandus dans le monde sportif, et cela d'autant que le niveau de performance s'accroît.

La question 1: Renseignant sur ce qui pousse les joueurs à pratiquer leur sport.

La question 1 nous montre que 68% des joueurs pratiquent le basket, parce qu'ils éprouvent des sentiments personnels tels que: le plaisir, la passion ou l'amour et 32% jouent parce qu'ils y gagnent ou pensent pouvoir y gagner de l'argent à l'avenir.

Cela montre que la majorité de nos joueurs sont intrinsèquement motivés dans la pratique de ce sport, donc ne subissent aucune contrainte extérieure et effectuent volontairement leur activité.

Ceci n'est pas surprenant, car il ne faut pas oublier que notre championnat n'est pas aussi payant.

La question 2 : Renseignant sur ce que les joueurs font de personnel et qui les motive avant un match.

La question 2 montre que 43% sur l'ensemble des joueurs interrogés, affirment qu'ils écoutent de la musique, pour stimuler leur motivation avant un match, tandis que le reste prétend recourir à d'autres méthodes telles que : regarder des vidéos de basket, s'entraîner durement ou penser décrocher un contrat.

Cela montre que la musique occupe une place importante dans notre environnement socioculturel. Il faut aussi dire qu'il n'y a pas que la musique, il y a

aussi l'importance accordée, par les joueurs, aux prières faites par les parents et l'assistance apportée par les proches : frères, sœurs, amis : Ce qui nous pousse à dire, que le cadre social de l'athlète joue un rôle important dans sa pratique sportive.

Il faut signaler qu'en Europe comme aux Etats-Unis, la musique est aussi utilisée comme moyen de stimulation de la motivation, elle est aussi considérée comme un moyen de se fermer complètement du monde extérieur surtout pour diminuer la pression. Donc des recherches mériteraient d'être poussées à ce niveau.

La question 3 : Renseignant sur les objectifs des joueurs pour la saison en cours.

A cette question, 48, 50% des joueurs ont affirmé qu'ils veulent obtenir au moins un trophée tandis que 51, 50% d'eux veulent améliorer leur compétence pour avoir un contrat à l'étranger.

Cela montre qu'il y a des joueurs qui sont orientés vers la tâche, et d'autres vers l'ego.

Dans le premier cas les personnes ressentent un fort sentiment de réussite lorsqu'elles perçoivent des progrès qu'elles attribuent aux efforts fournis par exemple quand le joueur veut améliorer sa compétence. Dans le deuxième cas pour le joueur réussir c'est l'emporter sur son adversaire: sa motivation est de gagner grâce à une plus grande habileté.

D'après des études menées, les joueurs peuvent être à la fois orientés vers l'ego et vers la tâche mais on n'a pas eu ce cas. Il faut signaler, que l'orientation motivationnelle des joueurs subit une influence venant des objectifs fixés par l'entraîneur.

La question 4: Renseignant sur les sources de motivation des joueurs.

La question 4 nous montre que, presque 43% des joueurs ont pour sources de motivation leurs parents. Les 57%, c'est ceux qui ont à la fois deux sources de motivation comme par exemple : financière et sentimentale, sentimentale et amicale ou amicale et financière.

D'après ces résultats obtenus, donc nous pouvons affirmer que les parents occupent une place importante sur la motivation de leur enfant à pratiquer leur sport. Ce qui veut dire qu'en dehors de l'influence de l'environnement sportif, il y a aussi celle de l'environnement social.

Ce dernier joue donc un rôle très important dans le processus d'activation de la motivation. Il y a même des joueurs qui soutiennent avoir été poussés à pratiquer le basket, par le fait que l'un de leurs parents était aussi un ancien pratiquant.

Cela nous permet encore de souligner, l'influence socioculturelle que subit la motivation de nos pratiquants de basket-ball.

Maintenant nous allons tenter d'étudier les résultats obtenus au niveau des entraîneurs.

Question 1 : Renseignant s'il arrive aux entraîneurs de faire de la motivation au sein de leur équipe.

A cette question, tous les entraîneurs ont répondu par l'affirmatif.

Cela vient confirmer que les joueurs sentent belle et bien de la motivation au sein de leur équipe, donc un bon climat motivationnel existe, mais nous l'avons dit, cela dépend aussi de l'orientation motivationnel et nous aurons plus tard des informations à ce niveau.

Il faut dire qu'ici au Sénégal, si l'entraîneur se charge en même temps de motiver ses joueurs, aux Etats-Unis il y a des gens qui sont payés pour ça et qu'il ne faut pas confondre avec le préparateur psychologique. Ce sont des gens qui, par exemple en tenant un discours face à une équipe, essaye de créer une émotion au niveau des joueurs pour activer leur motivation.

Question 2 : Renseignant si les entraîneurs ont des outils (stratégies) pour motiver.

La question 2 nous montre que tous les entraîneurs affirment avoir des stratégies pour motiver.

À la question de savoir comment ?

Nous voyons bien qu'ils utilisent la voie verbale. Cette voie verbale peut être assimilée au discours. Maintenant maîtrisent ils toutes les stratégies de motivation en terme de discours pour toucher la sensibilité des joueurs comme le cas des ligues professionnelles américaines ? Parce que signalons que ces gens sont des experts qui agissent de manière professionnelle donc, ils ont forcément subit une formation.

N'ayant aucune preuve sur l'existence d'une structure sportive chargée d'une telle formation au Sénégal, cela peut confirmer notre hypothèse de recherche sur le fait que nos entraîneurs n'ont pas assez d'outils (stratégies) pour motiver et même s'ils en ont, ils les utilisent inconsciemment.

Question 3 : Montrant l'impact de la motivation sur la performance selon les entraîneurs.

Tous les entraîneurs soutiennent que la motivation a de l'impact sur la performance.

Nous pouvons dire que, même si nos entraîneurs n'ont pas assez de stratégies pour motiver, ils sont bien conscients de l'impact de la motivation sur la performance. Cela confirme notre hypothèse de recherche : la motivation a de l'impact sur la performance des joueurs.

Signalons que cette affirmation de l'impact de la motivation sur la performance sportive est autant partagée par les entraîneurs que par les joueurs.

Question 4 : Montrant si les entraîneurs tiennent compte de la capacité technostruture de leurs joueurs en leur confiant une tâche.

Tous les entraîneurs prétendent tenir compte de la capacité technique et tactique de leurs joueurs en leur confiant une tache.

Ce résultat vient justifier le fait que 100% des joueurs que nous avons eus à interroger, affirment être à la hauteur de la tache qu'on leur confie au sein de leur équipe.

Pour nous donner une justification à cela, la plus part des entraîneurs nous ont donné comme exemple dans la gestion de leur équipe lors des matchs, ils disent que les joueurs sont utilisés au bon moment avec des taches bien précises, des taches qu'ils ont déjà maîtrisées au fil des entraînements.

La maîtrise de la tache est très importante, elle rend le joueur plus disponible pour apprendre de nouvelles techniques, donc plus motivé dans sa pratique sportive. Ils choisissent d'effectuer des taches difficiles qui leur permettent de faire preuve de persévérance dans l'effort. Ils s'attachent à développer leur compétence sur le plan personnel.

Ce qui explique peut être le pourcentage obtenu, au niveau des joueurs quand nous leur demandons leurs objectifs pour la saison en cours, 51, 5 % disent vouloir améliorer leur compétence personnelle.

Question 5: Renseignant s'il arrive aux entraîneurs de confier certaines responsabilités à un joueur vis-à-vis des autres.

A cette question, sur l'ensemble des entraîneurs qu'on a eu à interroger un seul affirme ne confiant pas de responsabilités à un joueur vis-à-vis des autres. Tout le reste confirme le contraire.

Cela reflète nos résultats obtenus au niveau des joueurs, qui montrent que 90% des joueurs affirment être responsabilisés dans leur équipe contrairement à 10%.

Les entraîneurs disent qu'il leur arrive de confier des responsabilités à un joueur vis-à-vis des autres. Et ils le font en général, en donnant soit la séance d'étirement, soit celle de l'échauffement à un joueur. Certains soulignent aussi le rôle du capitaine, ainsi que des anciens qui vont se charger d'intégrer les nouveaux.

Cette responsabilisation est très importante, dans la mesure où elle permet une bonne implication des joueurs dans le groupe, et va favoriser un bon climat motivationnel car chaque joueur va se sentir concerner par la bonne marche de son équipe et va s'y investir. Cela vient montrer encore que les joueurs sentent de la motivation au sein de leur équipe.

Question 6 : Montrant si les entraîneurs mettent en valeur les qualités personnelles de chaque joueur.

Tous les entraîneurs confirment qu'ils mettent en valeur les qualités personnelles de chaque joueur.

Cette mise en valeur des qualités personnelles des joueurs par les entraîneurs, s'effectue en général par le biais des systèmes de jeu de l'équipe et par le perfectionnement des techniques individuelles de chacun lors des entraînements.

On peut dire qu'il y a une bonne gestion des joueurs du côté des entraîneurs, parce qu'il y a un respect de la valeur des joueurs, et la mise en exergue de celle-ci. Cette bonne gestion peut engendrer des répercussions positives sur l'évolution des

joueurs au sein de leur équipe, voir même sur leur motivation, dans la mesure où les joueurs sont bien impliqués dans les tâches.

Question 7 : Renseignant si les entraîneurs font une évaluation individuelle de leurs joueurs.

Tous les entraîneurs affirment faire une évaluation individuelle de leurs joueurs.

Cette évaluation se fait à partir de l'observation des statistiques des matchs d'entraînement et officiels, donc nous pouvons dire que les entraîneurs se basent sur les résultats des matchs.

Mais il faut signaler que ces évaluations et ces observations doivent être faites par l'entraîneur d'une telle manière qu'elles engendrent des résultats positifs sur la motivation des joueurs à pratiquer leur sport. L'entraîneur ne doit pas dans ce cas, être préoccupé par le résultat final obtenu qu'il soit échec ou succès, mais plutôt à augmenter la confiance des joueurs dans la pratique du basket.

Seulement, pour cela il faut la connaissance d'un ensemble de procédés par les entraîneurs, ce qui leur permettra de pouvoir bien mener leurs évaluations et leurs observations après les matchs.

Question 8 : Renseignant si les entraîneurs admettent qu'il y a des pratiques mystiques au sein de leur équipe.

Tous les entraîneurs que nous avons eu à interroger, affirment qu'il existe des pratiques mystiques au sein de leur équipe.

Cela vient confirmer que les pratiques mystiques sont belles et bien présentes dans le milieu basket-ball sénégalais.

Question 9 : Renseignant si les entraîneurs sont d'accord sur le fait que les pratiques mystiques sont une forme de motivation chez nos joueurs.

Les entraîneurs affirment que ces pratiques mystiques sont une forme de motivation.

Dans la mesure où les entraîneurs soutiennent que ses pratiques mystiques, sont considérées par les joueurs comme un moyen de se protéger contre celles de l'équipe adverse. Les joueurs se sentent mentalement protégés avec ses pratiques

mystiques. Celles-ci constituent un moyen d'éliminer certains facteurs bloquants tels que la peur, le stress, qui peuvent affecter la motivation.

Ces pratiques mystiques, communément appelées «xons » quand elles sont utilisées par l'équipe adverse pour léser l'autre équipe, occupent de plus en plus une place importante, non pas dans le milieu basket-ball mais dans le sport sénégalais.

Si, ici au Sénégal, ces pratiques mystiques sont utilisées comme un moyen d'effacer certains affects négatifs, en Europe on fait recourt à d'autres méthodes pour lutter contre la peur et le stress. On peut citer par exemple, l'hypnose Ericksonnienne que nous avons eu à énumérer dans notre chapitre 3, dans la présentation d'un tableau de quelques facteurs favorables à la motivation.

Question 10 : Renseignant sur les objectifs des entraîneurs pour cette saison en cours.

Tous les entraîneurs que nous avons interrogés, disent vouloir remporter au moins une coupe.

On peut dire que nous avons au sein des équipes: une orientation, une implication vers l'ego, vers la compétition, et un climat de compétition.

Il existe sûrement au sein des équipes, d'importantes comparaisons sociales, une forte importance accordée à la victoire par les joueurs. Pour ceux-ci la compétence passe par la victoire, ils veulent à tout prix gagné. Dans ce climat de compétition les erreurs sont sanctionnées et la compétition encouragée.

Ainsi si nous retournons à notre interprétation sur la motivation des joueurs, nous pouvons dire que nous sommes quelque part en présence d'une combinaison entre orientation et climat motivationnels, car 51,5% des joueurs sont considérés comme étant fortement orientés vers la tâche et qu'au sein des équipes les entraîneurs ont instauré un climat de compétition.

D'après des études, cette combinaison serait l'idéale : une forte orientation vers la tâche dans un climat de compétition. Cette combinaison devrait produire les plus hauts niveaux de performance, de satisfaction personnelle et de plaisir.

Chapitre 3 Présentation de quelques stratégies de motivation

Dans ce chapitre, nous avons essayé de présenter quelques stratégies que l'entraîneur pourrait utiliser pour influencer positivement sur la motivation des joueurs.

1/ Commentaires après match

Il n'y a malheureusement qu'un vainqueur par épreuve et la plupart des sportifs sont confrontés à des situations d'échec. Or, la simple analyse des commentaires après matchs permet à un observateur attentif de situer le niveau de motivation des perdants.

Lorsqu'un sportif explique son moindre rendement en raison d'un manque d'effort réalisé à l'entraînement, il s'agit sans doute d'un sujet motivé. S'il incrimine la mauvaise qualité du terrain par exemple, où on met en cause la compétence de son entraîneur, il y a lieu de supposer que cet athlète est démotivé.

Ainsi, pour éviter que le sportif ne fasse appel à des causes externes ou instables pour expliquer les résultats de ses performances, l'entraîneur devra constamment centrer son analyse sur la manière dont un résultat a été obtenu

2 / L'organisation des séances d'évaluation après match :

Dans ces commentaires après match, l'objectif de l'entraîneur doit être d'augmenter la confiance des participants aux activités physiques et sportives, en les discréditant de leur bonne performance et en engageant une responsabilité en cas d'échec. Selon Marteus, l'induction d'attributions constructives obéit aux principes suivants : les résultats objectifs doivent s'apprécier au regard de la qualité de prestation bonne ou mauvaise réalisation, succès et accomplissement correct. Dans ce sens, on peut donner un cas où il y a présence de succès et de réalisation correcte. Dans ce cas l'entraîneur pourra attribuer la réussite aux habiletés physiques et psychiques des participants. Il raffermie leurs sentiments de confiance et d'assurance.

Il importe pour lui de ne pas trop insister sur leur mérite lorsqu'il s'agit d'une victoire capitale, car les athlètes pourraient relâcher leurs efforts ultérieurs. Mais en même temps, il ne doit pas tomber dans l'erreur inverse qui consiste à minimiser la portée des résultats obtenus.

L'entraîneur devrait ensuite gratifier particulièrement les joueurs qui ont fourni un effort important et renforcer ceux qui ont atteint leur but de maîtrise ou d'accomplissement personnel. Et, une fois que les apports positifs de l'équipe et des joueurs auront été reconnus, l'entraîneur devra s'attacher à définir des moyens divers permettant de surmonter des défaillances rencontrées.

3/ Le besoin d'accomplissement (Need of achievement)

Les motivations des joueurs peuvent être différentes les unes des autres. Il est certain que la personnalité profonde, l'origine sociale, l'environnement familial, les caractéristiques de l'équipe, le vécu sportif, sont autant de facteurs qui nécessitent une approche individualisée de la part de l'entraîneur. Si des procédés collectifs de renforcement de la motivation peuvent fonctionner, ils possèdent néanmoins leurs limites et ne peuvent remplacer les ajustements individuels conditionnés par la connaissance du profil des motivations du sujet selon son environnement social.

Cependant, au-delà des différences, le besoin d'accomplissement, qui peut d'ailleurs se traduire sous des formes diverses, représente un concept central.

Il ne s'agit pas d'un perfectionnisme illimité, ni même de la manifestation d'une conscience professionnelle à laquelle l'entraîneur fait souvent appel, mais d'un haut besoin de réalisation pour le sportif qui se donne un but lui-même, raisonnable difficile à atteindre.

Pour le joueur, cela signifie réussir son match, prouver sa valeur à chaque occasion et ressentir avant la rencontre un plaisir à l'idée d'atteindre son objectif pour évacuer l'angoisse qui anime les joueurs avant la compétition.

Kretschmer en définit deux formes :

« Bewegungsturn » (tempête de mouvement) : forme active

« Platzangst » (anxiété maximale) : forme immobile.

Mais, il est bien évident que d'autres facteurs, sur lesquels nous reviendrons, favorisent ces états émotionnels.

A cette motivation fondamentale que constitue le « Need of achievement », des auteurs préfèrent la notion de motivations primaires : motivations sociales, identification, projection, suggestibilité, imitation esprit de concurrence, empathie.

4/ **L'analyse de la tâche**

Même si les sportifs ne connaissent que rarement le succès, leurs réalisations motrices peuvent s'avérer excellentes. Ainsi, un bon joueur de un contre un en basket peut effectuer plusieurs tentatives de pénétration et se voit contrer à la suite face à une bonne défense.

Le résultat brut de sa performance se traduit par un échec, puisqu'il n'est pas arrivé à marquer un panier au cours de ses pénétrations. Et pourtant, la réalisation des pénétrations au panier avait été bonne. Dans des situations de ce type, l'entraîneur devrait mettre l'accent non pas sur le résultat négatif de l'action, mais sur l'aptitude du joueur à dominer cette défense.

Donc l'entraîneur ne doit jamais commenter l'échec d'un joueur. Il insiste au contraire sur les bonnes exécutions techniques ou tactiques : « tu as été bon dans une telle ou telle phase de jeu » le joueur sait, par déduction qu'il avait manqué de lucidité ou commis une erreur tactique dans d'autres circonstances du jeu. On évite ainsi tout blocage ou fixation mentale négative.

CONCLUSION GENERALE

La motivation est très importante dans la pratique, voire même dans la performance sportive. Dès lors elle constitue un volet de la préparation psychologique, qui n'est pas très bien assimilé dans notre milieu sportif, vu l'influence socioculturelle qu'elle subit, et le manque de bagages psychologiques de nos entraîneurs.

L'athlète aime son sport, possède des aptitudes pour le pratiquer et y trouve du plaisir. Autant d'éléments qui pourraient faire croire à l'existence d'une motivation naturelle, forte et durable.

Le choix de cette discipline semble impliquer aussi la possession d'aptitudes spécifiques sur le plan psychologique permettant de faire face aux exigences de la compétition.

Des obstacles particuliers nous amènent à nier l'existence d'une motivation permanente et linéaire tout au long d'une saison.

Citons principalement :

La répétition des matchs et la difficulté d'être à chaque fois dans les meilleures dispositions possibles pour réussir une prestation optimale, l'évolution du contexte des rencontres et de l'équipe elle-même en fonction des résultats antérieurs et de l'atteinte ou non des objectifs initialement fixés.

L'entraîneur, conscient de ces problèmes, intervient en permanence pour, selon les circonstances, maintenir, renforcer, voire recréer la motivation. Pour cela il doit avoir des outils ou stratégies pour apporter les solutions qu'il faut à ces problèmes.

Notre étude menée au niveau de notre championnat élite de basket-ball, nous montre comment la motivation est vécue par les joueurs et les entraîneurs. On voit que ceux-ci n'ont pas assez de stratégies pour pouvoir bien agir sur la motivation. Cette dernière a aussi, sans aucun doute un impact très important sur la performance, c'est pourquoi nous avons eu à présenter un tableau de quelques facteurs et méthodes favorables à la motivation, et un ensemble de stratégies de motivation.

Nous voyons aussi que les pratiques mystiques sont bien présentes dans le milieu basket-ball sénégalais. Certains entraîneurs affirment même qu'elles constituent un impact

sur la motivation des joueurs, dans la mesure où elles constituent un moyen de lutter contre quelques facteurs bloquants tels que : le stress, et la peur de l'adversaire.

Vu la portée de la motivation dans la pratique sportive, des formations en psychologie devraient être mises en place à destination des entraîneurs, pour leur amélioration du comportement, et leur permettre de mieux agir psychologiquement sur les joueurs. Ce qui va profiter à ces derniers, qui vont pouvoir se gérer durant et après les compétitions, et éprouver beaucoup de plaisir dans la pratique de leur sport.

La perception motivationnelle de Déci et Ryan explique comment l'entraîneur affecte la motivation des athlètes, souvent c'est même lui qui est pointé du doigt quand le joueur abandonne la pratique de son sport. Pour vous montrer une fois de plus l'importance de cette formation pour les entraîneurs.

Ainsi la fédération peut organiser des séminaires, et pourquoi pas mettre à la disposition des entraîneurs des bourses d'étude à l'étranger pour avoir assez de notions sur ce domaine, pour un bon entretien de la performance des joueurs et pour la bonne marche du basket-ball sénégalais. Et enfin une branche de ce volet psychologique qui est la motivation devrait être créée à l'INSEPS, pour qu'à l'avenir la fédération n'aura pas à donner des bourses étrangères, et de ce fait la formation des entraîneurs sera de bonnes qualités.

BIBLIOGRAPHIE

1. Abraham Maslow, 1970,1987, hiérarchie des besoins, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P23-24.
2. Bandura, 1997, théorie de l'auto efficacité, In Psychologie du sport de Ricard H. Cox. P25-26.
3. Carpenter et Yates, 1997, Duda, 1997, Williams, 1998, orientation vers la tâche et vers l'ego, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P23-24.
4. Deci et Ryan, 1975, 1985, 1991, types de motivation, In Guide de la pratique psychologique du sportif de Edgar Thill et Philippe Fleurance, vigot collection sport et enseignement. P102.
5. Edgar Thill, 1987, commentaires après match, l'organisation des séances d'évaluation, les pratiques rituelles, In Motivation et stratégies de motivation. P125-126.
6. Fox, Goudas, Biddle, Duda et Armstrong, 1994, l'orientation vers l'ego, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P44.
7. Harter, 1978, théorie de la motivation par la compétence, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P27.
8. Hull, 1948, 1951 ; Spence, 1956, théorie des pulsions, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P23.
9. Mc clelland Atkinson, 1950, 1970, Antagonisme Approche évitement, In psychologie du sport de Richard H. Cox. P24.
10. Martens, 1987, l'organisation des séances d'évaluation, In Motivation et stratégies de motivation en milieu sportif d'Edgar Thill. P133.
11. Newton et Duda, 1993, climat motivationnel, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P42.
12. Nicolls, Implication motivationnelle, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P41.
13. Ricard H. Cox, 2005, introduction à la psychologie du sport, In Psychologie du sport. P13.
14. Vallerand, les types de motivation, In Guide de la pratique psychologique du sportif d'Edgard Thill et Philippe Fleurance, Vigot Collection, Sport et Enseignement. P102.
15. Vealey, 1986,1988, le model de confiance en sport, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P29.
16. Williams, Implication motivationnelle, In Psychologie du sport de Richard H. Cox. P41.

ANNEXE 1 :

Questionnaire adressé aux joueurs

Pourquoi vous jouez au basket ?

.....
.....

Sentez-vous de la motivation au sein de votre équipe ?

Oui Non

Eprouvez-vous dès fois le besoin d'être motivés ?

Oui Non

Si oui dans quelles circonstances ?

.....

Que faites-vous de personnel et qui vous motive avant un match ?

.....
.....
.....

Croyez-vous être à la hauteur de la tâche qu'on vous confie dans votre équipe ?

Oui Non

Quels sont vos objectifs pour cette saison en cours (2009-2010)

.....
.....
.....

Quelles sont vos sources de motivation (précisez si elles sont d'ordre amicale, parentale, financière, sentimentale.....)

.....
.....
.....

Avez-vous des responsabilités vis-à-vis des autres joueurs au sein de votre équipe ?

Oui Non

Faites-vous des pratiques mystiques personnelles ?

Oui Non

Faites-vous des pratiques mystiques au sein de votre équipe ?

Oui Non

Croyez-vous que ces pratiques mystiques ont de l'impact sur la motivation ?

Oui Non

ANNEXE 2 :

Questionnaire adressé aux entraîneurs

1. Vous arrive t-il de motiver vos joueurs ?

Oui Non

2. Avez-vous des outils pour motiver ?

Oui Non

Si **Oui**, comment (par voix verbale, gestuelle, financière ou autre) ?

.....
.....

3. Croyez-vous que la motivation a de l'impact sur la performance ?

Oui Non

4. Tenez-vous compte de la capacité technique et tactique de vos joueurs en leur confiant une tâche?

Oui Non

Si **Oui**, comment ?

.....

5. Vous arrive t-il de confier certaines responsabilités à un joueur vis-à-vis des autres ?

Oui Non

Si **Oui**, comment ?

.....

6. Mettez-vous en valeur les qualités personnelles de chacun ?

Oui Non

Si **Oui**, comment ?

.....

7. Vous arrive t-il de faire une évaluation individuelle de vos joueurs ?

Oui Non

Si **Oui**, comment ?

.....

Faites-vous des pratiques mystiques au sein de votre équipe ?

Oui Non

1. Croyez-vous que ces pratiques mystiques sont une forme de motivation ?

Oui Non

Si **Oui**, comment ?

.....

2. Quels sont vos objectifs pour la saison en cours (2009-2010) ?

.....

.....

ANNEXE 3 : TABLEAUX.

Tableau 1 Indiquant le sentiment du joueur concernant l'apport motivationnel de l'équipe à son égard.

Tableau 2 Indiquant si les joueurs sentent dès fois le besoin d'être motivés, si oui dans quelles circonstances.

Tableau 3 Indiquant si les joueurs croient être à la hauteur de la tâche qu'on leur confie.

Tableau 4 Indiquant si les joueurs ont des responsabilités au sein de leur équipe.

Tableau 5 Indiquant si les joueurs font des pratiques mystiques au sein de leur équipe.

Tableau 6 Indiquant si les pratiques se font au sein des équipes.

Tableau 7 Indiquant si les pratiques mystiques ont de l'impact sur la motivation.