

La Psychologie du Sport en Belgique francophone : états des lieux

Xavier Sanchez¹, Fabrice De Zanet² et Philippe Godin³

L'objet de cet article est de présenter le profil des praticiens en psychologie du sport en Belgique francophone, et sa particularité est de considérer non seulement les psychologues du sport (c'est-à-dire ceux et celles qui disposent au minimum d'une licence universitaire en psychologie), mais également tous les professionnels qui exercent dans le domaine de la psychologie du sport. L'enquête décrite ci-dessous a été réalisée 2001. Cet article constitue le résumé d'un article publié en 2004 par les auteurs⁴.

Introduction

Des études antérieures sur le même sujet (la plus proche géographiquement étant celle de Wylleman, De Knop, Delhoux, et Vanden Auweele, 1999⁵, dans la partie flamande du pays) n'ont pris en compte que les professionnels appartenant à la communauté scientifique universitaire. Or, ne considérer que les seuls professionnels qui possèdent à la fois une formation universitaire en psychologie et une affiliation dans le domaine spécifique de la psychologie du sport restreint la vraie réalité du terrain.

Notre choix d'étendre l'échantillon de départ repose également sur deux autres raisons. D'une part, en Belgique, il n'est pas encore nécessaire de posséder la moindre reconnaissance ou formation spécifique en psychologie du sport pour exercer dans ce secteur. D'autre part, sur le terrain, parmi les professionnels qui exercent dans le domaine de la psychologie du sport, tous ne sont pas affiliés à une société scientifique de psychologie du sport.

La présente étude tente donc d'identifier, d'examiner et de dresser le profil des intervenants en psychologie du sport en considérant l'échantillon le plus large possible, à savoir tout professionnel potentiellement actif dans le domaine de la psychologie du sport, indépendamment de sa formation ou de son éventuelle affiliation à, et/ou certification par, une société scientifique.

Méthode

La première étape de l'étude a été d'identifier les professionnels qui proposent des services en psychologie du sport dans la partie francophone du pays. A cette fin, nous avons contacté les membres de différentes associations professionnelles de psychologues ainsi que d'autres personnes offrant potentiellement des services en psychologie du sport ou possédant un lien avec le milieu du sport (par exemple : les fédérations Olympiques et non Olympiques, les centres sportifs, les associations de promotion de la santé, les centres médicaux et les membres des associations de sophrologie et de PNL).

Un total de 89 personnes ont ainsi été identifiées et contactées par téléphone afin de s'assurer qu'elles rencontraient les critères de l'étude. Parmi ces personnes, 64 ont déclaré ne pas offrir de service à l'intention de sportifs. Dans la mesure où ces professionnels ne répondaient pas aux critères de notre étude, ils n'ont pas été inclus dans notre échantillon final.

Les 25 personnes restantes ont reçu un courrier comprenant des informations sur le but de l'étude, un questionnaire avec les instructions pour y répondre et une enveloppe timbrée pour envoyer la réponse.

Le questionnaire envoyé était divisé en quatre parties : a) informations démographiques générales (âge, sexe, emploi, etc.) et formation certifiée (degré d'études, spécialité professionnelle) ; b) affiliation à des

¹ Edge Hill College (Angleterre)

² Optimum Coaching (Belgique)

³ Université catholique de Louvain (Belgique)

⁴ Sanchez, X., Godin, P., & De Zanet, F. (2004). Who delivers Sport Psychology Services? Examining the field reality in Europe. *The Sport Psychologist*, 19, 81-92.

⁵ Wylleman, P., De Knop, P., Delhoux, J., & Vanden Auweele, Y. (1999). Current status and future issues of sport psychology consultation in Flanders. *The Sport Psychologist*, 13, 99-106.

associations et/ou sociétés, scientifiques ou non, reconnues officiellement ou non ; c) raisons invoquées par les athlètes lorsqu'ils consultent, stratégies utilisées pour répondre à ces demandes, caractéristiques d'un « bon » consultant et, enfin, caractéristiques d'une atmosphère optimale de travail ; enfin, d) recueil des initiatives à prendre en vue d'améliorer la qualité des services offerts dans le domaine de la psychologie du sport.

Dix-huit questionnaires furent renvoyés (soit un taux de réponse de 72%). Toutefois, 5 questionnaires étaient incomplets et n'ont donc pas été inclus dans l'analyse. En conclusion, les données recueillies portent sur un échantillon de 13 personnes (10 hommes et 3 femmes).

Principaux résultats

Sur les 13 personnes constituant l'échantillon final, 8 personnes (61 %) sont ou ont été employées directement ou indirectement dans la filière académique (6 à l'université et 2 dans l'enseignement supérieur), 3 personnes (23%) disent travailler comme psychothérapeutes, 1 est kinésithérapeute et la dernière est maître-nageur. Tous mentionnent que l'activité de psychologue du sport est une seconde activité professionnelle.

Neuf personnes (69%) ont une formation universitaire et 8 d'entre elles bénéficient, au moins, d'une formation en psychologie. Les 4 autres professionnels de l'échantillon (31%) ne possèdent pas de formation de niveau universitaire (2 sont sophrologues, 1 est kinésithérapeute et la dernière personne dispose d'une formation militaire).

D'une manière générale, la principale raison de consultation invoquée concerne la gestion du stress. Le manque de confiance en soi et la motivation font également partie des raisons pour lesquelles les sportifs consultent. Les techniques et méthodes cognitivo-comportementales sont les stratégies les plus souvent utilisées par les consultants. Certains font également appel à des stratégies d'intervention relevant de la psychothérapie d'orientation systémique. Enfin, différentes techniques comme l'hypnose, la sophrologie ou la PNL sont également utilisées.

Les répondants considèrent qu'un bon consultant en psychologie du sport doit (a) être capable de s'adapter ou de se sentir à l'aise dans n'importe quelle situation, sportive, avec l'athlète ; (b) posséder des connaissances générales ou spécifiques à propos du sport et de la psychologie du sport et (c) posséder une expérience de terrain. Les répondants ne considèrent toutefois pas l'expérience de terrain comme une caractéristique significative. Une autre tendance intéressante se dégage. Les répondants indiquent qu'une formation spécifique en psychologie du sport est préférable à une formation en psychologie clinique.

Ces résultats rejoignent les conclusions de Partington et Orlick (1991)⁶ : si la qualité des services offerts requière à la fois des qualités personnelles et relationnelles, ces aspects doivent être considérés dans tout programme de formation à la psychologie du sport. Étonnement, personne ne considère nécessaire d'avoir été un ancien athlète, contrairement à ce qui est souvent entendu dans le monde sportif et considéré comme un critère de sélection par les preneurs de décision.

En ce qui concerne la perception des besoins futurs pour le développement de la psychologie du sport, les répondants, dans leur grande majorité (69%), indiquent que le monde du sport devrait être davantage sensibilisé à la psychologie du sport et au rôle des psychologues du sport. Quatre personnes soulignent le besoin d'une formation certifiée en psychologie du sport (dans les sciences du sport et en psychothérapie). Deux répondants défendent l'idée d'une reconnaissance officielle de la psychologie du sport par les autorités et de la définition d'un statut légal pour le psychologue du sport.

⁶ Partington, J., & Orlick, T. (1991). An analysis of Olympic sport psychology consultants' best-ever consulting experiences. *The Sport Psychologist*, 5, 183-193.

Conclusions

La présente enquête avait pour objectif de donner un aperçu de la situation de la psychologie du sport dans la partie francophone du pays tout en ne limitant pas l'enquête aux seuls psychologues affiliés à une association professionnelle. Et il apparaît, dans la réalité, que seuls 7 répondants, soit la moitié de notre échantillon, sont affiliés à une association de psychologie du sport.

Ce survol révèle l'image du statut de la psychologie du sport appliquée en Belgique francophone et démontre qu'il y a encore beaucoup de place pour son développement. Au moment de l'enquête, aucun répondant n'était employé à temps plein ni même à temps partiel comme psychologue du sport professionnel. Qui plus est, des psychologues bénéficiant d'une formation universitaire et d'autres professionnels sans une formation reconnue ou dûment certifiée coexistent.

Le besoin de proposer des programmes de formation en psychologie du sport et des critères d'accréditation est évident, car si l'on utilisait les critères habituellement utilisés dans certains pays comme les USA, le Canada, la Grande Bretagne ou l'Australie, un seul répondant aurait le « droit » d'intervenir comme psychologue du sport.

Les autres, parce qu'ils ne rencontrent pas les critères attendus, ne pourraient délivrer de tels services auprès d'instances officielles. Or, au moment de l'enquête (2001), il est apparu qu'en Belgique francophone des instances officielles faisaient appel à des intervenants qui ne bénéficiaient d'aucune formation reconnue pour réaliser des interventions ou délivrer des formations en psychologie du sport.

Pour sensibiliser ces instances officielles, les associations professionnelles telle que la Société Belge Francophone de Psychologie du Sport⁷ se doivent d'être proactives. Mais, il est tout aussi crucial que les instances politiques supportent de telles actions par une législation adéquate.

⁷ <http://www.ecsa.ucl.ac.be/sbfps/SBFPSfrançais.htm>