

**CONTRIBUTION A LA VALIDATION EN LANGUE FRANÇAISE D'UN OUTIL DE
MESURE DES STRATEGIES MENTALES :
LE « TEST DES STRATEGIES DE PERFORMANCE »**

N. Debois¹, J. Quillet², A. Sylvestre², & C. Calmels¹

¹Institut National des Sports et de l'Education Physique, Paris, France

²UFRSTAPS Paris V, Paris, France

Mots-clés : stratégies mentales, validation questionnaire

Introduction

Depuis les années 80, plusieurs outils psychométriques de mesure des habiletés ou des stratégies mentales des sportifs ont été développés dans une perspective d'aide à l'intervention, notamment l'«Ottawa Mental Skills Assessment Tool» (OMSAT-3 ; Durand-Bush, Salmela, & Green-Demers, 2001) et le «Test Of Performance Strategies» (TOPS ; Thomas, Murphy, & Hardy, 1999). Ces habiletés ou stratégies mentales sont définies comme des processus ou techniques permettant de contrôler ou de diriger les pensées, les sentiments ou les émotions indispensables à la performance (Smith, 1993).

A ce jour, seule une version française de l'OMSAT-3 a été utilisée (Fournier, Calmels, Durand-Bush, & Salmela, sous presse). Ce questionnaire permet de mesurer douze habiletés mentales réparties en trois catégories (i.e., habiletés de base, habiletés psycho-somatiques, habiletés cognitives). Cependant, si les qualités psychométriques de ce test en font un outil de référence aussi bien en recherche que dans une perspective d'aide à l'entraînement, il ne distingue pas les stratégies mentales mises en œuvre à l'entraînement de celles développées en compétition. Le TOPS opère cette distinction. Il apparaît ainsi comme un outil complémentaire de l'OMSAT-3, susceptible d'affiner les procédures d'évaluation des habiletés et stratégies mentales des sportifs. La présente étude avait donc pour objet d'opérer une première étape de validation du TOPS en langue française.

Méthode

Participants

413 sportifs ($m_{\text{âge}} = 23.30$ $\sigma = 6.45$), pratiquant différents sports (entraînement et compétitions) ont participé à l'étude. On dénombre 117 filles et 296 garçons, de catégories minimales à vétéran (76.7% seniors).

Questionnaire

Dans sa version d'origine, le TOPS comprend 64 items, auxquels le participant répond selon une échelle de type Likert en 5 points. Il comprend deux échelles distinctes de 32 items, l'une mesurant les stratégies mises en œuvre à l'entraînement (e.g., « Pour l'entraînement, je me fixe des objectifs réalistes mais stimulants »), l'autre les stratégies mises en œuvre en compétition (e.g., « Je me parle à moi-même pour m'aider dans la réalisation de ma performance en compétition »). Chaque échelle est constituée de 8 sous-échelles de 4 items chacune : (1) l'activation, (2) la relaxation, (3) l'imagerie, (4) la fixation de but, (5) le contrôle émotionnel, (6) le contrôle attentionnel pour l'échelle d'entraînement et le contrôle des pensées parasites pour l'échelle de compétition, (7) le discours interne, et (8) l'automatisme.

Procédure

Dans un premier temps, deux chercheurs bilingues ont utilisé la technique de la «traduction renversée» (Brislin, 1986), pour élaborer une version préliminaire du TOPS. La version obtenue a été testée auprès d'un nombre réduit de participants afin de vérifier la compréhension des items et d'effectuer quelques ajustements. Puis, la version définitive a été proposée à chacun des participants de la présente étude dans des conditions similaires (i.e., hors entraînement et compétition)

Analyse des données

L'évaluation de la structure factorielle a été réalisée pour chaque échelle (i.e., entraînement, compétition) à partir d'une analyse en composantes principales (ACP) avec rotation varimax. Seul le nombre de facteur dont la valeur propre était supérieure à 1 a été retenu. De plus, chaque item devait présenter un coefficient de saturation $> .40$ sur un seul facteur pour être conservé. La consistance interne de chaque sous-échelle a été vérifiée par un calcul de coefficients alpha de Crombach.

Résultats

Echelle « Entraînement » - L'ACP a conduit à extraire 8 facteurs expliquant 57.4% de la variance. Par rapport au questionnaire d'origine, le facteur 1 (items 2, 16, 47, 51) correspond à la sous-échelle « discours interne » ($\alpha = .73$). Le facteur 2 (items 20,39,60,61) correspond à la sous-échelle « contrôle émotionnel » ($\alpha = .70$). Le facteur 3 (items 5,6,15,27) correspond à la sous-échelle « relaxation » ($\alpha = .79$). Le facteur 4 (items 23,29,48) correspond à la sous-échelle « automaticité » ($\alpha = .41$). Le facteur 5 (items 4,38,44,45,50) correspond à la sous-échelle « contrôle attentionnel » ($\alpha = .70$). Le facteur 6 (items 3,12,42,64) correspond à la sous-échelle « imagerie » ($\alpha = .69$). Le facteur 7 (items 1,10,37,48,53,58) correspond à la sous-échelle « fixation de buts » ($\alpha = .77$). Le facteur 8 (items 35, 49) correspond à la sous-échelle « activation ». La mesure de l'alpha de Crombach n'a pas été réalisée pour ce facteur. On constate par ailleurs que l'item 19 ne sature nulle part.

Echelle « Compétition » - L'ACP a conduit à extraire 8 facteurs expliquant 62.1% de la variance. Par rapport au questionnaire d'origine, le facteur 1 (items 7,22,26,46) correspond à la sous-échelle « fixation de but » ($\alpha = .81$). Le facteur 2 (items 24,31,43,62,63) correspond à la sous-échelle « contrôle émotionnel » ($\alpha = .79$). Le facteur 3 (items 11,30,41,54) correspond à la sous-échelle « automaticité » ($\alpha = .69$). Le facteur 4 (items 18,34,55,59) correspond à la sous-échelle « imagerie » ($\alpha = .74$). Le facteur 5 (items 21,33,36,57) correspond à la sous-échelle « discours interne » ($\alpha = .75$). Le facteur 6 (items 8,17,25) correspond à la sous-échelle « relaxation » ($\alpha = .77$). Le facteur 7 (items 9,14,32,56) correspond à la sous-échelle « pensées parasites » ($\alpha = .77$). Le facteur 8 (items 13,28,40,52) correspond à la sous-échelle « activation » ($\alpha = .70$).

Discussion

La version française du TOPS testée dans cette étude présente de bonnes similitudes avec les caractéristiques du questionnaire d'origine. Ainsi, 27 items sur 32 permettent de reconstituer 6 sous-échelles parmi les huit qui composent l'échelle de mesure des stratégies mises en œuvre à l'entraînement, tandis que 31 items sur 32 permettent de reconstituer sept sous-échelles parmi les huit qui composent l'échelle de mesure des stratégies compétitives. Si le constat de la présence dans cette version de six items défailants invite à poursuivre plus avant la procédure de validation du TOPS, son utilisation dans une perspective d'aide à l'entraînement peut d'ores et déjà être envisagée.

Références

- Durand-Bush, N., Salmela, J.H., & Green-Demers, I. (2001). The Ottawa Mental Skill Assessment Tool (OMSAT-3). *The Sport Psychologist*, **15**, 1-19.
- Fournier, J., Calmels, C., Durand-Bush, N., & Salmela, J. (in press). Effects of a season-long PST program on gymnastic performance and on psychological skills. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- Smith, M. (1993). Développement des aptitudes mentales pour les athlètes de haut niveau. *Science du Sport*, **13**, 1-12.
- Thomas, P.R., Murphy, S.M., & Hardy, L. (1999). Test of performance strategies : Development and preliminary validation of a comprehensive measure of athletes' psychological skills. *Journal of Sport Sciences*, **17**, 697-711.