

**VALIDATION EN LANGUE FRANÇAISE D'UN OUTIL DE MESURE  
DES STRATÉGIES MENTALES D'ENTRAÎNEMENT ET DE COMPÉTITION : LE  
« TEST DES STRATÉGIES DE PERFORMANCE »**

**Debois N.<sup>1</sup>, Courtois A.<sup>2</sup>, Loaique P.<sup>1</sup>, Mazurier N.<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Laboratoire de Psychologie et d'Ergonomie du Sport, INSEP, Paris (France)*

<sup>2</sup>*Université Paris V (France)*

### **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'entraînement, notamment le « Test Of Performance Strategies » (TOPS ; Thomas, Murphy, & Hardy, 1999). L'intérêt du TOPS réside dans le fait qu'il constitue actuellement le seul questionnaire permettant d'évaluer de manière distincte les stratégies mentales que les sportifs mettent en œuvre à l'entraînement de celles utilisées en compétition. Aussi, une procédure de validation de cet outil en langue française a-t-elle été entreprise. Une première version testée dans une précédente étude (Debois, Quillet, Sylvestre, & Calmels, 2004) présentait de bonnes similitudes avec les caractéristiques du questionnaire d'origine, sans pour autant être totalement valide. La présente étude constitue donc une seconde étape dans la procédure de validation du TOPS en langue française.

### **Méthode**

#### *Participants*

341 sportifs ( $m_{\text{âge}} = 23.26$   $\sigma = 6.79$ ), dont 102 filles et 239 garçons, de catégories minimale à vétérane (70.4% seniors) et pratiquant différents sports de compétition, ont participé à l'étude.

#### *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, les items défectueux de la première version française (Debois & al., 2004) ont été reformulés en comité. Puis, la version corrigée a été proposée à chacun des participants de la présente étude dans des conditions similaires (i.e., hors entraînement et compétition)

### **Analyse des données**

De manière comparable au procédé utilisé par les auteurs du questionnaire d'origine (Thomas & al., 1999), l'évaluation de la structure factorielle a été réalisée pour chaque échelle (i.e., entraînement, compétition) à partir d'analyses 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  $>.30$  sur un seul

facteur pour être conservé. La consistance interne de chaque sous-échelle a été vérifiée par un calcul du coefficient alpha de Crombach.

### **Résultats**

*Echelle « Entraînement »* - L'ACP a conduit à extraire 8 facteurs expliquant 58.9% de la variance. Par rapport au questionnaire d'origine, le facteur 1 (items 1,37,53,58) correspond à la sous-échelle « fixation de buts » ( $\alpha = .82$ ). Le facteur 2 (items 20,39,60,61) correspond à la sous-échelle « contrôle émotionnel » ( $\alpha = .74$ ). Le facteur 3 (items 5,6,15,27) correspond à la sous-échelle « relaxation » ( $\alpha = .79$ ). Le facteur 4 (items 4,19,45,50) correspond à la sous-échelle « contrôle attentionnel » ( $\alpha = .77$ ). Le facteur 5 (items 10,23,29,48) correspond à la sous-échelle « automaticité » ( $\alpha = .42$ ). Cependant on constate que l'item 10 présente un coefficient de saturation  $>.30$  sur trois facteurs. Le facteur 6 (items 2,16,35,47,49,51) correspond à la sous-échelle « discours interne » ( $\alpha = .49$  pour les 6 items ;  $\alpha = .75$  pour les 4 items de la sous-échelle d'origine). Le facteur 7 (items 3,12,42,64) correspond à la sous-échelle « imagerie » ( $\alpha = .61$ ). Le facteur 8 (items 35, 49) correspond à la sous-échelle « activation » ( $\alpha = .44$ ).

*Echelle « Compétition »* - L'ACP a conduit à extraire 8 facteurs expliquant 65.2% de la variance. Par rapport au questionnaire d'origine, le facteur 1 (items 8,17,25,43) correspond à la sous-échelle « relaxation » ( $\alpha = .82$ ). Le facteur 2 (items 18,34,55,59) correspond à la sous-échelle « imagerie » ( $\alpha = .80$ ). Le facteur 3 (items 11,30,41,54) correspond à la sous-échelle « automaticité » ( $\alpha = .82$ ). Le facteur 4 (items 21,33,36,57) correspond à la sous-échelle « discours interne » ( $\alpha = .76$ ). Le facteur 5 (items 24,31,62,63) correspond à la sous-échelle « contrôle émotionnel » ( $\alpha = .80$ ). Le facteur 6 (items 7,22,26,46) correspond à la sous-échelle « fixation de but » ( $\alpha = .82$ ). Le facteur 7 (items 9,14,32,56) correspond à la sous-échelle « pensées négatives » ( $\alpha = .78$ ). Le facteur 8 (items 13,28,40,52) correspond à la sous-échelle « activation » ( $\alpha = .74$ ).

### **Discussion**

La version française du TOPS testée dans cette étude présente de bonnes similitudes avec les caractéristiques du questionnaire d'origine. Ainsi, les huit sous-échelles constituant l'échelle de mesure des stratégies compétitives apparaissent valides. De même, 5 sous-échelles parmi les huit qui composent l'échelle de mesure des stratégies mises en œuvre à l'entraînement présentent une bonne validité. En revanche, 3 items (10,35,49) apparaissent devoir être reformulés, et la faible consistance interne de 3 sous-échelles de mesure des stratégies mises en œuvre à l'entraînement (i.e., activation, automaticité, imagerie) invitent à reconsidérer pour les améliorer les items qui les composent. Cependant, si la présence dans cette version de quelques items défaillants 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**

- Debois, N., Quillet, J., Sylvestre, A., & Calmels, C. (2004, avril). Contribution à la validation en langue française d'un outil de mesure des stratégies mentales : le « Test des Stratégies de Performance ». Communication présentée aux *Journées Nationales de la Société Française de Psychologie du Sport*, Grenoble.
- 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.