

LES ECOLES DE L'INJS



ECOLE DES SPORTS

Basket ball - Volley ball - Hand ball
- Boxe Rugby – Danse – Base ball –
Judo -Gymnastique – Musique -
Athlétisme – Football – Tennis de
table – Badmington

Jours et heures

Mercredi : 14H30 – 16H30

Samedi ; 08H – 10 H

Contacts : 00237 677 73 78 13



ECOLE D'ENTREPRENEURIAT ET DE MANAGEMENT DES PROJETS (E.E.M.P)

Durée de la formation 3 à 6 Mois

Cycles 1 et 2

Jours et heures

Mercredi : 16 H – 18 H

Samedi ; 08 H – 15 H

Contacts : 00237 677 34 20 90



ECOLE DE DEVELOPPEMENT ET DE MANAGEMENT DES COLLECTIVI- TES TERRITORIALES DECENTRA- LISEES (EDMCTD - INJS)

Durée de la formation 12 mois

Jours et Heures

Mercredi : 16H – 20H

Vendredi : 16H - 20H

Samedi ; 08H – 16 H

Contacts : 00237 697 32 73 94

00237 675 97 38 46



ECOLE DE MASSOTHERAPIE

Procurer le savoir pour un bien être par le
massage, c'est notre affaire

Durée de la formation 03 mois

Jours et Heures

Lundi-Vendredi : 17H – 21H

Samedi ; 09H – 15 H

Contacts : 00237 675 50 71 42

00237 691 37 05 82

E-mail : hamadoubaidi@yahoo.fr



The Research Books of the NIYS N° 1

Les Cahiers de Recherche de l'INJS N° 1

LES CAHIERS DE RECHERCHE DE L'INSTITUT NATIONAL DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS DE YAOUNDE - CAMEROUN

THE RESEARCH BOOKS OF THE NATIONAL INSTITUTE OF YOUTH AND SPORTS OF YAOUNDE - CAMEROON



**REVUE SCIENTIFIQUE INTERDISCIPLINAIRE
DE L'INSTITUT NATIONAL DE LA JEUNESSE ET
DES SPORTS (RESI)**

***INTERDISCIPLINARY SCIENTIFIC REVIEW OF
NATIONAL INSTITUTE OF YOUTH AND SPORTS
(ISRN)***

Contact / Contact
cafedeslabos@gmail.com
(00237) 222.23.08.35 / 672.51.48.98/ 694.60.90.00

INJS Yaoundé / NIYS Yaoundé

VOLUME 1 - NUMERO 1 - JANVIER 2021

VOLUME 1 - NUMBER 1 - JANUARY 2021

*Une publication du Café Des Laboratoires de l'INJS (CDLI)
A publication of NIYS "Café Des Laboratoires"*

Directeur de Publication / Director of Publication
Dr. EBAL MINYE Edmond

Coordonnateur Administratif / Administrative Coordinator
Dr. WADOUM FOFOU Chamberlain

Coordonnateur Technique / Technical Coordinator
M. FOU DA Victor

Coordonnateur Scientifique / Scientific Coordinator
Dr ONOMO ONOMO Modeste Ghislain

Rédacteur en chef / Editor in Chief
Dr MBIDA NANA Frank Michael

Comité Scientifique / Scientific Committee

Pr. ABDOU TEMFEMO (Université de Douala) ;
Pr. Aime BONNY (Université de Douala) ;
Pr. AMA Pierrot (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Pr. ATCHADE Alex (Université de Yaoundé 1) ;
Pr. AYISSI Lucien (Université de Yaoundé 1) ;
Pr. BILONG Charles Felix (Université de Yaoundé 1) ;
Pr. BLOSSOM NGUM FONDO (Université de Yaoundé 2) ;
Pr. BUNDE-BIRUSTE Anne (Université Australia) ;
Pr. CHARRIER Dominique (Université Paris Saclay) ;
Pr. CHAZAUD Pierre (Université de Lyon 1) ;
Pr. DANSOU Pierre (Université d'Abomey-Calavi) ;
Pr. FEUDJO Jules Roger (Université de Dschang) ;
Pr. GBENOU Joachim (Université d'Abomey-Calavi) ;
Pr. HONTA Marina (Université de Bordeaux 2) ;
Pr. KEMO KEIMBOU David Claude (Université Paris Saclay) ;
Pr. LAHAN Magloire (Université d'Abomey-Calavi) ;
Pr. MANDENGUE Samuel Honoré (Université de Douala) ;
Pr. MARCHISET Gilles-Vieille (Université de Strasbourg) ;
Pr. MBEDE Raymond (Université de Yaoundé 1) ;
Pr. MENYE NGA Germain (Université de Ngaoundéré) ;
Pr. NGO BOUM Elisabeth (Université de Maroua) ;
Pr. OWONA NGUINI Mathias Eric (Université de Yaoundé 2) ;
Pr. SAID AHMAIDI (Université de Picardie Jules Vernes) ;
Pr. SOSSO Aurelien Maurice (Université de Yaoundé 1) ;
Pr. SOULE Bastien (Université de Lyon 1) ;
Pr. TABI MANGA Jean (Centre d'Etude Africain Olympiques) ;
Pr. TAN Paul Vernyuy (Université de Yaoundé 1) ;
Dr. AMOUGOU Martial (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. BAKENA Emmanuel (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. BISSOU MAHOP Josué (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. BONOY LAMOU (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. DOHBOBGA Macias NWANA NDINGA (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. EBAL MINYE Edmond (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. EYENGA Jean Marie (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. GUESSOGO Wiliam (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. HABIT Bienvenu (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. HAMADOU André (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. KONTCHOU Bernard (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. MANGA André (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. MBIDA NANA Frank Michael (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. MBOUH Samuel (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. MIBO'O Pascale (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. NGAPOUT Jean Jaurès (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. NGUEND Jean Marie (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;
Dr. NTSA NKOA Roger (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;

Dr. ONOMO ONOMO Modeste Ghislain (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;

Dr. SAIDOU Victor (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;

Dr. TADJORE NDJOCK Maurice (Institut National de la Jeunesse et des Sports) ;

Dr. TADO OUMAROU (Institut National de la Jeunesse et des Sports) ;

Dr. TCHOMO (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;

Dr. TINKEU NGUIMGOU Narcisse (Université de Bourgogne Franche Comté) ;

Dr. VIGNAL Bénédicte (Université de Lyon 1) ;

Dr. WADOUM FOFOU Chamberlain (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé)

Dr. WOUASSI Dieudonné (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé)

Dr. YANO YANO Jean Pierre (Institut National de la Jeunesse et des Sports)

Dr. YATCHO YABEN (Institut National de la Jeunesse et des Sports).

Comité de lecture / Reading panel

Dr. ONOMO ONOMO Modeste Ghislain (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé)

Dr. BAKENA Emmanuel (Institut National de la Jeunesse et des Sports) ;

Dr. SAIDOU Victor (Institut National de la Jeunesse et des Sports) ;

Dr. HAMADOU André (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;

Dr. GUESSOGO Wiliam Richard (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé) ;

M. FOU DA OMGBA NSI Landry (Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé).

M. DJOWOUO PETKEU Pierre (Institut National de la Jeunesse et des Sports).

M. ETUGE elvis ENOSSALLE (Institut National de la Jeunesse et des Sports).

Mme AKWEN NGWEFOR KOTI (Institut National de la Jeunesse et des Sports).

TABLE DES MATIERES

Partie I - Biologie appliquée aux activités physiques et sportives

Effets d'un programme de travail de type endurance aérobie sur les paramètres anthropométriques, posturaux et physiologiques des étudiants de l'institut national de la jeunesse et des sports de yaoundé ; Ebal et al. 1

Évaluation du niveau d'activité physique du personnel des services centraux de trois ministères au cameroun ; Hamadou et al. 11

The effectiveness of transcutaneous electrical nerve stimulation treatment protocol combined to cryokinetics compared to cryotherapy on the management of acute an sub acute ankle sprain amongst cameroonians elite's sportmen ; Mbouh et al. 18

Partie II - Sciences humaines et sociales appliquées aux activités physiques et sportives

Etude de satisfaction des usagers des stades de la coupe d'afrique des nations (can) feminine de football « cameroun 2016 » ; Onomo et al 27

Analyse de l'injection de consommation des visiteurs de la coupe d'afrique des nations (can) feminine de football « cameroun 2016 » ; Saïdou et al. 40

Trait d'anxiété compétitif et affects émotionnels: Etude auprès d'un groupe de handballeuses de niveau universitaire spécialistes du jet de 7 (Sept) mètres ; Dissake et al. 48

Logiques d'occupation des espaces sportifs dans la ville de yaounde : des politiques publiques aux acteurs non institutionnels ; Mbida 59

Perception of the sports environment and motivation of professional footballers in the cameroonian championships ; Tinkeu 72

Concept de soi physique des élèves-enseignants d'eps de l'institut national de la jeunesse et des sports de yaoundé et leurs performances au cours de l'apprentissage du grimper à la corde ; Ntsa 81

La crise identitaire chez les enseignants d'éducation physique et sportive au cameroun de 1982 à 2007 ; Yano 93

Les representations sociales du handisport au benin : analyse du contenu chez des étudiants en sciences du sport ; Bayiha 108

Trajectoires historiques des structures de formations des cadres d'éducation physique et sportive (1950-2011) ; Béa 120

L'insertion socioprofessionnelle des personnes handicapées au cameroun : mythe ou realite ? Bakena 130

Partie III - Sciences humaines et sociales appliquees a l'Animation, aux Loisirs et à l'Education Civique

L'intention entrepreneuriale de la jeunesse extra scolaire des pays africains : cas du cameroun ; Wadoum139

Developpement professionnel et humanisation des conditions de détention au cameroun : cas de la prison centrale de yaounde.....149

TRAIT D'ANXIÉTÉ COMPÉTITIF ET AFFECTS ÉMOTIONNELS: ETUDE AUPRÈS D'UN GROUPE DE HANDBALLEUSES DE NIVEAU UNIVERSITAIRE SPÉCIALISTES DU JET DE 7 (SEPT) MÈTRES.

DISSAKE MBARGA Michel^{1,2*}, Emmanuel AMBANE¹, LONLA MAGOPOUO Béatrice^{1,3}

1 Centre de Recherche en Sciences et Techniques de l'Activité Physique et sportive - Laboratoire des Sciences Humaines et Sociales appliquées aux Activités Physiques et Sportives - Institut National de la Jeunesse et des Sports de Yaoundé - Cameroun.

2 Faculté des Sciences de l'Éducation, Département de l'Éducation physique, santé et loisirs, Université de Ngaoundéré.

3 Faculté des Sciences de l'Éducation, Département d'éducation spécialisée, Université de Yaoundé I.

*Auteur correspondant: michel.dissake2@gmail.com

Résumé

Le but de cette étude est d'examiner les fluctuations émotionnelles ressenties par les handballeuses spécialistes du jet de 7 mètres, lors de son exécution en fonction de leur trait d'anxiété compétitif. Onze (11) joueuses de niveau universitaire, âgées de 20-27 ans ont été ciblées. Le *Sport Competitive Anxiety Test* (SCAT), a été utilisé pour déterminer le degré de leur trait d'anxiété. Pendant la compétition, le *Positive and Negative Affects Scales* (PANAS) leur a été administré en deux périodes distinctes conjointement avec le *Competitive State Anxiety Inventory - 2* (CSAI-2) comportant seulement deux dimensions à savoir: "l'intensité" et la "direction". Les résultats montrent que les relations entre les affects et les dimensions de l'anxiété pré et post-compétitives sont faibles ($0,06 \geq r \leq 0,75$). La corrélation la plus élevée est de 0,75 et se situe entre l'intensité et la direction de la confiance en soi précompétitives (30mn). Il existe une différence statistiquement significative ($P < 0,05$) dans la distribution des affects précompétitifs. Les sujets au trait d'anxiété élevé présentent plus d'affects négatifs précompétitifs que leurs homologues au trait d'anxiété bas et interprètent leur état d'anxiété comme étant plus favorable à leur performance.

Mots clés: *Affects, Jet de 7mètres, Trait d'anxiété, Etat d'anxiété, Performance.*

Abstract

The purpose of this study is to examine the emotional fluctuation experienced by female handball players specialising in the 7-metre throw during its execution, depending on their competitive anxiety trait. Eleven (11) university players aged 20-27 years were targeted. The *Sport Competitive Anxiety Test* (SCAT) was used to determine the extent of their anxiety trait. Throughout the competition, they completed the *Positive and Negative Affects Scales* (PANAS) on two separate occasions, together with the *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) delving into only two aspects: "intensity" and "direction". The results therefore show that the relation between affects and pre and post competitive dimensions of anxiety are weak ($0,06 \geq r \leq 0,75$). The highest correlation is 0.75 and its located between the intensity and direction of pre competitive (30mn) self-confidence. There is a significant statistical difference ($P < 0,05$) in the distribution of pre-competitive affects". Subjects with high anxiety trait have more negative pre-competitive affects than those with low trait anxiety and interpret their anxiety state as being more favourable to their performance.

Key words: *Affects 7metre throw, anxiety trait, anxiety state, Performance.*

1. Introduction

La performance sportive est la conjugaison des aspects physiologiques et de plusieurs autres facteurs. Pour Billat (2003), «*la performance sportive est une action motrice, dont les règles sont fixées par l'institution sportive, permettant au sujet d'exprimer ses potentialités physiques et mentales*». Il est admis qu'à valeur égale entre les aptitudes technico-tactiques, les qualités physiologiques et la connaissance sur la discipline sportive, la différence s'établit sur le plan psychologique. Pilvein (1979) souligne que: «*à l'avenir, les différences entre athlètes de haut niveau auront une origine davantage psychologique que physiologique*». Peut-on en déduire que l'intervention répétée d'un psychologue du sport auprès d'une équipe ou d'un athlète est automatiquement synonyme d'un rendement accru de la performance sportive? Loin de là. Cependant, l'athlète doit parvenir à un stade où, il peut être capable de s'auto contrôler à tous les niveaux car? il faut le souligner, trop de contrôle extérieur diminue l'espace de décision de l'athlète.

Les athlètes (sportifs) savent généralement être physiquement prêts pour des compétitions d'envergure, mais ces bonnes préparations au contraire sont souvent couronnées de contre-performances. Qu'est-ce qui peut en être la cause? Ils sont souvent prêts à dire à qui veut les entendre à la veille d'une compétition: «*nous sommes prêts techniquement, tactiquement et physiquement à affronter telle ou telle rencontre*». En effet, ils semblent mieux maîtriser et quantifier facilement les paramètres de performance; mais lorsqu'il faut qu'ils se prononcent sur leur préparation mentale, la situation devient assez difficile. Est-ce à dire que l'un des problèmes non maîtrisés par les sportifs reste et demeure celui qui relève du contrôle affectif de leur motricité?

Les Sportifs qui jouissent d'un profil psychologique équilibré, sont-ils toujours les meilleurs? Pas forcément, car parfois de très bons joueurs ont quelques

fois des comportements névrotiques. Il se peut que certaines combinaisons déséquilibrées, une attitude distante, l'émotion et l'agressivité soient des conditions préalables facilitant un haut niveau de performance (Salmela, 1979). Cependant, il faut aussi noter qu'il arrive des fois où, les émotions, éléments mobilisateurs de l'appareil mental, soient plutôt un handicap dans certaines situations. Parlant de cette situation, on peut s'accorder avec Sartre (1938), cité par Huisman (1962) lorsqu'il dit: «*au lieu d'agir efficacement et transformer les circonstances, le sujet se transforme lui-même pour faire disparaître la cause de l'émotion, pour échapper à la nécessité d'agir*».

A la veille, ou même quelques instants avant le début d'une rencontre sportive, on a souvent entendu certains joueurs déclarer: «*mon cœur bat mille à l'heure*», «*j'ai peur de mal jouer*» ou encore: «*je suis à l'aise*», «*je me sens détendu*». De tels monologues reflètent non seulement la perception par ceux-ci de leur corps, mais aussi de l'interprétation qu'ils font de ces changements (Matheson et Mathes, 1991). Quelles conséquences ces genres de propos peuvent-ils avoir sur le déroulement d'une rencontre sportive en général, et plus particulièrement lors de certaines situations de jeu telles que le penalty?

Le jet de 7 mètres en handball, une action motrice produite lors de certaines situations spéciales de jeu. Cette tâche est déterminée et obligatoire, imposée soit de l'extérieur (par l'arbitre), soit de l'intérieur (par l'exécutant lui-même) et est, somme toute, accompagnée d'un certain nombre de contraintes en l'occurrence les règles de jeu à respecter. A ces contraintes sus-évoquées, viennent s'ajouter les tensions affectives que ressentent les joueurs susceptibles d'assurer son exécution. La nature événementielle de cette tâche est aussi pour beaucoup dans l'induction des troubles et agitations constatés auprès des sportifs. Les activités physiques sont dans tous les cas, synonymes de

contraintes informationnelles extrêmes, de nature événementielle (Rippol, 1990). Quelle peut donc être la nature des états affectifs qu'éprouvent ces spécialistes des jets de 7 mètres, compte tenu de leurs dispositions comportementales acquises?

L'objectif visé dans ce travail, est d'apprécier l'impact des affects et de l'état d'anxiété précompétitifs sur la performance des handballeuses lors du jet de 7 mètres. Nous présenterons tour à tour, la méthodologie qui a été utilisée, les résultats et leur analyse, la discussion et enfin la conclusion.

2. Methodologie

L'étude s'est déroulée à l'Université de Yaoundé II à Soa, banlieue située à 20 kilomètres de la ville de Yaoundé, capitale politique du Cameroun. Notre population parente c'est-à-dire celle composée des sujets auxquels s'applique notre étude, est constituée de l'ensemble des 72 (soixante douze) joueuses de handball, qualifiées à prendre part aux Jeux Universitaires (J.U) nationaux édition de 2004 à l'Université de Yaoundé II.

Nous avons considéré une strate de cette population, à savoir les "expertes" du jet de 7 mètres des différentes équipes qui est devenue notre population accessible. Ceci s'est fait de façon « orientée » étant entendu que chaque équipe a ses "spécialistes" chargées d'exécuter les jets de 7 mètres. A cet effet, la collaboration des entraîneurs de ces équipes a été sollicitée. Ce sont ces derniers qui nous ont fourni la liste de leurs spécialistes de jets de 7 mètres à raison de 2 joueuses par équipe multipliées par les 6 équipes qualifiées pour les J.U en Handball féminin, soit un effectif de 12 joueuses. Cependant, une des universités nous a présenté une seule tireuse de 7 mètres, ce qui nous a conduit à un effectif de 11 joueuses âgées de 20 à 27 ans représentant notre population accessible, sur laquelle nous avons mené notre étude. La moyenne d'âge est de 22 ± 02 ans.

Des questionnaires psychologiques

déjà validés ont été exploités, ceux-ci devaient permettre aux sujets de s'auto évaluer. Les trois questionnaires exploités dans cette recherche sont: le sport competition anxiety test (SCAT) de Martens, Vealy et Burton (1990 a), le Positive and negative affects scales (PANAS) de Watson, Clark et Tellegen (1988) et le competitive state anxiety inventory – 2 (CSAI-2) de Martens, Burton, Vealy, Bump et Smith (1990 b) version modifiée par Jones et Swain (1992).

Le SCAT ou "Test d'anxiété de la compétition sportive" avait pour but d'évaluer le trait d'anxiété compétitif des sujets et de définir quantitativement dans quelle mesure le sujet perçoit comme menaçante, la situation de la compétition sportive, et comment il répond à cette situation avec des sentiments d'appréhension et / ou de tension. Le SCAT comprend 15 items, dont 5 non pertinents à savoir les items: 1, 4, 7, 10, 13 qui ne sont pas pris en compte dans les calculs du score final du sujet. Les 10 autres items sont exploités pour la détermination du trait d'anxiété compétitif suivant l'échelle d'appréciation à 3 points allant de: 1= (rarement) à 3 = (souvent). Les items 6 et 11 sont renversés selon l'échelle suivante: 1= (souvent), 2 = (quelquefois) et 3 = (rarement).

Le PANAS ou « les échelles des affects positifs et négatifs » est un questionnaire qui mesure l'expérience émotionnelle des individus (Gaudreau, 2000). Il a permis de comprendre l'importance des affects positifs et négatifs, avant et après les rencontres, lors des jets de 7 mètres. Basé sur une approche dimensionnelle des émotions, il contient une échelle de 10 affects positifs et 10 affects négatifs, allant de 1 = [intéressé (e)] en passant par 10 = [nerveux (se)] à 20 = [apeuré (e)]. Ce questionnaire a une échelle d'appréciation en 5 points allant de 1 = (pas du tout) à 5 = (extrêmement). Les scores des sujets par catégorie d'affects vont de 10 à 50 points.

Le CSAI-2 ou "l'inventaire de l'état d'anxiété compétitive-2", a eu pour but, de

mesurer l'état d'anxiété des sujets. Il traverse des construits multidimensionnels d'anxiété cognitive, somatique et de la confiance en soi avant et après les rencontres. Cet instrument a 27 items répartis dans 03 construits (sous-échelles) à raison de 09 items par sous-échelle à savoir : l'anxiété cognitive ; l'anxiété somatique et la confiance en soi.

Un questionnaire avec un item non coché par sous-échelle reste valable, mais si deux items au plus sont non cochés dans une ou plusieurs des sous-échelles, ce questionnaire est invalide. S'il manque un item, le score est déterminé par la formule suivante:

$$(08 \text{ items remplis} / 08) / 8 \times 9 = (\sum 8 \text{ items}) \times 9.$$

Le CSAI-2 a été modifié pour inclure les dimensions de "direction" (Jones et Swain, 1992; Jones, 1995) et la "fréquence" (Swain et Jones, 1993) ce qui a ramené le nombre de dimension à trois. L' "intensité" est le niveau des symptômes ressentis pour signifier la présence (Hanton, Mellalieu et Hall, 2003). Elle a été évaluée par une échelle à 4 points compris entre 1= (pas du tout) et 4= (beaucoup) qui conduit aux scores d'anxiété allant de 9 à 36 pour chaque construit d'anxiété et de confiance en soi.

La "direction" du CSAI-2 est la manière dont l'athlète perçoit ses états d'anxiété compétitive comme étant plutôt favorables ou au contraire défavorables (perturbateurs) vis-à-vis de la performance à réaliser" (Jones et Swain, 1992; Jones, 1995). Les perceptions directionnelles, sont en d'autres termes l'interprétation des symptômes associés à l'anxiété compétitive comme étant soit facilitant, soit débilisant à la performance à réaliser. Spécifiquement, le continuum directionnel de chaque item est compris entre les valeurs -3 (très défavorable: négatif) et 3 (très favorable: positif), avec 0 (sans effet) qui indique une interprétation moins importante sur la performance. Dans ce contexte, la perception des symptômes est comprise entre - 27 et

27, pour chacun des construits de l'anxiété et de la confiance en soi. La "fréquence" de l'anxiété compétitive est définie par Swain et Jones (1993), et Jones (1995) comme "le "pourcentage du temps" que les symptômes relatifs" à l'anxiété précompétitive occupe dans l'esprit du sportif".

Dans le cadre de cette étude, nous avons adopté le modèle de Hanton et al. (2003) qui n' exploite que deux dimensions du CSAI-2, à savoir: l'intensité et la direction. Selon Hanton, Thomas et Maynard (2004), l'échelle de direction modifiée du CSAI-2 a montré une grande sensibilité dans l'identification des variables individuelles et situationnelles comparativement à la dimension de l'intensité.

Les trois questionnaires à savoir: le SCAT, le PANAS et le CSAI-2, présentent chacun avant la partie correspondant au questionnaire proprement dit, une rubrique "instruction", qui permet à l'enquêtée d'avoir au préalable, une idée de ce qu'on attend d'elle.

2.3. Description des conditions de collecte des données

Le SCAT (test 1) a été administré entre le 23 et le 24 avril 2004, pour déterminer le trait d'anxiété compétitif des joueuses avant le début des Jeux prévu le 25 avril 2004. A la suite de ce test, les sujets ont été divisés en deux groupes dont un premier groupe au trait d'anxiété élevé et un deuxième groupe au trait d'anxiété faible. Le PANAS et le CSAI-2 (test 2) ont été administrés deux heures avant le début de chaque rencontre. Un deuxième CSAI-2 a été administré 30mn avant la même rencontre (test 3). Le PANAS et le CSAI-2 (rétrospectif) ont été administrés à leur tour, une heure après la rencontre (test 4). L'âge moyen des sujets est de 22 ± 2 ans et le nombre moyen d'années de pratique est de $03 \pm 1, 9$ ans.

2.4. Traitement des données

Le traitement des données comporte

sept étapes. Premièrement, nous procédons aux calculs des moyennes des scores des différents tests administrés à nos sujets et, en second lieu, le calcul des scores standards, des écarts-types et des percentiles du CSAI-2. En troisième lieu, les corrélations sont étudiées entre les affects (positifs et négatifs) qu'indiquent les sujets. Une quatrième partie met l'accent sur les corrélations entre le PANAS et les dimensions du CSAI-2. Par la suite, les régressions simples sont effectuées entre le trait d'anxiété et les dimensions du CSAI-2, puis entre le trait d'anxiété et les différentes composantes du CSAI-2. Enfin, des comparaisons entre les deux groupes "bas" versus "haut" sont faites à l'aide du test de Mann et Whitney pour voir les relations entre le trait d'anxiété, les affects et l'état d'anxiété (SCAT - PANAS - CSAI-2). Les groupes de participantes (bas versus haut) ont été rentrés comme variables indépendantes et les scores obtenus au CSAI-2 et au PANAS comme variables dépendantes.

En divisant les sujets en deux groupes à partir de la médiane qui est égale à 17, les participantes qui possèdent des scores du SCAT inférieurs ou égal à la médiane ont été placées dans le groupe dénommé, « bas », celles qui possèdent des scores supérieurs à la médiane ont été placées dans le groupe dénommé « haut » ou « élevé ».

3. Résultats et discussion

Cette partie sera axée sur quelques résultats préliminaires, les relations entre les affects et les dimensions de l'anxiété pré et post-compétitifs, relations entre les dimensions du CSAI-2 pré et post-compétitifs ainsi que le test de Mann et Whitney.

3.1 Résultats

3.1.1. Quelques résultats préliminaires

Score de SCAT, moyenne du PANAS pré et post-compétitif

Ces tests appliqués aux sujets nous donnent une idée des caractéristiques de notre population d'étude. Ils montrent dans cette étude que le trait d'anxiété compétitif le plus bas est de 12 sur 30, et le plus élevé de 22 sur 30 ($M=16,27 \pm 2,9$). Force est de constater que 03 (trois) sujets ont un trait d'anxiété élevé (C, I et J) et 08 (huit) un trait d'anxiété bas (A, B, D, E, F, G, H et K). Donc de manière globale, les sujets de cette étude sont d'anxiété basse. Les sujets sont en moyenne plus d'affects positifs que négatifs avant les rencontres ($M= 34, 39 \pm 4, 28$ et $15, 44 \pm 3, 82$ respectivement). Les sujets éprouvent plus d'affects positifs que négatifs après les rencontres sportives ($M = 31,71 \pm 5,38$ et $16,73 \pm 5,36$ respectivement).

Fluctuations des dimensions de l'anxiété et de la confiance en soi pré et post-compétitives

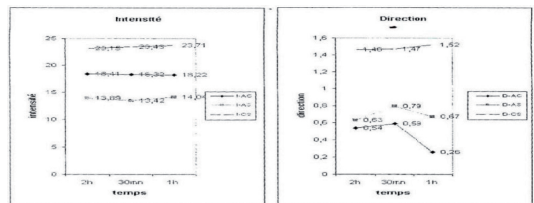


Figure 1: Fluctuations pré et post-compétitives de l'anxiété et de la confiance en soi

I-AC : Intensité d'anxiété cognitive; I-AS : Intensité d'anxiété somatique; I-CS : Intensité de confiance en soi; D-AC : Direction d'anxiété cognitive; D-AS : Direction d'anxiété somatique; D-CS : Direction de confiance en soi.

L'intensité de l'anxiété cognitive décroît (18,41) de la première période (2h) à la dernière (18,22), alors que la direction de l'anxiété cognitive croît (de 0,63 à 0,79) entre les deux premières périodes et décroît (de 0,79 à 0,67) à la troisième période. L'intensité de l'anxiété somatique décroît de la première (13,89) à la deuxième période (13,42) et croît à la troisième période (14,04). L'effet contraire est observé avec la

direction de l'anxiété somatique. L'intensité et la direction de la confiance en soi croissent de la première à la troisième période (de 29,15 à 23,71 et de 1,46 à 1,62 respectivement).

Fluctuations pré et post-compétitives de la direction de l'anxiété des sujets aux traits d'anxiété bas et élevé.

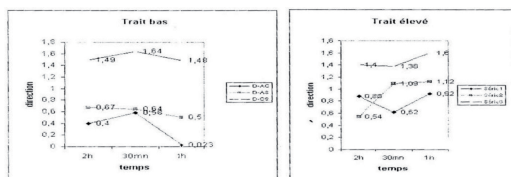
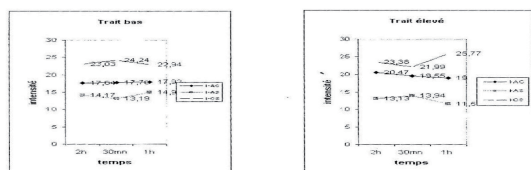


Figure 2: Fluctuations pré et post-compétitives de la direction de l'anxiété des sujets aux traits d'anxiété bas et élevé.

D-AC: Direction d'anxiété cognitive; D-AS: Direction d'anxiété somatique; D-CS: Direction de confiance en soi

La direction de l'anxiété compétitive des sujets au trait bas croît de la première (0,4) à la deuxième période (0,58) puis décroît à la troisième période (0,023) alors que celle des sujets au trait élevé décroît de la première (0,88) à la deuxième période (0,62) puis croît à la troisième période (0,92). Elle décroît de la première (0,67) à la troisième période (0,5) alors que celle des sujets au trait élevé croît de la première (0,54) à la dernière période (1,12). La direction de la confiance en soi des sujets au trait d'anxiété bas, croît de la première période (1,49) à la deuxième (1,64) puis, décroît à la troisième période (1,48). Par contre chez les sujets au trait d'anxiété élevé, la direction de la confiance en soi décroît de la première (1,4) à la deuxième période (1,38), puis croît à la dernière période (1,6).

Fluctuations pré et post-



compétitives de l'intensité de l'anxiété des sujets aux traits d'anxiété bas et élevé.

Figure 3: Fluctuations pré et post-compétitives de l'intensité de l'anxiété des sujets aux traits d'anxiété bas et élevé.

I-AC: Intensité d'anxiété cognitive; I-AS: Intensité d'anxiété somatique; I-CS: Intensité de confiance en soi; D-AC: Direction d'anxiété cognitive; D-AS: Direction d'anxiété somatique; D-CS: Direction de confiance en soi

L'intensité de l'anxiété cognitive des sujets au trait bas croît de la première (17,64) à la dernière période (17,92) alors qu'on note l'inverse chez les sujets au trait élevé (de 20,47 à 19). L'intensité de l'anxiété somatique des sujets au trait bas quant à elle, décroît de la première (14,17) à la deuxième période (13,19) et croît à la troisième période (14,9). Par contre, celle des sujets au trait élevé croît de la première (13,13) à la deuxième (13,94) pour décroître à la troisième période (11,5). L'intensité de la confiance en soi des sujets au trait bas croît de la première (23,03) à la deuxième période (24,24) et décroît à la dernière période (22,94) alors que chez les sujets au trait d'anxiété élevé, elle décroît de la première (23,38) à la deuxième période (21,99) pour croître à la troisième période (25,77).

3.1.2. Relations entre les affects et les dimensions de l'anxiété pré et post-compétitives

Les coefficients de corrélation linéaires (r) ont été calculés pour voir s'il existe une relation entre: les affects pré et post-compétitifs, les affects et les dimensions de l'anxiété pré-compétitifs d'une part, et entre les dimensions du CSAI-2 pré et post-compétitifs d'autre part.

Relations entre les affects pré et post-compétitifs (2h avant et 1h après les rencontres respectivement)

Tableau1: Corrélations entre les affects pré et post-compétitifs.

	Relations	Temps	Corrélation (% variance)
Avant les rencontres	A+ / A-	2h	- 0,24
Après les rencontres	A+ / A-	1h	0,28

A+: affects positifs; A-: affects négatifs;

Les corrélations entre les affects sont plus faibles avant (-0,24) qu'après (-0,28) les rencontres. Donc, la relation entre les affects pré et post-compétitifs est partiellement linéaire.

● **Relations entre les affects et les dimensions de l'anxiété précompétitifs**

***2h avant les rencontres**

Tableau 2: Corrélations entre les af-

Relations	Temps	Corrélation (% variance)
A+ / I-C	2h	-0,32
A+ / I-S	2h	-0,51
A- / I-C	2h	-0,12
A- / I-S	2h	-0,17
A+ / D-C	2h	-0,097
A+ / D-S	2h	-0,14
A- / D-C	2h	-0,28
A- / C-S	2h	-0,55

fects et les dimensions de l'anxiété précompétitifs 2h avant les rencontres

A+: affects positifs; A-: affects négatifs; I-C: intensité cognitive; I-S: intensité somatique; D-C: direction cognitive; D-S: direction somatique

La corrélation la plus faible est de -0,097 et la plus forte est de -0,55 entre les affects. Toutes ces valeurs sont distantes de 1 et -1. La relation entre les affects indiqués par les sujets et les dimensions de l'anxiété précompétitive (2h avant les rencontres) est partiellement linéaire.

***30mn avant les rencontres**

Tableau 3: Corrélations entre les affects et les dimensions de l'anxiété pré-

Relations	Temps	Corrélation (% variance)
A+ / I-C	30 mn	-0,38
A+ / I-S	30 mn	-0,44
A- / I-C	30 mn	-0,07
A- / I-S	30 mn	-0,44
A+ / D-C	30 mn	-0,37
A+ / D-S	30 mn	-0,19
A- / D-C	30 mn	-0,10
A- / D-S	30 mn	-0,06

compétitifs 30mn avant les rencontres

A+: affects positifs; A-: affects négatifs; I-C: intensité cognitive; I-S: intensité somatique; D-C: direction cognitive; D-S: direction somatique

La corrélation la plus faible (-0,06)

se trouve entre les affects négatifs et la direction somatique tandis que les plus fortes (-0,44) se trouvent entre les affects positifs et l'intensité somatique d'une part ainsi que entre les affects négatifs et l'intensité somatique respectivement. La relation entre les affects précompétitifs et les dimensions de l'anxiété précompétitive (30mn avant les rencontres) n'est pas totalement linéaire.

● **Relations entre les dimensions du CSAI-2 pré et post-compétitifs**

Tableau 4: Corrélations entre les dimensions du CSAI-2 pré et post-compétitifs

Dimension	Temps	Correlation (% variance)		
		A-C	A-S	C-S
Intensité / Direction	2 h	0,51	-0,52	0,29
	30 mn	0,64	-0,19	0,75
	1 h	0,13	-0,47	0,64

A-C: anxiété cognitive; A-S: anxiété somatique; C-S: confiance en soi.

Les corrélations entre les différentes variables varient entre -0,52 et 0,75 La relation la plus fortement linéaire existe entre l'intensité et la direction de la confiance en soi pré compétitive.

Dans l'ensemble, force est de constater que les relations entre les affects et les dimensions de l'anxiété pré et post-compétitifs sont faibles ($0,06 \geq r \leq 0,75$). La corrélation la plus élevée est de 0,75 ($r \leq 0,75$) et se situe entre l'intensité et la direction de la confiance en soi précompétitives (30mn avant les rencontres).

3.1.3. Test de Mann et Whitney

Appliqué aux deux groupes, ce test permet de constater qu'il existe une différence statistiquement significative ($P < 0,05$) dans la distribution des affects négatifs (2h) avant les rencontres. Par ailleurs, il confirme que les sujets au trait d'anxiété élevé indiquent plus d'affects négatifs que leurs homologues au trait d'anxiété bas. Dans le même ordre d'idée, il existe une différence significative entre les directions d'anxiété cognitive et somatique post-compétitives dans les deux groupes ($P < 0,05$).

On constate également que les sujets au trait d'anxiété élevé présentent des directions d'anxiété cognitive et somatique plus élevées que ceux au trait d'anxiété faible.

3.2. Discussion

Cette recherche a pour but d'examiner les fluctuations émotionnelles précompétitives éprouvées par les handballeuses spécialistes des jets de 7 mètres lors de l'exécution de cette tâche motrice. L'objectif visé est d'apprécier l'impact des affects et de l'état d'anxiété précompétitifs sur la performance des handballeuses lors du jet de 7 mètres.

Conformément aux données de la littérature, les sportifs évoquent des états affectifs liés à leurs meilleures comme à leurs moins bonnes performances (Ottenhof et Debois, 2002). Néanmoins, si à ce jour, de nombreux auteurs tels que Martens et al. (1990 b) ont soulevé le problème du rôle des émotions de manière globale dans la réalisation de la performance sportive, très peu d'entre eux à l'instar de Antoine (2017), ont examiné le contexte spécifique des sports collectifs en général et plus particulièrement du handball. Dans l'article de ce dernier, Guillaume Joli, ancien «monsieur penalty» de l'équipe de handball de France en 2017 disait que pour le tireur, la qualité d'un jet de sept mètres réussi est la concentration. Il convient de rappeler que la plupart des recherches ne prennent en compte que des mesures précompétitives sur une épreuve isolée (exemple: un match, une course). A notre connaissance, il n'existe à ce jour aucune étude qui se soit attachée d'une manière particulière, aux fluctuations émotionnelles tout au long d'une compétition, d'une catégorie de joueuses de toutes les équipes qualifiées pour prendre part à cette compétition.

Les résultats montrent que les sujets au trait d'anxiété élevé, indiquent plus d'affects négatifs précompétitifs que leurs homologues au trait d'anxiété bas. Par ailleurs, ces résultats montrent que les sujets déve-

loppent des niveaux plus élevés de confiance en soi que des niveaux d'anxiété précompétitives cognitives et somatiques. Pour ces derniers, les interprétations directionnelles de l'anxiété cognitive et somatique n'ont aucun effet sur leur performance, mais au niveau de la confiance en soi, il y a un effet moindre. Cependant, contrairement aux travaux de (Hanton et al., 2002), les sujets au trait d'anxiété élevé interprètent leur état d'anxiété comme étant plus favorable à leur performance que ceux au trait d'anxiété bas. Il ressort de nos travaux qu'entre 2 heures et 30mn avant la compétition, l'intensité de l'anxiété cognitive et somatique baisse, alors que Hanton & al. (2004) ont trouvé le contraire, pour ceux-ci, il y a plutôt augmentation d'intensité.

Nos travaux confirment en partie ceux de Campbell et Jones (1997) pour qui l'anxiété cognitive et la confiance en soi se stabilisent quelque temps avant la compétition. Une fois qu'un athlète perçoit son état d'anxiété comme positif (facilitant) ou négatif (handicapant), ses interprétations directionnelles restent relativement stables. Ces résultats renforcent ceux de Wiggins (1998); Hanton & al. (2004); Maynard & al (2004). Parmi toutes les composantes de l'état d'anxiété étudiées dans ce travail, la confiance en soi est la seule composante qui de manière globale, croît continuellement tant en « intensité » qu' en « direction » depuis les deux périodes précompétitives à la période post-compétitive. Lorsque cette observation est faite par groupe de sujets, il apparaît clairement que ce phénomène se répète exclusivement au niveau des sujets au trait d'anxiété élevé.

Ce travail montre, contrairement à ceux présentés par Hanton & al. (2002) qu'entre 2h et 30mn avant les rencontres, les intensités de l'anxiété cognitive et somatique des sujets chutent, tandis que celle de la confiance en soi croît. Dans la même lignée, l'intensité de l'anxiété pré-compétitive augmente à quelques heures précédant la compétition, ce qui est réfuté dans les tra-

vaux de Hanton & al. (2004) ainsi que Maynard et Hanton, (2004). En comparant les réponses d'état d'anxiété entre les sujets au trait bas et élevé, l'on s'aperçoit que ceux au trait élevé ont un état d'anxiété élevé par rapport à leur homologue au trait d'anxiété bas. Ce point de vue est confirmé par celui de Hanton & al. (2002) qui du moins, ont travaillé avec des sujets masculins. C'est ce qui justifie en partie la catégorisation de nos sujets en deux groupes.

Martinent (2004) dans ses travaux, montre que le sexe influence les scores obtenus sur le trait d'anxiété compétitif ce qui ne cadre pas avec nos travaux où sur 11 sujets, 3 seulement ont un score supérieur à celui de la médiane. On s'attendrait à observer une tendance identique à quelques exceptions près. Mais, lorsqu'on se réfère aux données de leur groupe d'appartenance, ils jugent leur performance de « bonne ». C'est la raison pour laquelle il est souhaitable d'avoir recours à des critères auto-référés de performance, en terme de performance subjective ou de « progrès de performance », plutôt qu'à des critères normatifs (classement, score brut). Le rapprochement avec les interprétations directionnelles de ces sujets nous permet de constater qu'ils perçoivent l'intensité de l'effet ressenti comme un peu favorable à leur performance.

Pour Aziz (2014), si la relation entre anxiété et performance a fait l'objet de nombreuses études en psychologie du sport, la diversité des résultats obtenus rend difficile de conclure quant à la nature précise de cette relation, notamment au vu de la prise en compte de l'existence des différentes formes d'anxiété (anxiété cognitive, anxiété somatique, confiance en soi) ainsi que de la diversité des méthodes employées pour leur mesure. En effet, bien que la plupart des travaux soient axés sur l'état d'anxiété pré-compétitive des sujets, très peu se sont intéressés au volet post-compétitif. Une partie de nos travaux s'est intéressée à ce volet pendant cette compétition, car ces jeux universitaires se sont déroulés pratiquement sur

une semaine; et une idée sur la fluctuation émotionnelle des joueuses d'une équipe après un match peut aider l'entraîneur à mieux préparer les échéances futures.

Parlant de l'interprétation directionnelle de leur anxiété cognitive et somatique, ceux-ci reconnaissent que l'intensité de ces composantes n'a aucun effet sur leur performance tandis que la confiance en soi a un effet sur celle-ci. Quelque temps avant le début d'une rencontre, nous avons constaté que l'intensité de leur confiance en soi augmentait. Ce résultat confirme celui de Jones & al. (1992) alors que les travaux de Hanton & al. (2004) ont trouvé le contraire. Contrairement à la littérature, les résultats ne montrent aucune corrélation significative entre les affects de l'état d'anxiété pré-compétitive. Ces résultats peuvent être imputés aux propriétés spécifiques du PANAS, du fait que cet instrument de mesure ne ressort pas véritablement les informations recherchées dans le contexte sportif, mais donne plutôt une information globale sur l'athlète. Les régressions linéaires ont eu pour but de conjecturer, c'est-à-dire, de faire des projections. Mais, l'ajustement linéaire a manqué de fiabilité pour des éventuelles prévisions. Ceci peut être dû soit à l'absence de liaison linéaire entre les variables, soit au fait que l'effectif de notre échantillon est faible.

Conclusion

Cette étude apporte un éclairage sur la relation entre le trait d'anxiété et la direction de l'anxiété pré-compétitive. En effet, les sujets au trait bas sur la dimension de la "direction" interprètent leurs symptômes d'état d'anxiété cognitive et somatique comme étant handicapant à la performance par rapport à leurs homologues au trait haut. Aussi l'ensemble de ces résultats confortent-ils l'intérêt d'aborder l'anxiété pré-compétitive à travers deux dimensions ("intensité" et "direction"). Cette étude met l'accent sur les fluctuations émotionnelles d'avant et d'après compétition. Des études ultérieures devront confirmer son impor-

tance dans la relation trait d'anxiété-état d'anxiété pré et post- compétitif.

References:

- Antoine L. (2017). Handball: l'angoisse du tireur au moment du penalty. Liberation. 26 Janvier.

- Aziz K. (2014). Analyse de la relation entre anxiété situationnelle précompétitive (ASP) et performance sportive: une étude auprès des footballeurs et coureurs marocains. Education. Université de Bordeaux.

- Billat V. (2003). Physiologie et méthodologie de l'entraînement, 2ème édition.

- Gaudreau P. (2000). Vers une version française du PANAS: Analyse en composantes principales avant, pendant et après une compétition sportive. Congrès international de la société française de psychologie de sport (SFPS) - communications affichées.

- Hanton S. & al. (2002). Re-examining the competitive anxiety trait-state relationship. Personality and individual differences. PERGAMON, 33, 1126 -1136.

- Hanton S. & al. (2004). Self-confidence and anxiety interpretation: a qualitative investigation. Psychology of sport and exercise 5(4), 477-495. ELSEVIER.

- Hanton S. & al. (2004). Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: the role of intensity, direction and frequency dimension. Psychology of sport and exercise. 5, 169 - 181. ELSVIER.

- Huisman D. (1962). Encyclopédie de la psychologie. Tome 2, Fernand Nathan.

- Jones G. & al. (1992). Intensity and direction dimensions of competitive state anxiety and relationship with competitiveness. Perceptual and motor skills, 74,657 - 657- 663.

- Jones G. (1995). More than just a game: research developments and issues in

competitive anxiety in sport. British journal of psychology, 86, 449 - 478.

- Martens & al. (1990 b). Development and validation of the competitive anxiety state inventory - 2" (CSAI-2) in R. Martens R. S., Vealy & Burton D. (Eds.). Competitive anxiety in sport. 117-213 Champaign. IL: Human kinetics.

- Martens R., Vealy R. & al (1990 a). Competitive anxiety in sport. Ed. hampaign: Human Kinetics.

- Martinent G. (2004). Perfectionnisme, trait d'anxiété compétitif et anxiété précompétitive chez des sportifs hommes et femmes de niveau régional évoluant à Drôme-Ardèche. Mémoire de recherche de D.E.A, sport et performance, UFR-STAPS université de Lyon 1 centre de recherche et d'innovation sur le sport (CRIS).

- Matheson I. & Mathes S. (1991). Influence of performance setting, experience and difficulty of routine on pre competition anxiety and self-confidence of high school female gymnasts. Perceptual and motor skills, 72, 1099-1105.

- Ottenhof I. & Debois N. (2002). Emotions et performance en sports collectifs: Etude du vécu émotionnel de sportives d'élite lors d'un championnat d'Europe de basket-ball. INSEP, Paris, France. Communications affichées.

- Pilvein M. (1979). Prise en charge psychologique des meilleurs athlètes. Journal international de psychologie du sport, Vol.10, p. 156-163.

- Rippol H. (1990). Réflexions épistémologiques sur les neurosciences comportementales, et cognitives en sport: un point de vue, in Bilard J. et Durand M. Sport et psychologie, Edition revue EPS/SFPS.

- Salmela J. & al. (1979). Comment diriger les sportifs de haut niveau sur le plan psychologique, in International journal of sport psychology, inter, N°3, pp 156-163.

-Sartre J. P. (1938). Esquisse d'une théorie des émotions. Hermann, Paris.

- Thomas O. & al (2004). Temporal

aspects of competitive anxiety and self-confidence as functions of anxiety perceptions. *The sport psychologist*. 10,172-187, Human kinetics publishers. Inc.

- Watson D. & al (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affects: the PANAS Scales. *Journal of personality and social psychology*, 54.0.1063-1070.

- Wiggins M. S. (1998). Anxiety intensity and direction: performance temporal patterns and expectation in athletes. *Journal of applied Sport Psychology*.10, 201-211.