



Disponible en ligne sur www.sciencedirect.com

ScienceDirect

et également disponible sur www.em-consulte.com



Article original

Les effets de la motivation sur la performance sportive au regard de la théorie de l'autodétermination : vers une approche intra-individuelle

Effects of motivation on sport performance based on self-determination theory: Towards a person-centered approach

N. Gillet^{a,*}, R.J. Vallerand^b

^a Département de psychologie, EA 2114 psychologie des âges de la vie, UFR arts et sciences humaines, université François-Rabelais de Tours, 3, rue des Tanneurs, 37041 Tours cedex 01, France

^b McGill University, Department of Educational and Counselling Psychology, 3700 McTavish, Montréal, QC, H3A 1Y 2, Canada

INFO ARTICLE

Historique de l'article :

Reçu le 19 août 2013

Accepté le 11 janvier 2014

Disponible sur Internet le xxx

Mots clés :

Motivations autonome et contrôlée

Performance sportive

Théorie de l'autodétermination

Profil motivationnels

Compétition

RÉSUMÉ

L'objectif général de cet article est de proposer une synthèse des travaux antérieurs qui se sont appuyés sur les différentes formes de régulation comportementale proposées par la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985, 2008), pour étudier l'influence de la motivation des athlètes sur la performance dans le contexte sportif. Cette revue de questions comprend trois sections distinctes. Premièrement, nous détaillerons les principaux postulats de la théorie de l'autodétermination. Deuxièmement, nous présenterons les résultats de recherches récentes analysant les effets de la motivation sur la performance en mettant plus particulièrement l'accent sur les études ayant eu recours à une approche intra-individuelle à différents niveaux de généralité (Vallerand, 1997). Finalement, les perspectives de recherches futures sur cette thématique seront présentées et des recommandations pratiques visant à améliorer la performance des athlètes seront formulées. Nous mettrons notamment l'accent sur la nécessité de renforcer la

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : nicolas.gillet@univ-tours.fr (N. Gillet).

motivation autonome des sportifs leur permettant d'atteindre des hauts niveaux de performance dans leur discipline de prédilection.

© 2014 Société française de psychologie. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

A B S T R A C T

Keywords:

Autonomous and controlled motivations
Sport performance
Self-determination theory
Motivational profiles
Competition

The main purpose of the present article is to review studies in the self-determination framework (Deci & Ryan, 1985, 2008) examining the effects of athletes' motivation on sport performance. This work consists of three different sections. First, we detail the main postulates of self-determination theory. Second, we present results of recent studies examining the influence of motivation on performance by shedding light on research with a person-centered approach at different levels of generality (Vallerand, 1997). Finally, future research directions and practical implications are proposed to enhance athletes' sport performance. We suggest that athletes' autonomous motivation should be increased to attain success in sport.

© 2014 Société française de psychologie. Published by Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

Les travaux scientifiques sur la motivation humaine ont été en plein essor au cours des vingt-cinq dernières années (Ryan, 2012). De telles recherches ont souligné le rôle fondamental de la motivation dans l'explication du fonctionnement humain (e.g., Pittman & Zeigler, 2007; Shah & Gardner, 2008) dans des contextes tels que l'éducation (Wenzel & Wigfield, 2009) ou le travail (Kanfer, 2012). En outre, dans le domaine sportif, de nombreuses études ont montré que la motivation des athlètes avait une influence significative sur de multiples attitudes et comportements tels que la vitalité (e.g., Gagné, Ryan, & Bargmann, 2003; Reinboth & Duda, 2006), les émotions (e.g., Blanchard, Amiot, Perreault, Vallerand, & Provencher, 2009; Mack et al., 2011), l'esprit sportif (e.g., Barkoukis, Lazuras, Tsorbatzoudis, & Rodafinos, 2011; Chantal, Robin, Vernat, & Bernache-Assollant, 2005) et la performance (e.g., Gillet, Berjot, & Gobancé, 2009; van de Pol, Kavussanu, & Ring, 2012). Aussi, comprendre la motivation des athlètes et analyser les conséquences plus ou moins favorables qui y sont associées constitue aujourd'hui une préoccupation majeure pour tous les acteurs du monde sportif (Boiché & Gernigon, 2012; Cury & Sarrazin, 2001).

Deci et Ryan (1985) ont développé une théorie de la motivation d'une large portée grâce à la prise en considération de nombreux phénomènes et une application à différents contextes de vie. La théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 2000, 2012; Ryan & Deci, 2000) s'est progressivement construite à partir de ces critères et représente, aujourd'hui, un paradigme théorique majeur dans le champ de la motivation. En effet, au cours des trente dernières années, de nombreuses études ont montré que ce paradigme théorique était particulièrement utile et intéressant pour analyser la motivation des individus dans de nombreux contextes tels que l'éducation, le travail et le sport (pour des revues, voir Deci & Ryan, 2008; Standage, 2012; Vallerand, 2007). La popularité croissante de la théorie de l'autodétermination dans le contexte sportif s'explique notamment par le fait que, dans la conception théorique de Deci et Ryan (2000), la motivation est un concept multidimensionnel. En outre, il convient de souligner que les résultats mis en évidence dans les différentes études s'inscrivant dans cette approche ont été obtenus à partir de multiples protocoles de recherche (e.g., expérimental, corrélational, longitudinal) et diverses analyses statistiques (e.g., analyse de variance, modélisation par équations structurelles, analyse de classification). Aussi, Vallerand, Pelletier et Koestner (2008) considèrent-ils aujourd'hui la théorie de l'autodétermination comme une théorie de la motivation disposant d'une très bonne validité interne, externe et écologique.

L'objectif général du présent travail est de proposer une synthèse des recherches qui se sont appuyées sur les différentes formes de régulation comportementale proposées par la théorie de

متن کامل مقاله

دریافت فوری ←

ISIArticles

مرجع مقالات تخصصی ایران

- ✓ امکان دانلود نسخه تمام متن مقالات انگلیسی
- ✓ امکان دانلود نسخه ترجمه شده مقالات
- ✓ پذیرش سفارش ترجمه تخصصی
- ✓ امکان جستجو در آرشیو جامعی از صدها موضوع و هزاران مقاله
- ✓ امکان دانلود رایگان ۲ صفحه اول هر مقاله
- ✓ امکان پرداخت اینترنتی با کلیه کارت های عضو شتاب
- ✓ دانلود فوری مقاله پس از پرداخت آنلاین
- ✓ پشتیبانی کامل خرید با بهره مندی از سیستم هوشمند رهگیری سفارشات