

## **INFORMATION TO USERS**

This manuscript has been reproduced from the microfilm master. UMI films the text directly from the original or copy submitted. Thus, some thesis and dissertation copies are in typewriter face, while others may be from any type of computer printer.

**The quality of this reproduction is dependent upon the quality of the copy submitted.** Broken or indistinct print, colored or poor quality illustrations and photographs, print bleedthrough, substandard margins, and improper alignment can adversely affect reproduction.

In the unlikely event that the author did not send UMI a complete manuscript and there are missing pages, these will be noted. Also, if unauthorized copyright material had to be removed, a note will indicate the deletion.

Oversize materials (e.g., maps, drawings, charts) are reproduced by sectioning the original, beginning at the upper left-hand corner and continuing from left to right in equal sections with small overlaps.

Photographs included in the original manuscript have been reproduced xerographically in this copy. Higher quality 6" x 9" black and white photographic prints are available for any photographs or illustrations appearing in this copy for an additional charge. Contact UMI directly to order.

Bell & Howell Information and Learning  
300 North Zeeb Road, Ann Arbor, MI 48106-1346 USA  
800-521-0600

**UMI<sup>®</sup>**





Université d'Ottawa • University of Ottawa



**La communication entraîneur-athlètes  
dans deux contextes de karaté**

© Léon E. Larocque  
École des sciences de l'activité physique  
Université d'Ottawa

Document soumis à l'École des études supérieures  
et de la recherche de l'Université d'Ottawa  
comme exigence partielle pour l'obtention du grade de  
maîtrise en études du sport

Ottawa, Ontario, Canada, 1999



National Library  
of Canada

Acquisitions and  
Bibliographic Services

395 Wellington Street  
Ottawa ON K1A 0N4  
Canada

Bibliothèque nationale  
du Canada

Acquisitions et  
services bibliographiques

395, rue Wellington  
Ottawa ON K1A 0N4  
Canada

*Your file* *Votre référence*

*Our file* *Notre référence*

The author has granted a non-exclusive licence allowing the National Library of Canada to reproduce, loan, distribute or sell copies of this thesis in microform, paper or electronic formats.

The author retains ownership of the copyright in this thesis. Neither the thesis nor substantial extracts from it may be printed or otherwise reproduced without the author's permission.

L'auteur a accordé une licence non exclusive permettant à la Bibliothèque nationale du Canada de reproduire, prêter, distribuer ou vendre des copies de cette thèse sous la forme de microfiche/film, de reproduction sur papier ou sur format électronique.

L'auteur conserve la propriété du droit d'auteur qui protège cette thèse. Ni la thèse ni des extraits substantiels de celle-ci ne doivent être imprimés ou autrement reproduits sans son autorisation.

0-612-48163-8

**Canada**

*Je dédie cette thèse à mon épouse Doris Francoeur-Larocque,  
ainsi qu'à toute sa famille pour m'avoir donné le goût  
de retourner à l'école après plusieurs années d'absence.*

Je voudrais remercier mon épouse, Doris, pour son amour, son support et ses mots d'encouragement tout au long de mes études. Ta compréhension et ta patience m'ont aidé à trouver le courage et la persévérance nécessaire pour achever cette aventure. Je t'aime beaucoup et je te suis très reconnaissant. Merci.

Je voudrais remercier mes parents, Maurice et Éliane, ainsi que ma famille pour le support moral qu'ils m'ont fourni, spécialement ma soeur Mariette et mon frère Normand qui ont toujours démontré un intérêt particulier envers mes études et qui m'ont encouragé sur une base régulière.

Un merci tout spécial à mes beaux-parents Jean-Paul et Pierrette. Ce sont vos nombreux encouragements qui m'ont permis de croire en moi et de trouver la force nécessaire pour entreprendre des études universitaires. Merci d'avoir cru en moi, lorsque moi-même j'avais des doutes. Je n'y serais pas arrivé sans vous.

Un gros merci à mes amis(es) du programme de maîtrise, avec qui j'ai partagé 2 années de ma vie. Vous serez dans mes pensées pour plusieurs années à venir.

Aux gens qui m'entourent régulièrement, Chantal et Derek, ainsi que Michèle, merci pour votre support.

Finalement, le dernier mais non le moindre, je voudrais remercier sincèrement mon superviseur le docteur Pierre Trudel. Pierre, je te remercie pour ta patience, ton honnêteté, tes nombreux commentaires et les innombrables heures que tu as consacrées à la lecture de ma thèse. Tu m'as grandement aidé au cours de ce long voyage académique et je t'en serai toujours reconnaissant. Merci mille fois.

## Table des matières

Page titre	1
Résumé	2
Introduction	3
Phase I	9
Méthodologie	9
Les participants	9
La collecte de données	10
Résultats	11
Les styles de karaté	12
L`approche préconisée par Simon	13
Le style de vie	16
L`humilité	19
Les compétitions et les objectifs	21
Résumé de la phase I	24
Les limites de la phase I	25
Phase II	26
Méthodologie	26
Résultats	27
Les athlètes débutants	27
Les perceptions du karaté	27
La fixation d`objectifs	28
Le programme sport-études	30
Les objectifs du programme sport-études	31
L`approche préconisée par les instructeurs	32
La présence d`athlètes de différents styles	34
Discussion	37
Conclusion	43
Recommandation	44
Références	46
Annexes	50

**La communication entraîneur-athlètes  
dans deux contextes de karaté**

## Résumé

Au cours des deux dernières décennies, un nombre considérable de chercheurs en pédagogie du sport ont étudié le processus enseignement-apprentissage dans la pratique sportive. Dans plusieurs des études rapportées, les chercheurs ont tenté de comprendre l'interaction entraîneur-athlètes en utilisant l'un des trois instruments suivants: les grilles d'observation, les entrevues et les questionnaires. Règle générale, les chercheurs ont accordé très peu d'importance à l'athlète, ce qui est problématique lorsque l'on considère qu'il existe une littérature en éducation qui démontre que l'élève est le lien médiateur dans le processus enseignement-apprentissage.

La présente étude a porté sur une composante centrale du processus enseignement-apprentissage: la communication. En suivant une approche inductive, une première phase de la recherche a permis au chercheur de se familiariser avec le contexte de la pratique du karaté et de faire ressortir les éléments qui caractérisaient le plus la communication instructeur-athlètes dans un club de karaté traditionnel. L'analyse des données recueillies lors d'entrevues et d'observations non-participantes a fait ressortir les points suivants: (a) l'adoption des valeurs enseignées, (b) l'importance de l'humilité, (c) la non-valorisation des compétitions et (d) une fixation d'objectifs qui ne correspond pas à ce que l'on retrouve dans la littérature.

Afin de répondre aux questions soulevées durant la phase I, des séances d'observation et des entrevues ont été réalisées avec les athlètes débutants du club de karaté et avec les instructeurs et les athlètes d'un programme de sport-études. L'analyse de ce nouveau corpus de données a permis de relever les points suivants: (a) les débutants sont conscients de la philosophie du club, (b) les athlètes débutants ont sensiblement les mêmes objectifs que les athlètes de niveau avancé et (c) dans le programme sport-études, les instructeurs et les athlètes ont des objectifs de performance à des compétitions.

### **La communication entraîneur-athlètes dans un contexte de karaté**

Dans le processus enseignement-apprentissage, la communication entre l'intervenant et les apprenants est une composante "essentielle parce qu'elle est à l'origine de l'interaction elle-même" (Lefebvre & Poncet-Montange, 1996, p. 605). En entraînement sportif, la communication semble jouer un rôle très important:

Yet in coaching, no single behavior is more important than the process of communication. Communication has much to do with the structure, activity, and effectiveness of an organization and group, whether it be in government, business, industry, or coaching an athletic team. (Fuoss & Troppmann, 1981, p.113)

Les études sur la communication entraîneur-athlètes peuvent être regroupées en trois catégories. Premièrement, il y a les études où les chercheurs ont utilisé des grilles d'observation pour tracer, à partir d'une liste de comportements, le profil de communication des entraîneurs. Trudel et Gilbert (1996), ont répertorié 110 documents produits entre 1974 et 1994. De ces recherches il ressort, entre autres, "qu'en général, l'entraîneur passe beaucoup de temps à observer et à organiser mais très peu de temps à enseigner" (Trudel & Côté, 1994, p. 285). À l'occasion, certains comportements ont fait l'objet d'analyse plus spécifique. Par exemple, le système d'observation utilisé par Seaborne, Trudel et Gilbert (1998) pour étudier le contenu des interventions pédagogiques (pedagogical content intervention) d'entraîneurs de hockey comprenait trois composantes: (a) le contenu de l'intervention (quoi), (b) le moment de l'intervention (quand) et (c) la forme (comment).

La deuxième catégorie d'études comprend celles où les chercheurs ont interviewé des entraîneurs, surtout des entraîneurs experts (e.g., Côté, Salmela, Trudel, Baria & Russell, 1995; Martens, 1990; Moraes, 1998). Dans ces études la communication entraîneur-athlètes était souvent abordée. Bloom, Schinke et Salmela (1997) ont, par exemple, interrogé des entraîneurs

de basket-ball sur la manière dont ils communiquaient avec leurs athlètes. Les résultats ont révélé que les entraîneurs disaient modifier leur approche de communication au fur et à mesure que leur carrière progressait. Au début, ils avaient de la difficulté à communiquer avec les athlètes et ce n'est qu'au niveau national et international que les entraîneurs croyaient avoir développé une bonne connaissance du processus de communication.

Finalement, il y a les études où, à l'aide de questionnaires à échelle graduée (e.g., Likert), les chercheurs ont tenté de mesurer quels sont les comportements de l'entraîneur que les athlètes perçoivent et préfèrent (e.g., Adams, 1997; Feeney, 1996; Sutherland, 1985). Par exemple, Black et Weiss (1992) ont distribué le "Perceived Coaching Behavior Scale" à 312 nageurs afin d'identifier la fréquence des comportements des entraîneurs, les comportements préférés par les athlètes ainsi que la perception des athlètes face à leur performance personnelle. Les résultats ont indiqué que la perception et la motivation des athlètes étaient hautement reliées à la quantité et la qualité des rétroactions qu'ils recevaient de leur entraîneur suite à leur performance.

L'étude de Culver (1999) réalisé avec une équipe de ski alpin, est à notre connaissance, la seule recherche où, à l'aide d'entrevues et d'observation non-participante, la chercheuse a pu comparer les perceptions des entraîneurs à celles des athlètes. Dans une cette étude, les problèmes de communication sont survenus surtout pendant la période de compétitions.

Les modèles proposés pour expliquer le processus de communication (e.g., Fuoss & Troppmann, 1981; Klinkenberg, 1996) soulignent tous l'interaction entre un émetteur qui envoie un message à un récepteur. Or les chercheurs en pédagogie et psychologie du sport semblent consacrer le rôle d'émetteur uniquement à l'entraîneur et oublient d'inclure l'athlète dans leur recherche. Les grilles d'observation utilisées par les chercheurs visaient souvent à décrire les comportements des entraîneurs et comprenaient rarement de l'information sur les athlètes. Tout

au plus, les chercheurs ont, à l'occasion, indiqué vers qui le comportement de l'entraîneur était dirigé. Par exemple, Trudel, Côté et Bernard, (1996) ont remarqué qu'en hockey sur glace, "les entraîneurs s'adressent aux joueurs lorsque ceux-ci sont en action (40.9%), assis au banc (30.4%) ou en transition (22.3%)" (p.50). Dans les études où les entraîneurs traitaient en rétrospective de ce qu'ils avaient fait ou de ce qu'ils faisaient, les chercheurs tentaient rarement de vérifier l'exactitude des propos des entraîneurs en interrogeant les athlètes. Finalement, les questionnaires distribués aux athlètes représentent une tentative bien timide d'inclure la perception des athlètes. Dans le développement de ces questionnaires, les chercheurs ne consultaient généralement pas les athlètes et le rôle de ces derniers se limitait à inscrire un chiffre sur une échelle de Likert.

L'absence de données rapportant le point de vue de l'athlète dans le processus de communication ne devrait pas laisser les chercheurs indifférents si l'on se fie à la littérature actuellement disponible dans le milieu de l'éducation. En effet, certains chercheurs soulignent l'importance de prendre en considération le point de vue de l'apprenant étant donné que "the assumed connection between teaching and learning is clarified by including the perspective of the learner" (Lee, 1997, p. 262). De la même manière, Wittrock (1986) a souligné l'importance de l'apprenant comme lien médiateur entre l'intervenant et l'apprentissage:

**Perhaps teaching can directly influence achievement, just as learning can sometimes occur without awareness. But research on students' cognitive processes examines and tests the utility of assuming otherwise, that teaching can better be understood and improved, by knowing its effects upon the learners' thoughts that mediate achievement. (p. 297)**

Au cours des dernières années, quelques études, menées dans le contexte de cours d'éducation physique, visaient à mieux comprendre le rôle de l'élève en tant que lien médiateur dans le processus enseignement-apprentissage (e.g., Langley, 1992; Lee, 1997; Lee, Landin, &

Carter, 1992). Par exemple, Laker (1993) a comparé les perceptions du contenu des leçons d'éducation physique des enseignants aux perceptions des étudiants. Les résultats ont démontré que les étudiants comprenaient généralement bien les messages en rapport avec l'aspect théorique et ceux reliés à l'enseignement de la technique de l'activité enseignée. Par contre, les messages reliés aux aspects affectifs et sociaux n'étaient pas bien perçus par les apprenants.

En résumé, il semble que les conditions d'apprentissage dont peuvent bénéficier les athlètes dépendent, entre autres, de la qualité du processus de communication entraîneur-athlètes et qu'une meilleure connaissance de ce processus nécessite des recherches où le protocole utilisé permet de recueillir des données tant auprès des athlètes que des entraîneurs. En ce sens, Fuoss et Troppmann (1981) soulignent:

Both communicators can be analyzed in terms of their communication skills, attitudes, knowledge levels, cultural contexts, and their place in multiple social systems. What may not be apparent is the interdependence of the source and receiver in such an analysis. Many of the key determinants of communication involve the relationships between source and receiver characteristics. A great portion of communication theory must be *dyadic* in nature: that is, it must emphasize relationships and de-emphasize one-person characteristics. (p. 131)

C'est dans cette perspective qu'une étude sur la communication entraîneur-athlètes fut entreprise dans un sport individuel: le karaté. Le choix du karaté repose sur trois facteurs.

Premièrement, il existe peu de recherches sur les sports individuels (Trudel & Gilbert, 1996).

Deuxièmement, les arts martiaux, dont le karaté, connaissent une bonne croissance de popularité (Rielly, 1985), particulièrement dans la région où a été effectuée cette recherche.

Troisièmement, le karaté sera inclus comme sport de démonstration aux Jeux Olympiques de 2000 à Sydney en Australie, ce qui lui permettra peut-être de devenir une discipline olympique.

Si tel est le cas, l'enseignement du karaté pourrait, comme ce fut le cas pour le judo (Moraes, 1998), subir des changements importants dans la manière de préparer les athlètes.

Bien que le processus de communication peut, à l'occasion, paraître simple et être défini par ses trois éléments de base (émetteur, message et receveur) (Spink, 1991), la réalité est toute autre:

The most simplistic diagram illustrating the communication process would be a straight line, the shortest distance between two points. However, a more realistic diagram of communication would be a wavy line, or a series of circles, a tangent or a trajectory, that may or may not eventually reach its intended objective. The very nature of the organizational structure of coaching, designed as it is to facilitate interaction and move management, coaches, and team toward goal accomplishment, provides barriers to effective communication. Communication is downward, upward, lateral, and diagonal. (Fuoss & Troppmann, 1981. p. 114)

Actuellement, il existe plusieurs théories sur la communication et elles sont souvent contradictoires (Littlejohn, 1999). Power (1995), dans un effort pour répondre au défi lancé par quelques auteurs de présenter un modèle détaillé de la structure intellectuelle en ce qui a trait à la discipline de la communication humaine, présente le message comme étant l'élément central de la communication. Ainsi, l'étude du processus de communication entraîneur-athlètes pourrait être centrée autour des questions suivantes: Qui initie les messages? Quel est le contenu des messages? Sous quelles formes sont envoyés les messages? Est-ce qu'il y a distorsion entre les messages perçus par le(s) récepteur(s) et ceux envoyés par l'émetteur? Quels sont les facteurs qui interfèrent dans la transmission des messages? Il fut décidé d'étudier le processus de communication entraîneur-athlètes dans un contexte de karaté en utilisant une approche inductive, c'est-à-dire, qu'aucune revue exhaustive de la littérature visant à préciser un thème central d'analyse ne fut faite avant le début de la recherche. Cette manière de procéder rejoint les propos de Deslauriers et Kérisit (1997):

La recherche qualitative donne à la recension des écrits une coloration qui lui est propre; le chercheur qualitatif hésite à s'y fier totalement et aveuglément, car l'expérience prouve que la littérature scientifique peut demeurer étonnamment muette sur des sujets pourtant évidents. De ce point de vue, la recension des

écrits, loin de contribuer à éliminer les biais, peut au contraire les renforcer : un chercheur trop dépendant de la littérature devient dépendant des autres chercheurs et peut aboutir aux mêmes impasses. (p. 93)

La recherche a donc débuté par une phase de familiarisation avec le contexte d'entraînement d'un club de karaté et de cette phase devait surgir un ou des éléments qui caractérisaient le processus de communication dans la pratique du karaté. L'observation de séances d'entraînement et la conduite d'entrevues ont fourni un premier corpus de données sur des questions générales telles (a) C'est quoi le karaté? (b) Quels sont les buts visés dans la pratique du karaté? et (c) Qu'est-ce qui semble caractériser le plus la communication à l'intérieur du club choisi?

Les deux premières questions visaient à fournir de l'information sur le contexte dans lequel la communication se déroulait. Cette étape préliminaire à l'étude de la communication du club de karaté était essentielle et s'apparente à la position de Franks, Johnson et Sinclair (1988) concernant l'évaluation des comportements des entraîneurs: "We take the position that the observer needs to know the coach's objectives before the practice in order to determine whether or not the observed behavior is relevant to the task" (p. 24). La troisième question permettait de faire une première focalisation sur le thème de la recherche tout en laissant suffisamment de latitude pour laisser surgir les éléments qui nous apparaissaient les plus marquants dans le processus de communication à l'intérieur de ce club. Compte tenu des résultats de l'analyse de la première phase, une seconde phase de collecte de données devait permettre de pousser davantage l'étude de certains de ces éléments marquants.

## PHASE I

### Méthodologie

#### Les participants

Étant donné que la phase de familiarisation reposait sur l'observation et la conduite de plusieurs entrevues, il était essentiel de s'assurer que l'entraîneur serait disposé à participer aux entrevues et que les athlètes du club ne seraient pas réfractaires à répondre à quelques questions avant et après les séances d'entraînement. Un projet pilote portant sur l'analyse de l'intervention, réalisé dans le cadre d'un cours offert à l'intérieur du programme de maîtrise, avait permis de constater la disponibilité et l'intérêt de l'entraîneur, Simon (pseudonyme), pour une recherche sur la pratique du karaté. De plus, les premiers contacts et l'observation de quelques séances d'entraînement nous amenaient à croire que ce club se différenciait de plusieurs autres par l'importance accordée à la culture japonaise. Par exemple, en plus de compter les séries de répétitions de mouvements en japonais, ce qui est une pratique courante dans plusieurs clubs de karaté, les cours débutaient souvent par un échange de courtes phrases en langue japonaise entre Simon et les karatékas.

Lors d'une entrevue, Simon a indiqué que son club de karaté avait organisé, dans les années antérieures, un voyage pour aller pratiquer le karaté au Japon et qu'il suivait des cours de langue pour apprendre le japonais. Sur les murs du dojo, on remarque les photos de quatre maîtres japonais, le drapeau du Japon et une grande affiche (dojo-kun) sur laquelle sont écrites en français et en japonais cinq courtes phrases à connotation philosophique (e.g., je dois respecter les autres). À la fin des séances, tous les athlètes récitent le dojo-kun en français et les athlètes avancés (ceintures brunes et ceintures noires) le font aussi en japonais. L'intérêt que semblait

démontrer l'entraîneur à promouvoir la culture japonaise dans son enseignement du karaté rendait ce contexte sportif attrayant pour une étude sur la communication. En effet, selon Teruyuki Okazaki, l'instructeur en chef de la Fédération Internationale de Karaté Shotokan: "Some of the concepts of the Japanese martial arts are difficult to transmit across cultural boundaries" (Rielly, 1985, p. 13). En résumé, le club de karaté choisi semblait particulier en comparaison à d'autres clubs connus par les chercheurs et les liens établis avec Simon et les athlètes permettaient de croire à la faisabilité de l'étude.

En ce qui concerne les athlètes, 16 karatékas de niveau avancé (ceintures brunes et ceintures noires) ont pris part à la première phase de cette étude. L'âge des athlètes variait de 13 à 52 ans: quatre athlètes entre 13 et 20 ans, dix athlètes entre 20 et 40 ans et deux athlètes de plus de 40 ans.

### **La collecte des données**

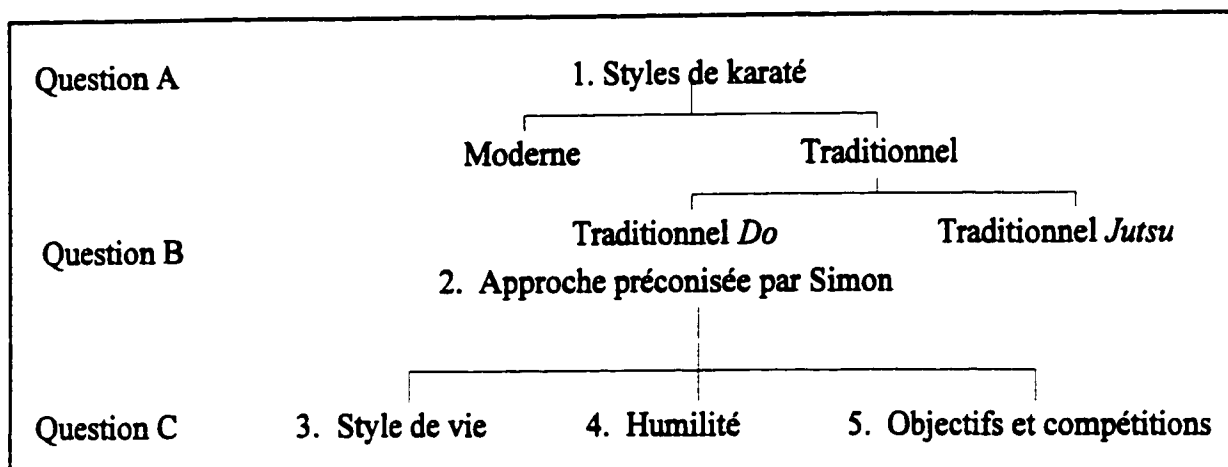
La phase I de la recherche a duré 12 semaines et a eu lieu durant la saison estivale d'entraînement (de juin à août). Pendant cette phase, 21 séances d'entraînement ont été observées dont six furent enregistrées sur des bandes vidéo. De plus, des notes de terrain permettant de recueillir de l'information sur chacun des athlètes et à noter toute information qui semblait caractériser la pratique du karaté dans ce dojo étaient compilées. Simultanément, une série d'entrevues a servi à amasser des données sur les perceptions de l'entraîneur et des athlètes. Simon a participé à trois entrevues. La première a eu lieu au tout début de l'étude, avant les séances d'observation, et les questions posées étaient générales et visaient à se familiariser avec le contexte du karaté. La deuxième entrevue avec Simon a eu lieu environ deux semaines après le début des séances d'observation et portait sur deux thèmes: la philosophie du club et la description des athlètes. Le terme 'philosophie' avait été employé souvent par l'entraîneur et par

les athlètes lors des premières entrevues. Lors de cette deuxième entrevue nous avons aussi demandé à Simon de décrire chacun des athlètes du groupe en termes d'implication dans le karaté, de potentiel de développement et de leurs caractéristiques individuelles. La troisième entrevue a eu lieu suite à un incident survenu lors d'une séance d'entraînement. Lors de cette séance, Simon avait parlé abondamment de l'importance de l'humilité en karaté et avait souligné le manque d'effort d'un des athlètes.

Les perceptions des athlètes ont été recueillies par le biais d'entrevues tout au long de la première phase. Chacun des karatékas a été interviewé à une reprise. Les questions portaient principalement sur la perception des athlètes de différents éléments de la pratique du karaté traditionnel (Annexe 1). Toutes les entrevues ont été transcrites *verbatim* par le chercheur et le logiciel NUD.IST a été utilisé pour la gestion des données. Les entrevues ont été lues à plusieurs reprises et une analyse par thème fut réalisée. Dans la tâche d'analyse, un second chercheur a pris connaissance du contenu des entrevues et des rencontres de discussion ont eu lieu afin d'aider le chercheur principal à approfondir ses analyses.

### **Résultats**

En prenant en considération les trois questions de recherche de cette première phase de l'étude, les résultats des analyses effectuées sur le corpus seront présentés sous cinq thèmes. La figure 1 présente un résumé des résultats en mettant en relation chaque question de recherche avec le ou les thèmes retenus. Pour chaque thème, le point de vue de Simon précédera celui des athlètes et des notes issues de l'observation non participante ou des bandes vidéo viendront s'ajouter au besoin.



(Question A : C'est quoi le karaté? Question B : Quels sont les buts visés dans la pratique du karaté? et Question C : Qu'est-ce qui semble caractériser le plus la communication à l'intérieur de ce club?)

Figure 1. Les cinq thèmes issus de la phase I

### Les styles de karaté

D'après Simon le karaté existe sous différentes formes.

Comme par exemple, il y a le karaté sportif (moderne) qui est plus axé sur le combat, la compétition, les résultats en compétition, etc... Puis, il y a l'art martial qu'on pratique. La différence c'est que dans l'art martial, tu peux pratiquer toute ta vie. (entrevue, #1. S)

Le karaté traditionnel se démarque des autres types de karaté surtout par son aspect d'auto-défense

Le karaté autre que traditionnel, c'est plus axé sur les techniques, les coups de poing, les coups de pied puis on insiste beaucoup sur le combat 2 par 2 et la tactique. Dans ce sens là, quand on parle de tactique, on parle de combat 2 par 2, les techniques, etc... Quant on parle de tactiques, moi je le perçois plus comme un sport, tandis que nous autres on ne cherche pas le côté combat au niveau spectacle mais plus la technique pure, traditionnelle pour l'efficacité. Si un jour tu as à dégainer une technique c'est un coup parfait. (entrevue, #2. S)

L'existence de différents styles de karaté a aussi été notée lorsque nous avons demandé aux athlètes de comparer leur dojo à d'autres dojos. Les athlètes ont rapporté certaines anecdotes

et même des expériences de pratique du karaté dans un contexte autre que le karaté traditionnel.

Mon frère, il est cinquième dan dans un autre style et quand il est venu me voir m'entraîner il m'a dit: "nous c'est à peu près pareil mais les noms ont changé et il y a quelques mouvements qui ont changé". Donc c'est quelqu'un d'environ une trentaine d'années qui a pris le style puis qui s'en est parti un, avec évidemment des trophées de quatre pieds pis tu sais les affaires là, le gros fla fla pour attirer du monde. Qu'est-ce qui est différent? Lui il a eu sa ceinture noire en deux ans et il ne pratiquait pas l'été. J'ai dit: "qui passe les ceintures"? Il a dit "c'est nous autres". Ah bon, o.k. tu sais ça veut tout dire là. C'est un club fermé, puis je suis certain qu'ils s'entraînent fort mais est-ce que c'est efficace? (entrevue, A. 7)

Oui le style open, je suis allé voir une compétition il y a peut-être un an de ça, à peu près et c'est différent. Je ne dis pas que c'est mauvais, chaque style a ses atouts, mais c'est vrai que c'est différent et puis on pousse plus l'étudiant, dans le style open, au combat. L'accent n'est pas mis sur la technique, le perfectionnement des mouvements puis à long terme on voit que c'est pas aussi efficace. (entrevue, A. 9)

Il y en a que c'est du karaté traditionnel, mais des fois ils négligent un petit peu ce côté là. Puis il y en a qui ne sont pas traditionnels puis que ce côté là, l'humilité puis tout ça, les valeurs plutôt japonaises sont inexistantes. (entrevue, A. 13)

L'autre style, comme par exemple, celui que j'ai déjà pratiqué quand j'étais tout jeune. C'est le genre de style où tu vas perfectionner ta bataille de rue finalement. C'est un petit peu ça. Les gars qui étaient là c'était pour apprendre à se battre. C'était un sport, je ne dirais pas d'auto défense mais de défense attaque, c'était ça, ils montraient comment frapper (entrevue, A. 10)

Les propos de Simon et de ses élèves permettent de faire une distinction entre le karaté moderne où l'accent est mis sur la compétition (combats, trophées, victoires) et le karaté traditionnel qui vise le développement physique et mental selon la tradition japonaise.

### **L'approche préconisée par Simon**

L'approche préconisée par Simon pour enseigner le karaté ressemble beaucoup à la forme traditionnelle "Do" et se base sur l'autobiographie de Sensei Funakoshi (1975), *KARATE-DO My Way of Life*. En fait, Simon possède une vision bien arrêtée du karaté et de la façon dont il veut le transmettre aux athlètes de son dojo:

[Le karaté] est une école où on apprend à devenir des meilleures personnes dans la société. (entrevue, #1. S)

Moi en tout cas j'ai une philosophie traditionnelle, je ne veux pas dire extrême, mais je me considère comme un puriste parce que je veux véhiculer le message qui se véhiculait autrefois. Puis je pense que les athlètes perçoivent ça, j'ai l'impression d'une bonne façon. (entrevue, #2. S)

Chaque instructeur a sa philosophie sur le karaté. Aujourd'hui il y a différentes écoles, différentes façons de penser, différents styles, différentes approches, et chaque instructeur a la sienne. Pour moi le karaté, je ne le définis pas comme un sport dans le sens que c'est pas... dans le sens que c'est vraiment un art martial, un style de vie, une façon de vivre et on joue beaucoup au niveau, autant au développement physique que mental. Je sais que quand je veux... je suis un peu craintif à parler de ça, parce que je ne suis pas un expert, mais je pense que dans le sport, il y a toujours une dimension mentale tu sais, surtout au niveau des tactiques, dépendant des sports. Mais dans les arts martiaux comme le karaté traditionnel, c'est vraiment une approche où il y a un développement mental assez profond et puis quant à moi, l'objectif du karaté c'est vraiment de développer le mental avant le physique puis on se sert du physique un peu comme un outil pour eh, si tu es capable de maîtriser ton corps, ton physique, éventuellement tu vas être capable par cette maîtrise physique là de maîtriser ton mental pis c'est dans ce sens là que je le vois comme, plus qu'un sport. (entrevue, #1. S)

Les athlètes semblent bien comprendre la philosophie que préconise Simon dans son dojo car ils ont fait ressortir l'importance du respect et de la tradition.

C'est une philosophie traditionnelle, c'est-à-dire qu'elle est d'abord et avant tout fidèle à la tradition, ce que moi j'aime beaucoup. Il y a aussi beaucoup de respect par rapport au développement personnel, mais à chacun son propre rythme. Je trouve qu'il n'y a pas beaucoup de pression, pas trop d'accent sur la compétition, donc j'aime beaucoup ça. (entrevue, A. 3)

C'est un art martial traditionnel et non juste un sport, comme tel. (entrevue, A. 15)

On accorde beaucoup d'importance à la tradition, puis comme au Japon, on travaille beaucoup, comment je pourrais dire, pas juste physique, tout ce qui entoure ça aussi. Autant le mental que le respect puis toutes les valeurs qui sont rattachées à ça aussi. (entrevue, A. 1)

Bien premièrement c'est traditionnel, c'est moins sportif, les compétitions ont moins d'importance. Comme nous, le salut, le respect au maître c'est une plus grande importance. On accorde beaucoup d'importance à la philosophie, tandis que la compétition et les médailles ce n'est pas important. (entrevue, A. 12)

Ici c'est traditionnel, et si on pratique du traditionnel on fait comme si c'était traditionnel, donc être humble, respecter les autres puis tout ça, c'est vraiment ce qui caractérise. On voit que c'est imprégné de la culture japonaise là, directement. (entrevue, A. 13)

L'importance accordée au développement tant physique que mental a aussi été souligné par les athlètes.

Bien c'est une discipline pas nécessairement physique mais aussi c'est mental, je trouve que c'est le seul sport que je peux pratiquer, j'en ai fait quand même quelques-uns, que tu sois capable de voir ce lien entre le mental et le physique. (entrevue, A. 5)

L'observation de séances d'entraînements a permis de voir comment les valeurs préconisées par Simon sont transmises aux athlètes. Plusieurs faits et événements démontrent que les athlètes sont appelés à participer à des activités qui dépassent le rituel que l'on retrouve dans la majorité des centres d'entraînement en art martial (Moraes, 1998) soit la salutation à l'entrée du dojo, l'alignement hiérarchique des athlètes selon la couleur de ceinture pour le salut au début du cours et le respect de l'entraîneur que l'on appelle sensei. Par exemple, à la fin de chaque séance d'entraînement, les athlètes récitent le dojo-kun. De plus, durant les séances d'entraînement, Simon raconte souvent des histoires sur le passé et les origines du karaté et fait référence à quatre photos qui représentent les quatre générations du karaté traditionnel dont le fondateur, Gichin Funakoshi. Lors d'une séance d'entraînement, Simon a invité fortement ses athlètes à lire le livre de sensei Funakoshi qu'il qualifie de la bible du karaté traditionnel.

Le karaté enseigné par Simon est du type karaté-do et par ses enseignements il tente de transmettre les valeurs prêchées par le grand maître Funakoshi. Le pamphlet publicitaire du club en témoigne: "L'enseignement fait partie de la ligne hiérarchique du Grand Maître Gichin Funakoshi, fondateur du style shotokan JKA (Japan Karate Association) et père du karaté [traditionnel] moderne".

L'analyse du corpus de données a permis de faire surgir trois éléments importants de l'enseignement de Simon: l'influence du karaté dans la vie personnelle des athlètes, l'importance accordée à l'humilité et le peu d'intérêt accordé aux compétitions et à la fixation d'objectifs.

### **Le style de vie**

Je dis souvent à mes jeunes collègues que personne ne peut atteindre la perfection en karaté-do sans avoir compris qu'il s'agit, par dessus tout, d'une foi, d'une voie. (p. 108)  
Gichin Funakoshi

Dans son enseignement, Simon vise le développement physique et mental des athlètes et il va même plus loin et souhaite que les karatékas de son club appliquent la philosophie du karaté dans leur vie.

Le karaté c'est une philosophie. Ce que tu pratiques et apprends en karaté, tu peux l'appliquer dans n'importe quoi, dans ce que tu fais dans ta vie de tous les jours. (entrevue, #1. S)

[En karaté] on se sert du physique pour être capable de développer le mental pour essayer de former de meilleures personnes dans la société à travers l'entraînement physique. (entrevue, #1. S)

Selon les commentaires obtenus des athlètes, il semble que plusieurs d'entre eux sont en mesure de transférer les enseignements reçus au dojo dans leurs activités quotidiennes.

Le karaté m'a appris à me calmer, j'étais un gars qui était assez mauvais, assez prompt. Puis dans le travail que je fais, j'avais tendance à agresser ou à ne pas me laisser agresser. Là ça s'est calmé pas mal, grâce au karaté. (entrevue, A. 10)

Oui, définitivement, moi personnellement, j'ai à faire face à des relations de travail assez difficiles, et puis j'ai fait face à des situations que les gens me disaient, je ne sais pas comment tu fais pour garder ton sang froid, pour être calme, même si les gens sont bien agressifs pis tout ça. Vraiment là je suis capable de les ramener à un niveau pour avoir un dialogue adulte à adulte puis de ramener les gens sur des faits. Tu sais, je pense que ça se transmet bien cette philosophie là, cette manière de penser ou de réagir. (entrevue, A. 7)

Bien tu sais garder le focus quand c'est le temps de prendre des décisions difficiles. Être capable de focaliser sur les choses importantes, garder le 'spirit' quand les situations ne sont pas toujours faciles. Puis être capable de réagir vite puis de s'adapter aux situations. On nous demande beaucoup en karaté de s'adapter, puis en environnement c'est ça. Je trouve que ce sont des notions qui peuvent aussi bien se transporter dans le monde du travail, les relations interpersonnelles ou quoi que ce soit. (entrevue, A. 5)

Oui énormément, j'y pense souvent, zanshin, la concentration. Quand je suis bien fatigué, je me dis que j'ai encore de l'énergie, c'est ici que j'ai appris ça. À me dire, bon bien je ne suis pas au bout, j'en ai dans le corps puis je suis capable, je me remets avec ça. (entrevue, A. 10)

Inclure la philosophie apprise en karaté aux activités quotidiennes peut devenir un système pour contrôler ses "égards de conduite".

Oui, je pense que oui. Bien comme je ne sais pas mais à chaque fois que je fais quelque chose qui est contraire à la philosophie du karaté on dirait, je ne sais pas, je me sens un peu coupable. Tu sais tu es là puis tu le regrettes, ça m'affecte vraiment tu sais, on dirait que ce sont les valeurs qui viennent en effet là. (entrevue, A. 11)

À l'occasion, certains athlètes ont nuancé leur degré d'adhérence à la philosophie prônée par Simon.

Oui c'est sûr, mais je trouve qu'il y a certains points là, qui ne s'accordent pas avec ma vie. Avec le genre de style de vie que je vis, le genre de culture aussi dans lequel je vis. C'est certain Simon lui, il fait la promotion du karaté tout le temps. Mais tu n'as pas toujours l'argent pour suivre des cours, tu n'as pas nécessairement le temps, c'est difficile de suivre parfaitement la philosophie qu'il essaie de te donner. Mais je trouve que c'est une très bonne philosophie. J'essaie de la suivre le plus possible. (entrevue, A. 15)

Les athlètes sont toutefois capables de filtrer les aspects de la philosophie qui sont plus difficiles à respecter.

Oui et non (rire). En toute franchise, je veux dire que je pense que la philosophie a débordé dans les autres sphères de ma vie, ça je l'ai dit. Il y a des aspects un peu plus spécifiques que des fois tu prends puis des fois tu laisses aller. Je veux dire, je pense aux cinq principes de base, bon bien si on est toujours honnête? Je ne sais pas? Est-ce que je respecte toujours les autres? Ce n'est pas toujours évident, mais je pense qu'on essaie tous de tendre vers ça. Mais je ne dirais pas

que le karaté m'a fait dire plus souvent la vérité. Mais beaucoup plus globalement la philosophie m'a rejoint, c'est sûr, puis ça l'a eu un impact important sur ma vie. (entrevue, A. 3)

Quand la philosophie du karaté sert aussi à guider les activités quotidiennes, la pratique du karaté ne peut pas être perçue comme une activité qui se pratique comme un passe-temps et entre les pratiques tu n'y penses plus. En fait, les commentaires obtenus lorsque nous avons demandé aux athlètes de situer le karaté dans leur vie démontrent l'importance qu'ils accordent au karaté.

Je le situe en haut avec mon travail et mes relations inter-personnelles. Je n'oserais pas aller plus loin que ça, les mettre dans un ordre en particulier. Je pense que mon travail, le karaté et mes relations inter-personnelles sont tous aussi importants les uns que les autres. Mais c'est intéressant de voir que le karaté est quand même venu se hisser au niveau d'un travail que j'aime beaucoup et puis de l'importance que j'accorde à certaines personnes dans mon environnement. (entrevue, A. 3)

Quant à moi, le karaté n'occupe pas une place par ordre parce que le karaté fait partie de moi. Comme priorité naturellement, c'est la famille, l'école, les amis. Mais le karaté je ne le mets pas dans ces ordres là parce que c'est rendu dans moi. J'enseigne, je pratique puis sans ça je ne suis plus moi. (entrevue, A. 2)

Je dirais à égalité en première place, c'est un peu difficile. Je ne le placerais pas en bas de rien ni en haut de rien non plus, c'est pas mal égal avec le couple et le travail, à juste mesure chacun. (entrevue, A. 1)

Dans ma vie, c'est important, ce n'est pas ce qu'il y a de plus important, mais je ne le laisserais pas tomber pour rien. Partout où j'irai, je le pratiquerai. Mais ce n'est pas plus important que ma famille, ce n'est pas plus important que mes amis, bien que plusieurs de mes amis soient ici. C'est très important, c'est un sport, c'est un art, c'est mieux que n'importe quel autre genre de sport que j'ai pratiqué. (entrevue, A. 10)

Dans l'ensemble, il est permis de croire que par son exemple, Simon influence beaucoup les athlètes à adhérer à la philosophie du karaté bien que ces derniers avouent qu'ils ne dépassent pas encore leur sensei.

C'est certain, Simon lui, il fait la promotion du karaté tout le temps. (entrevue, A. 16)

C'est quasiment aussi pire qu'une drogue, pas aussi pire que Simon là, mais je suis presque rendu là. (entrevue, A. 2)

## **L'humilité**

Les vertus cardinales du Karaté sont prudence et humilité. (p. 96)

Le Karaté-do vise le perfectionnement tant de l'esprit que du corps et les louanges des seules prouesses physiques doivent être bannies. (p. 109)  
Gichin Funakoshi (1975)

Simon accorde beaucoup d'importance à rester humble face aux habiletés acquises dans la pratique du karaté.

Depuis que j'enseigne, j'ai vécu plusieurs choses, puis par expérience, je sais que la chose la plus importante c'est l'humilité. Surtout dans une activité comme la nôtre. Parce que le karaté est mal perçu par les gens, puis il peut être mal perçu par les gens qui pratiquent ici. Ils peuvent se voir un moment donné tu sais ceinture brune, ceinture noire pis commencer à s'enfler la tête. (entrevue, #3. S)

Il y a tellement de principes qu'on ne pourra jamais tout maîtriser. C'est quelque chose que chaque karatéka a en tête continuellement. Pour progresser, il faut toujours avoir, ce qu'on appelle en karaté, le 'beginners' mind'. Ça vient de la philosophie orientale, il faut toujours avoir la mentalité d'un débutant, dès que tu as l'impression que tu es rendu bon, c'est fini, tu ne peux plus progresser. (entrevue, #2. S)

Les athlètes qui pratiquent au sein de ce dojo semblent comprendre l'importance que Simon attribue à l'humilité dans la pratique du karaté qui doit être perçu comme un art, et non un moyen pour exhiber ses prouesses et ses habiletés physiques.

La philosophie ce serait, d'après moi, d'être à la recherche, non de l'exploit, non d'aller chercher le succès, mais d'être toujours une meilleure personne. Il faut toujours prendre les techniques de karaté, la philosophie et faire un tout pour se développer tant au niveau physique que mental. (entrevue, A. 2)

Ne pas avoir une grosse tête. De prendre pour habitude d'être comme une ceinture blanche, d'écouter le professeur quand il dit quelque chose. (entrevue, A. 4)

Le club est beaucoup axé sur l'aspect d'humilité, être humble. Ça c'est une des plus grandes caractéristiques, puis on peut rattacher cela à l'aspect traditionnel. (entrevue, A. 15)

Pour les adeptes du karaté qui voudraient que la pratique de ce sport leur permette de devenir populaire, il est clair qu'ils ne trouveraient pas ceci au sein de ce dojo.

C'est de ne pas créer des vedettes. C'est l'enseignement du karaté traditionnel avec les valeurs orientales qui sont inculquées au Japon. Les notions de respect, d'humilité, d'entraînement régulier, d'intensité à l'entraînement. (entrevue, A. 7)

En observant le groupe d'athlètes s'entraîner, on remarque facilement que Simon est vigilant en ce qui a trait à l'humilité de ses athlètes. Lors d'une séance d'entraînement, Simon a arrêté l'entraînement et a parlé, de façon assez sévère. Après s'être adressé au groupe en général sur l'aspect de l'humilité, Simon a dirigé ses propos vers un athlète concernant son manque d'intensité à l'entraînement. Plus tard en entrevue, Simon explique son intervention, de la manière suivante.

Ils peuvent se voir un moment donné, ceinture brune, ceinture noire et commencer à s'enfler la tête, puis s'entraîner un peu moins fort. Moi je vois les gens qui s'entraînent fort, et je ne veux pas dire qu'ils commencent à avoir des grosses têtes, sauf qu'il y en a qui sont jeunes, ils sont ceinture avancée et ils commencent à se voir pas mal bons, puis là leur entraînement vague. (entrevue, #3. S)

On retrouve ce même aspect d'humilité lorsque les athlètes, qui font de la compétition, reviennent des compétitions. Simon souligne rarement la participation de ses athlètes à des compétitions et il est difficile de savoir si des athlètes ont remporté des médailles ou des trophées. De plus, contrairement aux autres clubs de karaté de la région, qui utilisent abondamment les journaux locaux pour souligner les performances de leurs athlètes lors de compétitions et faire du même coup de la publicité pour leur club (La Revue de Gatineau, 1999,

Avril 28; La Revue de Gatineau, 1999, Mars 3; L'Hebdo de l'Avenir de Gatineau, 1999, Février 24; Le Droit, 1998, Décembre 16), Simon se limite à faire paraître une photo et un petit mot de félicitations à ceux et celles qui ont réussi leur examen de ceinture noire (Le Droit, 1999, Mai 8). Bien que certains des athlètes au club de Simon prennent part et se classent très bien lors de compétitions aux niveaux provincial et national, ces performances ne sont pas soulignées dans les médias.

### **Les compétitions et les objectifs**

The desire to win a contest is counterproductive, since it leads to a lack of seriousness in learning the fundamentals.

There is no alternative to learning and practicing basic techniques and movements step by step, stage by stage.  
(Masatoshi Nakayama, 1977, p.10)  
(Étudiant de Gichin Funakoshi)

L'indifférence démontrée par Simon par rapport aux compétitions et aux objectifs est intrigante. Lorsque nous avons interrogé Simon sur cet aspect, il a souligné que la pratique du karaté traditionnel ne se fait pas dans le but de prendre part à des compétitions.

Personnellement, je pense que si tes objectifs c'est de remporter une médaille, ou de devenir ceinture noire, ou quoi que ce soit en te fixant des objectifs comme ceux là, tu t'accroches après quelque chose de matériel comme la médaille. Tu vas tout faire pour, comme par exemple, si tu veux finir premier en combat tu vas peut-être être très agressif mais tu n'auras pas vraiment une bonne attitude par rapport à comment ton attitude devrait être parce que la seule chose que tu as en tête c'est gagner, gagner, gagner. Puis je ne pense pas que c'est une bonne valeur à enseigner aux jeunes surtout à cet âge là. Parce que juste gagner, juste gagner, on perd un peu la notion de respect par exemple. Parce que Sensei Funakoshi, quand il a inventé le karaté, il ne voulait rien savoir à ce qu'il y ait des compétitions sportives, justement à cause de ces raisons là. (entrevue, #4. S)

Simon apporte aussi ses perceptions en tant qu'athlète.

Moi, comme athlète, étant donné que j'ai une philosophie non sportive, je me sers de la compétition. C'est comme si je l'utilisais. Ma perception du karaté c'est comme une grosse bulle où la compétition c'est comme un petit tuyau qui va m'aider à grossir ma bulle. Mais je ne me concentre pas sur la compétition. C'est pour ça que je n'ai pas une grosse préparation, j'ai un entraînement continu, puis quand c'est une compétition, j'y vais et je fais de mon mieux, sans me fixer vraiment d'objectif de finir telle place ou telle place. Je fais de mon mieux et après ça j'analyse un peu mes performances, mais pas par rapport aux autres. Je me demande si j'aurais pu faire mieux. Je regarde les plus, je regarde les moins et après ça je regarde le côté négatif, les moins, comment est-ce que je peux les transformer en plus. Quand je reviens au dojo, j'essaie de travailler là dessus jusqu'à la prochaine compétition. (entrevue, #2. S)

Les athlètes qui prennent part à des compétitions tant au niveau national que provincial, semblent partager la position de Simon.

Il y a des compétitions là que c'est important naturellement pour moi là. Donc je vais essayer de me rendre le plus loin possible là. Pas afin d'aller rechercher les médailles pis les trophées pis tout ça. Ça je m'en fou, je veux juste aller voir où je suis rendu. (entrevue, A. 2)

Lorsque nous avons demandé aux athlètes quels étaient leurs objectifs en karaté, nous avons appris que leurs objectifs semblaient très différents de ceux que se fixent généralement les athlètes dans d'autres sports.

C'est juste de continuer à progresser et de ne pas atteindre un plateau. Juste de continuer et de progresser autant physiquement que mentalement, mon attitude puis tout ça. (entrevue, A. 1)

Je pense que c'est très clair la façon dont ça doit fonctionner, on ne nous laisse pas penser d'autres façons et je pense que c'est une bonne chose. C'est-à-dire qu'on fait du karaté, moi je fais du karaté parce que j'aime ça en faire, puis si un moment donné il y a un passage de grade ou quelque chose comme ça qui arrive, bien tant mieux. Mais quand tu dis que tu as l'intention de faire du karaté pour le reste de ta vie, un moment donné ça ne veut plus rien dire ces affaires là, jusqu'à un certain point. (entrevue, A. 3)

La progression continue est importante, mais pour la plupart des athlètes, ce qui importe vraiment, c'est d'être capable de pratiquer le karaté le plus longtemps possible.

Je veux être capable de faire du karaté à 60 ans. J'en vois d'autres, des bonhommes là, qui ont 55-60 ans qui font les camps d'été, qui donnent le maximum. Je les regardais quand j'ai commencé, ils sont en forme. Comment est-ce qu'ils font pour rester debout, après une heure, deux heures? C'est un peu vers ça que je tends. Une forme physique et mentale plutôt que de dépérir en vieillissant. (entrevue, A. 7)

Mon objectif, c'est de toujours en faire, à 70 ans, 75 ans, d'être encore capable d'en faire deux à trois fois par semaine, trois à quatre fois par semaine. (entrevue, A. 10)

Ce serait d'atteindre la dixième dan, qui est impossible mais tu sais en fin de compte, continuer. Mon objectif, je pense que c'est de ne jamais arrêter le karaté. C'est de ne jamais arrêter pour toute ma vie. (entrevue, A. 11)

Continuer le plus longtemps que je peux, je veux continuer à faire du karaté. Les ceintures ça n'a pas d'importance, c'est plus pour m'amuser, moi je veux m'amuser et puis faire du karaté. Je ne veux pas être champion ou viser des ceintures, c'est de continuer le plus longtemps que je peux. (entrevue, A. 12)

Bien c'est plutôt à long terme je pense les objectifs. C'est plutôt toujours par exemple se surpasser ou si des fois je vois que je suis dans une période stagnante je me dis qu'il faut que j'essaie de monter un peu plus. Mais aussi il faut que j'essaie de m'accrocher pour pas descendre, c'est ça, c'est un combat continuellement. Simon l'a mentionné tout à l'heure, ce n'est pas d'essayer d'être meilleur que l'autre, mais d'être meilleur que soi, se surpasser. Ça c'est mon objectif à long terme, à court terme je n'en ai pas, c'est plutôt à long terme. (entrevue, A. 13)

Ça fait dix ans que je fais du karaté (rire) ce n'était pas mon objectif d'avoir la ceinture noire, elle est venue comme ça. Tu continues ton entraînement, tu te pousses puis un moment donné on te la donne. On te dit tiens, tu la mérites. (entrevue, A. 6)

Durant les séances d'entraînement, Simon communique régulièrement à ses athlètes l'importance de pratiquer le karaté avec un esprit vide. Il ne faut pas penser ni au passé ni au futur, il faut pratiquer le karaté au présent. Il dit qu'il faut pratiquer chaque geste comme si c'était le dernier. Il leur demande souvent de ne pas se fixer d'objectifs, du moins d'objectifs 'matériels'. Les athlètes semblent avoir une bonne perception des messages émis par Simon à cet égard puisqu'aucun d'entre eux n'a émis d'objectifs de ceinture ou de classement lors de

compétitions. La perception des athlètes par rapport aux objectifs reflète celle de Simon, car ils ne se préoccupent pas d'être meilleurs que les autres, ils se concentrent à s'améliorer par rapport à leur propre performance et capacité.

### **Résumé de la Phase I**

Cette première phase de la recherche a permis d'apprendre qu'il existe différents styles de karaté. Originellement, au Japon, il existait deux grandes philosophies d'enseignement du karaté traditionnel, soit 'Karate-do' ou 'Karate-jutsu': "The former stresses psychological development one undergoes while mastering the art whereas the latter focuses on skilled applications of method" (Columbus & Rice, 1998, p. 17). L'approche retrouvée au sein du dojo de Simon est de type Karate-do avec une philosophie traditionnelle. De plus, il existe différentes écoles de karaté traditionnel (e.g., Wado-ryu, Shito-ryu, etc...), le dojo que nous avons observé s'identifie au style shotokan. Le karaté shotokan traditionnel n'est qu'un style de karaté parmi tant d'autres. King et Williams (1997) confirment les propos de Simon et des athlètes sur l'existence de deux grandes approches différentes dans la pratique du karaté.

Martial arts schools are generally divided into two types, namely, contest-oriented martial arts training and traditional martial arts training. Contest oriented martial arts emphasizes preparation for tournament competition... In contrast to contest-oriented training, traditional martial arts emphasizes mastering self-defense techniques (p. 398)

En ce qui concerne la communication instructeur-athlètes à l'intérieur du dojo de Simon, celle-ci se caractérise entre autres par le contenu des messages émis par Simon. Celui-ci ne se limite pas à enseigner des techniques de mouvements, il prêche pour le respect de la philosophie et des valeurs du karaté traditionnel, ce qui implique que les athlètes doivent non seulement répéter le dojo-kun à la fin des séances d'entraînement mais transférer ces enseignements à leurs activités quotidiennes. En bref, le message de Simon vise à guider chaque karatéka dans un

développement personnel tant du point de vue physique que mental. Ce cheminement personnel se fera dans la plus grande humilité, dans l'absence de violence et l'absence de fixation d'objectifs si ce n'est celui de faire du karaté le plus longtemps possible. Cette conception du karaté est bien différente de celle qui est souvent propagée en Amérique du Nord.

In the present day, refraining from violence is hard to explain to Westerners. Many people take up the art of karate with the purpose in mind of hurting others and they wish to learn how to do so as quickly as possible (Rielly, 1985, p. 87).

Le côté spectaculaire du karaté tel les combats et le cassage de planches fait souvent la page couverture de nombreux livres sur les arts martiaux (e.g., Bowerbank, 1998; Doyle, 1999; Whang & Whang, 1999; Yee, 1997).

La plus grande caractéristique du karaté shotokan traditionnel pratiqué par Simon et ses athlètes, est le type d'objectifs qu'ils se fixent. Simon défend l'idée que la fixation d'objectifs "matériels" comme graduer d'une ceinture ou gagner une médaille en compétition peut nuire au développement de l'athlète. Les objectifs émis par Simon et ses athlètes sont axés sur la pratique du karaté sur une longue période de temps. En fait, un des karatékas a indiqué que pour un athlète qui a décidé de pratiquer le karaté pour le reste de sa vie, les objectifs de niveau ou de ceinture n'ont pas vraiment d'importance.

### **Les limites de la phase I**

Toute recherche a des limites et la présente étude ne fait pas exception. Une limite importante de la première phase concerne le groupe d'athlètes. En effet, les données ont été recueillies uniquement auprès des athlètes de niveau avancé. Sachant que ceux-ci s'entraînent avec Simon depuis environ 6 ans il est plus que probable que ces derniers ont adopté la philosophie et les valeurs de leur entraîneur à force de se les faire répéter. Les athlètes qui avaient des aspirations différentes ont tout probablement abandonné la pratique du karaté au fil

des ans ou ont trouvé un club plus enclin à répondre à leurs aspirations. Ceci nous amène à poser de nouvelles questions de recherche. Comparativement aux karatékas de niveau avancé, quelle est la perception de la pratique du karaté pour les personnes qui débutent l'apprentissage du karaté au club de Simon et quels sont leurs objectifs?

Une seconde limite porte sur le contexte très restreint où a eu lieu la collecte de données, soit le programme d'entraînement offert à des athlètes de niveau avancé dans un seul club de karaté. Bien qu'une nouvelle collecte de données auprès d'athlètes de niveau débutant permettra d'augmenter la portée de l'étude, il pourrait être avantageux d'étudier la pratique du karaté d'un autre style. Quelques études sur le karaté (King & Williams, 1997; Nosanchuk & MacNeil, 1989) soulignent l'importance d'observer et de comparer la pratique du karaté dans des contextes de pratique traditionnel et non traditionnel. Les questions suivantes ont donc été soulevées. Dans un contexte qui valorise la compétition, quel type d'approche est préconisé par les entraîneurs? Quelle est la perception des athlètes de leur contexte d'entraînement?

## **PHASE II**

### **Méthodologie**

La phase II de la recherche a duré 12 semaines (septembre - novembre) et les données ont été recueillies dans deux contextes d'enseignement du karaté. Un des contextes nous était déjà familier car nous voulions retourner au club de Simon afin d'observer et d'interviewer des athlètes débutants (ceintures blanches et ceintures jaunes). Le corpus de données pour ce contexte comprend une entrevue avec Simon, 12 entrevues avec des athlètes et l'observation de 12 séances d'entraînement dont une séance enregistrée sur bande vidéo. Le groupe d'athlètes débutants interviewés était composé d'hommes et de femmes dont l'âge variait entre 18 et 45 ans.

Le second contexte est l'enseignement du karaté à l'intérieur d'un programme de sport-études (Annexe 2). Simon était l'un des deux instructeurs et c'était pour lui sa première expérience à l'intérieur du programme sport-études. Gilles, le second instructeur, est un enseignant de mathématiques et travaille au sein du programme sport-études en karaté depuis le tout début, soit quatre années. Les données ont été recueillies lors d'une entrevue avec chacun des deux entraîneurs et avec chacun des douze étudiants-athlètes dont l'âge variait entre 12 et 16 ans. De plus, quatre séances d'entraînement ont été observées dont deux furent enregistrées sur bandes vidéo.

## Résultats

### Les athlètes débutants

**Les perceptions du karaté.** Pour certains athlètes débutants au dojo de Simon le karaté est perçu comme un sport.

C'est un sport, c'est un sport individuel, ce n'est pas un sport d'équipe. C'est toi-même qui contrôle ta pratique. Moi je le perçois comme un sport. (entrevue, D. 4)

C'est un sport parce que c'est très physique, mais c'est aussi une façon de vivre. Les aspects du sport sont la compétition, le combat, les katas, les techniques et la comparaison avec d'autres athlètes. C'est bon ça, c'est très bon, ça t'aide à te pousser, à avancer. Puis, le karaté a un domaine semblable aux autres sports, le sportsmanship. (entrevue, D. 6)

Cependant, plusieurs athlètes débutants ont indiqué que le karaté était une activité physique, un sport, mais avec quelque chose de particulier.

C'est une activité physique, mais je trouve que c'est plus comme un art. Parce que ça demande que tout notre intellect et notre corps soient alignés. Tu sais il faut se vider pour pouvoir bien travailler. Je pense que c'est plus que juste un sport. (entrevue, D. 1)

C'est un moyen de conditionnement, le sport fait partie du conditionnement là, mais je pense que ce n'est pas juste ça, vraiment ça développe la concentration et puis tout. Quoi qu'il y a des gens qui pratiquent le sport pis c'est aussi la même

chose pour la danse aérobique là, ça peut être considéré comme un sport.  
(entrevue, D. 2)

Le karaté c'est un sport qui est assez complet puis en même temps je trouve que c'est aussi une façon de penser, c'est une philosophie, je pense que c'est global dans un sport. Ça fait que tu travailles autant au niveau mental que tu travailles au niveau physique et puis tu travailles au niveau des attitudes personnelles à développer et à avoir. Pour moi c'est une des principales qualités que je trouve du karaté. (entrevue, D. 3)

**La fixation d'objectifs.** Les objectifs des athlètes débutants portaient surtout sur le désir de pratiquer le karaté le plus longtemps possible.

Des objectifs, non, je n'ai pas d'objectif comme me rendre à telle ou telle ceinture, je veux quelque chose que je puisse faire longtemps, et puis qui continue de me stimuler mentalement. Je trouvais que d'autres sports, un moment donné, ils ne font plus ça. Comme faire de l'aérobic, un moment donné tu sais ça devient ennuyant, c'est toujours du pareil. Ici il y a toujours quelque chose à apprendre, c'est ça qui fait que c'est intéressant. Je n'ai pas vraiment de but, tel que me rendre à tel niveau ou tel niveau, je ne pense pas comme ça. Je ne suis pas compétitive envers les autres, je suis très compétitive envers moi-même.  
(entrevue, D. 1)

Mon objectif moi c'est justement de faire du karaté. Pour moi c'est une source d'inspiration, pour garder un équilibre, garder la flexibilité, maintenir la concentration et travailler surtout avec la philosophie, une approche globale. Avoir ça comme dans ma vie, comme un peu tu te lèves le matin et tu vas à la messe deux matins par semaine. Je veux garder ça comme une tradition pour le long terme, tant et aussi longtemps que je vais être capable de le pratiquer, je vais le faire, pour moi c'est ça mon objectif.

(Chercheur) AS-TU DES OBJECTIFS DE CLASSEMENT, DE NIVEAU?

Non, je pense que ce n'est pas prêché non plus dans le club, on vise plus la perfection puis tant mieux si un moment donné à force de pratique, j'atteins une certaine perfection, mais c'est pas ma priorité. (entrevue, D. 3)

Je veux juste continuer à en faire, je ne me fixe aucun objectif de ceinture ou quoi que ce soit. Je veux juste continuer à en faire parce que quand j'arrive chez nous je me sens pas mal mieux. Je me sens bien lorsque je me rends chez moi, et c'est ça que je recherche, donc ce n'est pas vraiment d'avancer ou de devenir bon ou tout ça. Je pense qu'il [Simon] le répète assez souvent, que si tu as l'intention d'être bon, ben tu devrais peut-être changer de sport. (entrevue, D. 5)

Enfin, certains ont indiqué que le karaté était un moyen d'apprendre à se défendre ou de retrouver la forme physique.

J'aimerais bien être capable de me défendre convenablement là, c'est une des raisons pourquoi j'ai choisi le karaté. Mais au point de vue gagner ou au point de vue compétition, non ça ne m'intéresse pas de faire ça. (entrevue, D. 6)

Je n'ai pas d'objectifs précis, je veux juste me remettre en forme. J'aimerais bien aussi continuer de pratiquer, allez le plus loin que je peux en terme de temps. (entrevue, D. 11)

Prenant en considération les propos de Simon sur les mauvaises perceptions du karaté par les gens qui ne le pratiquent pas et l'image de sport de combat souvent véhiculée par les médias, la perception du karaté qu'ont les athlètes débutants et les objectifs qu'ils poursuivent surprennent. En effet, comment expliquer que ces athlètes débutants semblent déjà considérer le karaté comme étant plus qu'un sport et avoir comme objectifs de pratiquer le karaté le plus longtemps possible au lieu d'avoir des objectifs à court terme tel un niveau de ceinture ou de performance à des compétitions?

Une réponse possible à cette interrogation est le fait que les athlètes débutants aient été invités à se joindre au club par des amis qui pratiquent le karaté avec Simon depuis quelques années. Ainsi, même si les athlètes en sont à leurs premiers contacts avec Simon et la pratique du karaté, ils ont, en quelque sorte, déjà été exposés à la philosophie du karaté traditionnel. Les athlètes ont, sauf quelques exceptions, affirmé connaître au moins une personne qui pratique au dojo de Simon.

J'avais les soirées assez libres et puis j'avais besoin d'exercice, je connais quelqu'un qui pratique ici donc pourquoi pas le karaté. (entrevue, D. 5)

Une de mes amies fait du karaté ici et elle m'a dit qu'elle s'amusait comme quand elle était enfant. Et puis elle aimait tellement ça qu'elle m'a convaincu de venir faire un tour pis d'essayer ça. (entrevue, D. 1)

Tout simplement parce que ça m'a attiré. Je connaissais une personne en particulier qui pratiquait le karaté. Puis j'ai pensé que ce pourrait être intéressant, j'ai tout simplement embarqué dans un club, pour aucune raison bien précise là. (entrevue, D. 6)

J'ai été entraîné, mon mari a commencé en janvier, et moi je ne voulais rien savoir, mais j'ai une de mes amis qui a décidé de commencer ça fait qu'elle m'a embarquée. (entrevue, D. 2)

J'ai commencé à faire du karaté parce que ça me tentait de découvrir ça le karaté. Mes amis en faisaient beaucoup pis je voulais voir c'était quoi. Ils me disaient que c'était bon pour la concentration pis c'est un bon exercice aussi, et puis si je veux venir qu'à me défendre ben je vais savoir comment réagir un peu aussi. (entrevue, D. 4)

Seulement un athlète avait déjà pratiqué le karaté et il était très conscient de la philosophie du karaté et des bienfaits que la pratique du karaté pouvait lui procurer.

C'est que j'ai recommencé à faire du karaté finalement parce que j'ai déjà pratiqué le karaté. C'était du karaté traditionnel. J'ai recommencé à faire le karaté parce que pour moi ça toujours été une discipline, c'est une discipline un petit peu comme une religion. Tu apprends à te maîtriser et à te contrôler, puis en même temps c'est le conditionnement physique aussi. C'est que tu apprends à te défendre mais pas à te battre. C'est ça la différence entre le karaté traditionnel pis d'autre karaté. Pis pour moi ben c'est ce qui m'attire ici, c'est la philosophie, la philosophie et le type d'entraînement, pis c'est ce que je viens chercher avant tout. (entrevue, D. 3)

**Le programme sport-études.** La possibilité d'étudier la pratique du karaté à l'intérieur du programme sport-études s'avérait intéressante pour plusieurs raisons. Premièrement, ce programme permettait d'étudier un contexte d'entraînement en karaté de type non traditionnel et orienté envers la compétition. En effet, les athlètes étaient répartis en deux groupes: "le groupe espoir et le groupe élite. En ce moment on a deux groupes spécifiques, soit ceux qui performant au niveau national et ceux qui compétitionnent au niveau provincial, mais ils ne sont pas dans les meilleurs" (entrevue, #4. S). En accord avec la philosophie d'une pratique de karaté axée sur la compétition, les journaux locaux présentaient régulièrement les athlètes qui s'étaient distingués

lors de compétitions (Bonjour Dimanche, 1998, décembre 6; L'hebdo de l'avenir de Gatineau, 1999, mars 3; La revue de Gatineau, 1998, décembre 16; Le Droit, 1998, décembre 15).

De plus, le programme sport-études offrait la possibilité d'observer et d'interviewer des athlètes qui provenaient de différents dojos. Le programme sport-études a lieu le jour et le soir les athlètes s'entraînent avec leur entraîneur respectif dont le style de karaté n'était pas toujours le shotokan. Finalement, Simon était l'un des deux instructeurs, ce qui constituait une situation plutôt spéciale compte tenu de la philosophie de Simon telle que décrite dans la première phase de l'étude.

**Les objectifs du programme sport-études.** Selon les documents officiels, le programme sport-études se veut un contexte à l'intérieur duquel les étudiants-athlètes ont la possibilité de s'épanouir tant au niveau sportif qu'académique.

Les orientations de ce programme sont inspirées de celles de l'éducation physique proposée par le ministère de l'éducation du Québec. Le développement de la personne, sous toutes ses dimensions, demeure un des buts à atteindre. La pleine réalisation de l'élève sur les plans affectif, physique, intellectuel et sportif ainsi que le développement de son autonomie, de son initiative et de son sens des responsabilités demeurent les objectifs fondamentaux du programme (Bégin, 1997, p. 5).

L'information transmise dans les documents officiels se rapproche de la philosophie du karaté traditionnel, en visant le développement intégral des athlètes. Mais lorsque nous avons demandé aux athlètes de nous indiquer les objectifs du programme sport-études, ceux-ci ont mis l'emphase sur le volet sportif plutôt qu'académique. Il est intéressant de remarquer l'emphase que les athlètes placent sur la compétition.

**Nous aider à performer en compétition. (entrevue, E. 2)**

**Former des futurs champions, pour quand que le karaté va être admis aux Olympiques. (entrevue, E. 3)**

C'est beaucoup pour la compétition là. Pour t'améliorer en compétition surtout pour t'améliorer par rapport à où tu étais quand tu es rentré au sport-études. (entrevue, E. 5)

Ben moi je pense que c'est pour mieux performer dans tes compétitions parce que quand on s'entraîne dans le dojo, on pratique plus les techniques de base, pis des choses comme ça, c'est plus art martial. Pis quand on s'entraîne dans le sport-études, c'est plus comme des compétitions vraiment, s'améliorer dans les compétitions. (entrevue, E. 6)

Qu'on soit au niveau canadien pis provincial. De nous améliorer aussi. (entrevue, E. 7)

Nous améliorer, être encore meilleur, s'entraîner encore plus fort, avoir plus d'entraînement dans la même semaine. C'est pas mal, ben moi je trouve que c'est ça. (entrevue, E. 10)

Ben disons, nous aider à performer pour un plus haut niveau, national pis éventuellement international. (entrevue, E. 11)

Seulement deux athlètes ont souligné l'importance de bien performer tant au niveau académique que sportif.

C'est de continuer de perfectionner le karaté en même temps que le côté académique, parce que premièrement tu ne peux pas aller dans le sport-études si tu n'as pas un bon rendement académique. Pis ça t'oblige à prendre tes responsabilités plus que si t'étais dans le régulier. (entrevue, E. 8)

C'est de s'améliorer en tout, à l'école pis dans le karaté pis dans la vie de tous les jours. (entrevue, E. 9)

**L'approche préconisée par les instructeurs.** Lorsqu'on demande à Simon d'élaborer sur la philosophie de la pratique du karaté au programme sport-études, voici ce qu'il répond:

En terme de philosophie, bien moi étant donné que j'y crois beaucoup, à l'occasion je glisse quelques mots sur différentes valeurs, mais ce n'est pas du tout la même approche. De ce côté, c'est plus comme un sport, je le vois plus comme un sport. Pis quand je suis à mon dojo, j'ai des athlètes qui sont dans le sport-études, ils font la distinction que quand ils sont à mon dojo, ils sont là pour pratiquer l'art martial tandis que quand ils sont au sport-études ils pratiquent le sport. On utilise des techniques pour le sport, pour la compétition, tandis qu'à mon dojo ce n'est pas pour la compétition, c'est pour l'autodéfense. (entrevue, #1. S)

Cette différence de philosophie par rapport aux contextes d'entraînement influençait la manière dont Simon enseignait au programme sport-études.

Quand j'enseigne à mon dojo je suis plus, je ne sais pas si c'est un bon mot mais, je suis plus un instructeur. Je vais enseigner la technique, je vais enseigner comment faire la technique, etc... Tandis qu'en sport-études je suis plus comme un entraîneur, je suis là pour enseigner, pas comment faire la technique, parce que les athlètes savent déjà comment faire la technique, ce sont des athlètes élités. En plus ils viennent de différentes écoles [de karaté], différents styles, donc on ne peut pas se permettre d'enseigner un kata, un style ou un principe parce que c'est différent. Mais à ce niveau là, au sport-études on est des entraîneurs, c'est-à-dire qu'on leur fait faire des combats, puis on est plus là pour les motiver que les entraîner, pis les pousser, pis pour leur enseigner la tactique du combat plus que la technique. (entrevue, #5. S)

La perception de Gilles concernant son rôle d'instructeur diffère quelque peu de celle de Simon.

J'ai fait mes premières armes ici. Ce qui veut dire que cette année c'est ma cinquième année à titre d'instructeur. Parce que je pense qu'il y a une différence fondamentale entre entraîneur et instructeur. L'entraîneur c'est celui qui te dit quoi faire un peu comme Pat Burns et l'instructeur c'est celui qui montre. Donc, on essaie de jumeler les deux ici, on essaie de jumeler entraîneur et instructeur en même temps. (entrevue, #1. G)

Gilles préconise une approche basée sur les compétences des athlètes, c'est-à-dire, qu'il se base sur les aptitudes individuelles des athlètes pour établir des objectifs avec ses athlètes.

Au début de l'année on leur a donné des corrections tout de suite en partant, au mois de septembre, je leur ai dit, vous avez deux mois pour les travailler. Pis quand ce sera corrigé, on passera à la prochaine étape, d'autres corrections. Ça fait qu'on leur en donne pas six à corriger, je leur en donne deux, ou trois, pis pendant deux mois ils corrigent ces deux ou trois choses là. Pis il y a déjà des élèves que je leur ai dit tu as fait tes corrections, on passe à autres choses maintenant pis là ils sont contents. (entrevue, #1. G)

Les éléments que les athlètes ont à corriger proviennent généralement de leurs performances lors de compétitions.

L'année passée on a travaillé sur des stratégies d'attaques. Et puis on a travaillé avec acharnement toute l'année là dessus. Les feintes physiques et mentales et des stratégies d'attaques, puis on s'est rendu compte que ça allait bien mais les élèves n'explosaient pas, les déplacements étaient faibles. Donc c'est à partir de l'année passée qu'on a établi nos objectifs de cette année. (entrevue, #1. G)

Tout semble indiquer que contrairement à Simon, Gilles accorde beaucoup d'importance aux objectifs "oui ben je pense que le succès commence par des objectifs". (entrevue, #1. G)

En observant des séances d'entraînement au programme sport-études on s'aperçoit que la communication dans ce contexte varie grandement de celle qui prédomine dans le dojo de Simon. Par exemple, les enseignements transmis aux étudiants contiennent peu de messages philosophiques, les étudiants ne récitent jamais le dojo-kun et le dojo ressemble beaucoup plus à une salle de combat qu'à un dojo traditionnel avec son décor oriental. De plus, la majeure partie de la communication entre l'entraîneur et les athlètes est axée sur la compétition, que ce soit sur les résultats de la dernière compétition ou sur les objectifs visés pour une compétition à venir.

**La présence d'athlètes de différents styles.** Le style de karaté pratiqué au programme sport-études est le shotokan. Par contre, les athlètes d'autres écoles et d'autres styles s'inscrivent au sport-études.

J'en ai un [karatéka] de ce qu'on appelle le karaté open. Ce sont des gens qui ont simplement partie leur propre style de karaté. Il y en a dans Gatineau, il y en a dans Ottawa, il y en a régional et puis il y a les styles traditionnels. Il y a cinq grands styles traditionnels. Le shotokan, le shitoryu, le chitoryu, wadoryu pis le gujoryu. Dans la région, il y a deux grands styles traditionnels, il y a le chitoryu et il y a le shotokan. La majorité viennent des deux endroits. J'en ai un qui vient d'un club open, mais il s'adapte à ce qu'on fait (entrevue, #1. G).

De manière à bien comprendre le style de karaté pratiqué dans le sport-études nous avons demandé aux athlètes de comparer l'enseignement reçu au programme sport-études à celui de leur dojo respectif.

Je trouve qu'on travaille beaucoup les techniques de combat, pis dans mon club, ben c'est surtout les katas qu'on travaille, mais en sport-études on fait beaucoup de combats. (entrevue, E. 1)

Pour les compétitions, on va s'entraîner plus en combat pis des techniques de combat, pis les katas tu sais on va les faire comme il faut pis ils vont nous corriger. Le soir c'est plus des techniques de base, évoluer dans le karaté. (entrevue, E. 2)

Le soir c'est plus sur les techniques pis l'aspect martial, pis ici c'est plus l'aspect sportif. Je trouve que dans le sportif on pousse plus. Parce que tu es à un niveau plus élevé que dans tes cours, parce qu'il y en a qui ne sont pas capables de suivre le soir. (entrevue, E. 3)

Le soir ce sont tous les groupes d'âge, tu peux en avoir de 60 ans comme tu peux en avoir de 5 ans. Ça fait que c'est plus général, mais ici c'est plus des athlètes, des adolescents de compétition. (entrevue, E. 5)

Une des différences majeures soulevées par les athlètes concerne l'intensité durant les entraînements.

Au dojo le soir c'est plus pour pratiquer ton art martial, ta technique là, les katas. Pis au sport-études, c'est vraiment pour pratiquer les combats, pis ton kata de compétition, c'est vraiment centrer sur la compétition. Tandis que le soir, vu qu'il y a des adultes et des jeunes, ben ils ne peuvent pas faire ça tout le temps parce que c'est pas tout le monde qui a les mêmes objectifs. Ça fait que là ils travaillent pour tout le monde, mais le sport-études, c'est vraiment pour le combat. (entrevue, E. 6)

Ici c'est plus intense, il faut tout le temps que tu sois bon, il ne faut jamais que tu lâches là parce que si tu descends, ils vont te le dire pis tu vas débarquer. C'est pour des meilleurs, c'est pour des bons ici, pis tu ne prends pas ceux qui sont pas vraiment bons parce que sinon ils seront pas capables de suivre le groupe. (entrevue, E. 7)

Le soir c'est plus perfectionnement, ici c'est plus compétition. Le soir, quand on va à des compétitions il va nous préparer pour les compétitions, sinon ça va être le cours normal, ici c'est tout le temps la compétition. (entrevue, E. 8)

Bien quand je m'entraîne dans le sport-études tout le monde s'entraîne toujours fort, puis quand on se place deux par deux ben l'autre il va te donner son 100%, la personne qui est devant toi. (entrevue, E. 9)

En résumé, le programme sport-études vise un objectif bien précis qui est la préparation des athlètes pour la compétition. Chacun des entraînements est axé sur l'amélioration des techniques de combat et le perfectionnement des katas afin que les athlètes puissent mieux performer lors de compétitions. La communication entraîneurs-athlètes au sein de ce contexte d'entraînement gravite autour de l'amélioration des performances des athlètes à ces compétitions. Les athlètes en sport-études sont regroupés en deux groupes selon le niveau de performance des athlètes afin d'avoir des groupes homogènes pour maximiser les séances d'entraînement.

En sport-études les entraîneurs, particulièrement Gilles, et les athlètes se fixent des objectifs à court terme en rapport avec les compétitions passées de façon à s'améliorer pour les compétitions à venir.

Après la première compétition qu'on a eu la fin de semaine dernière, on se rend compte que les élèves ont de bonnes techniques, mais ce sont toutes les contractions intérieures qu'on a à travailler, les gros muscles, et puis d'ailleurs c'est là dessus que Simon a concentré aujourd'hui. (entrevue, #1. G)

J'ai des objectifs spécifiques pour chacun des entraînements. On a des objectifs pour l'année et on a des objectifs avant chaque compétition. On a une compétition à la fin novembre, pis l'autre est au mois de février, donc on a des objectifs pour trois mois. On a aussi des objectifs pour chaque mois et on a des objectifs spécifiques qui reviennent à chacun des entraînements. (entrevue, #1. G)

Pour les athlètes, les objectifs sont surtout d'ordre de performance.

Je veux surtout gagner, me rendre au championnat canadien, c'est ça mon but. Puis peut-être un jour, faire les Jeux Olympiques, parce qu'en 2010 probablement que ça va être à Vancouver ou à Québec puis j'espère y aller si le karaté est accepté. (entrevue, E. 5)

Après une compétition ils regardent ton cheminement depuis le début de l'année pis là ils établissent des objectifs à travailler pis quand ça c'est fait, quand on a bien maîtrisé, bien là ils te donnent d'autres objectifs. (entrevue, E. 7)

[Mon objectif] cette année c'est de faire la sélection pour aller au championnat canadien. (entrevue, E. 10)

### Discussion

Dans le dictionnaire, Petit Larousse (1996), le karaté est défini comme un “Sport de combat et art martial d’origine japonaise, dans lequel les adversaires combattent de façon fictive, les coups étant arrêtés avant de toucher” (p. 581). Cette définition est accompagnée d’une photo où l’on voit un karatéka exécuter un geste spectaculaire; un coup de pied au visage. Par cette définition qui met en premier plan le combat, le Petit Larousse présente une image du karaté moderne, du karaté de compétition. À l’opposé, le dictionnaire, Petit Robert (1995) définit le karaté comme un “Art martial japonais, fondé sur l’éducation de la volonté et la maîtrise physique” (p. 1242). Cette définition se rapproche beaucoup de la conception du karaté traditionnel tel que pratiqué dans le dojo de Simon. Ce qui ressort de ces deux définitions c’est qu’aucune d’elles fait état de l’existence des deux grands types de karaté tels que présentés dans certains écrits spécifiques à la pratique du karaté:

Martial arts schools are generally divided into two types, namely, contest-oriented martial arts training and traditional martial arts training. Contest-oriented martial arts emphasizes preparation for tournament competition. While the contest-oriented system may devote attention to learning technique, this approach is not primarily concerned with perfecting technique. In contrast to contest-oriented, traditional martial arts emphasizes mastering self-defense techniques (King & Williams, 1997, p. 398).

Les propos recueillis auprès de Simon et de ses athlètes tendent à démontrer qu’ils souhaitent propager une vision du karaté qui valorise le développement de la personne et non pas la démonstration de prouesses physiques. Or, cette mission n’est pas facile puisque les médias présentent le côté spectaculaire du karaté. Les films de Bruce Lee et d’autres plus récents tel “Karate Kid” contribuent à donner au karaté une image de sport violent. Ceci a été confirmé lors des entrevues:

L'image que j'avais du karaté c'est celle des films de Bruce Lee que je regardais quand j'étais jeune, c'était impressionnant. (entrevue, A. 5)

Avant je voulais rien savoir du karaté, je voyais le karaté comme il est présenté à la télévision avec les casseurs de planches et les sauts de trois mètres en hauteur. Disons que c'était loin de m'attirer. (entrevue, A. 7)

J'ai toujours été attiré par le karaté, je me souviens de Bob Morane qui s'était battu contre un sultan et qui en avait mangé une bonne parce que le sultan pratiquait le karaté. Depuis ce temps là j'ai toujours voulu pratiquer le karaté. (entrevue, D. 9)

Pour les parents dont les enfants désirent débiter la pratique du karaté, il serait important qu'ils s'informent au sujet de la philosophie à l'intérieur du dojo. Nosanchuk et MacNeil (1989) ont démontré que "where students were exposed only to the techniques of martial arts without the philosophy, meditation, etc..., characterized as modern training, aggressiveness was found to increase over time" (p. 154).

Par notre étude, nous n'avons pas cherché à comparer l'aspect de l'agression entre les athlètes du club de karaté traditionnel (club de Simon) et les athlètes du club de karaté moderne (programme sport-études) car ce n'est pas l'objet de la recherche. Cependant, nous avons appris que les athlètes qui pratiquent le karaté au programme sport-études et qui ne reçoivent pas d'enseignement philosophique et ne répètent pas le dojo-kun ont une vision différente du karaté que les athlètes qui pratiquent le karaté dans le dojo de Simon. En se basant sur la littérature (e.g., Hoffman, 1993; Newton & Duda, 1995; Solomon et Boone, 1993), nous pourrions affirmer que les athlètes du programme sport-études ont des objectifs de type "ego oriented" alors que les athlètes au club de Simon ont des objectifs qui se rapprochent de ceux de type "task oriented". Ces résultats confirment ceux obtenus par King et Williams (1997) qui à l'aide de questionnaires ont démontré que les adeptes du karaté traditionnel sont en grande partie "task oriented" à cause de la philosophie qui vise le contrôle et la maîtrise des mouvements. D'après ces auteurs, les

seuls objectifs de type “ego” en karaté traditionnel seraient des objectifs de progression dans la couleur des ceintures. Or, au club de Simon, les karatékas sont fortement invités à ne pas se fixer ce type d’objectifs. En fait, Simon et ses athlètes, tant les débutants que ceux de niveau avancé, prétendent ne pas avoir d’objectifs si ce n’est celui de pouvoir continuer à pratiquer le karaté le plus longtemps possible, ce qui en d’autres mots signifie d’intégrer le karaté à leur mode de vie.

Nous avons, ci-dessus, indiqué que les athlètes de Simon ont des objectifs qui se rapprochent de ceux de type “task oriented” car tout dépend de la manière dont les auteurs définissent ce concept. Pour King et Williams (1997) “task” ou “mastery orientation refers to concern with learning goals, improving skills and gaining understanding” (p. 397). Cette définition n’aborde pas l’élément de mode de vie et de pratique à long terme. Par contre, la définition de “task oriented” proposée par Lochbaum et Roberts (1993) semble convenir davantage: “task orientation is related to the perception that sport should teach one to try one’s best and to be a good citizen” (p. 161).

En fait, la structure en karaté traditionnel encourage très peu les athlètes à se fixer des objectifs car seul le temps semble permettre d’accéder à des niveaux de ceinture plus élevés et c’est le sensei qui décide du moment où le karatéka est prêt à passer un examen de ceinture. Chacun doit franchir les niveaux un à la fois et il faut être prêt à s’armer de patience. Funakoshi (1975) explique qu’il faut environ un an, en pratiquant à tous les jours, pour arriver à maîtriser un seul mouvement d’un kata qui contient plus de 50 mouvements. La seule chose que l’athlète puisse faire c’est de s’entraîner le plus fort possible et un jour “on te dit tiens, tu la mérites [ceinture noire]”. (entrevue, A. 6)

Les objectifs émis par les athlètes du programme sport-études sont très différents de ceux des athlètes du dojo de Simon et sont de type “ego oriented” tel que définis par plusieurs auteurs

(e.g., Hoffman, 1993; Newton & Duda, 1995; Solomon & Boone, 1993). En ce qui a trait à l'aspect compétitif du programme sport-études et des objectifs de performance à des compétitions, White, Duda et Keller (1998) affirment que "ego orientation was positively linked to the belief that sport should increase career mobility, enhance one's popularity, and build a competitive spirit" (p. 475).

La présente étude a fait ressortir que l'entraînement en karaté peut se faire de manière très différente dépendant du contexte où l'athlète se trouve (karaté traditionnel vs. karaté moderne). Le modèle de Côté et al. (1995) sur l'entraînement en sport peut aider à mieux conceptualiser ces différences. Le modèle est reproduit à la figure 2 et les éléments qui caractérisent chacun des contextes sont indiqués en caractères italiques.

Bien que le but visé dans chacun des contextes est le développement des athlètes, le karaté traditionnel va le faire à travers la tradition japonaise et le sport-études à travers les compétitions. Cette différence dans le but visé va influencer le processus d'entraînement. En karaté traditionnel, les athlètes participent rarement à des compétitions et quand ils le font, l'obtention de médailles est dite secondaire par rapport à l'occasion d'avoir pu se situer dans son développement de karatéka. En fait, ce sont les séances d'entraînement qui constituent le lieu privilégié de l'enseignement. Les entraînements sont axés sur le développement physique et mental des athlètes en s'inspirant des enseignements des grands maîtres. Ainsi, les athlètes sont invités à réciter le *dojo kun* et Simon va fréquemment émettre des messages concernant des valeurs telles l'humilité et le respect. En sport-études, le contenu des entraînements est établi à partir des besoins et des objectifs des athlètes afin de bien réussir lors de compétitions et il y a très peu d'enseignement philosophique. Les résultats aux compétitions semblent être le coeur de

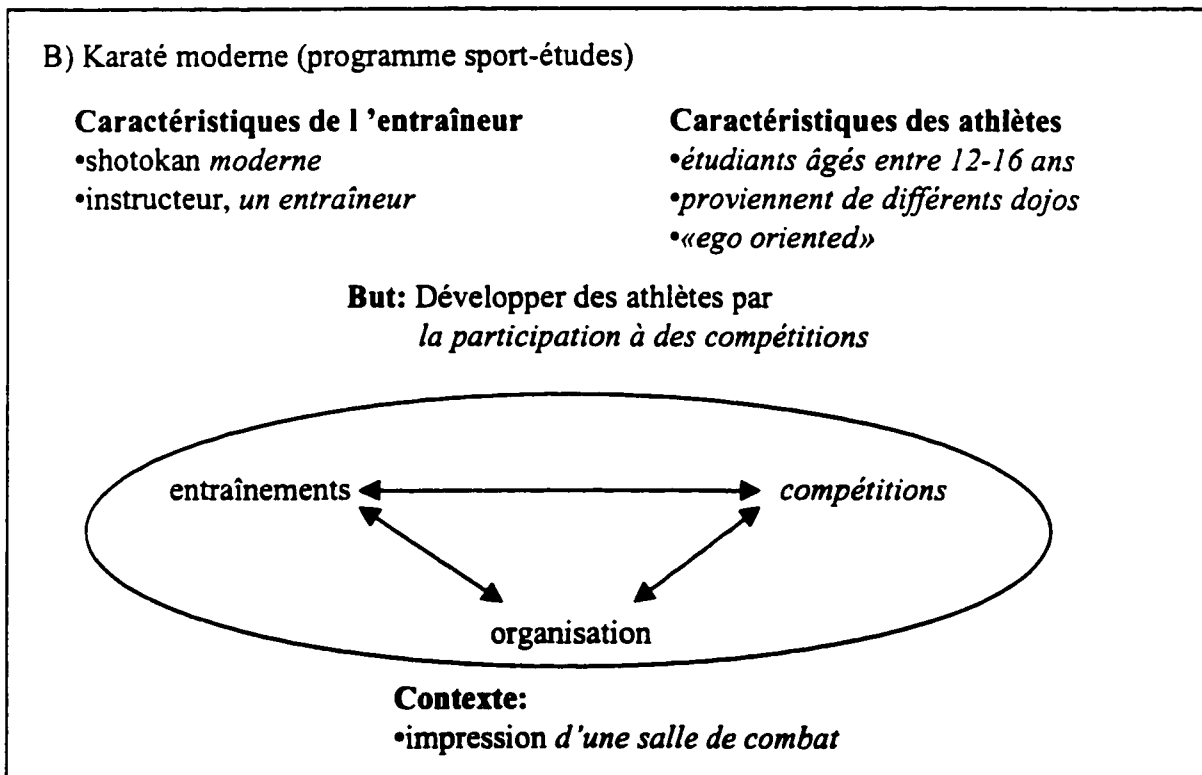
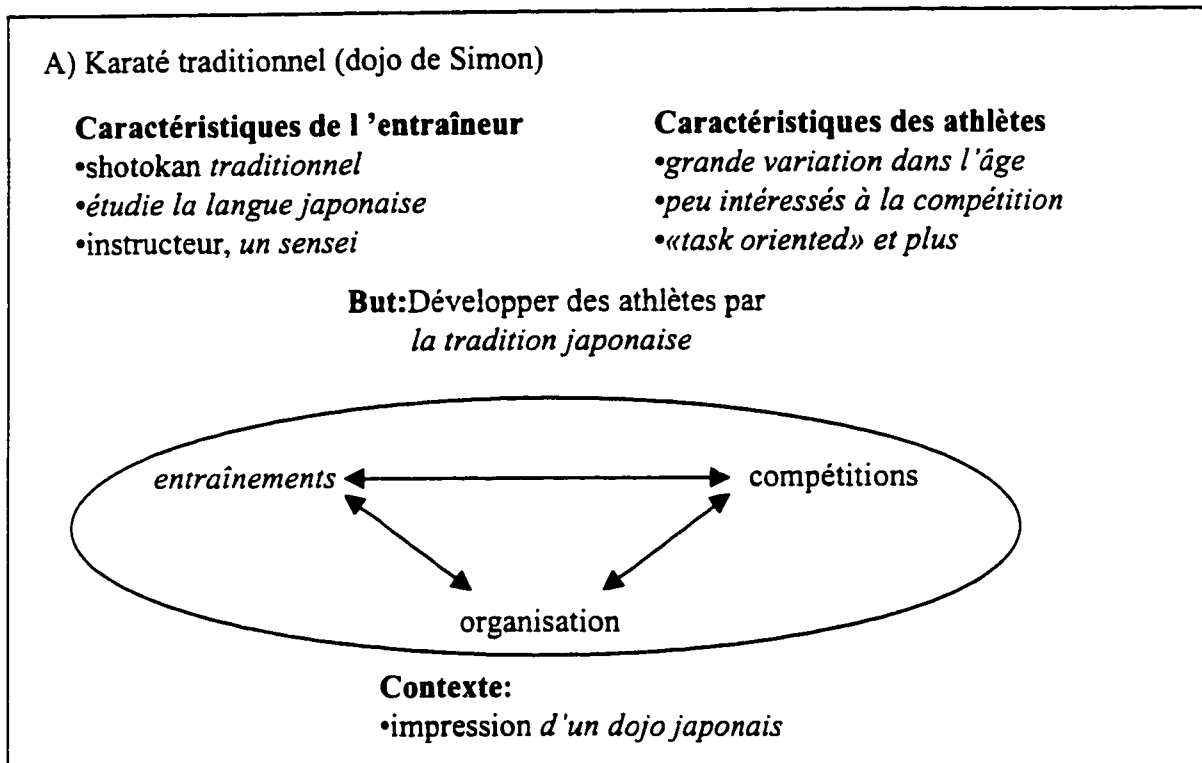


Figure 2. Le modèle de Côté et al. (1995) adapté aux deux contextes de karaté

l'enseignement offert. Si l'on se fie aux articles parus dans les quotidiens de la région, le sport-études connaît beaucoup de succès.

En ce qui concerne les caractéristiques des entraîneurs, Simon et Gilles ont semblé être très respecté par leurs athlètes. Simon se présente comme un instructeur, comme un sensei qui transmet les enseignements des grands maîtres du Japon. Afin d'y parvenir, il se rend au Japon aussi souvent qu'il le peut en plus de suivre des cours pour apprendre la langue japonaise. Gilles a plus de cinq années d'expériences dans le programme sport-études et il se voit comme un instructeur qui doit transmettre ses connaissances techniques et tactiques sur la pratique du karaté et aussi comme un entraîneur qui doit motiver continuellement ses athlètes lors des compétitions.

Les athlètes des deux contextes possèdent des caractéristiques différentes. Au dojo de Simon, les athlètes varient beaucoup en âge et sont, pour la plupart, très peu intéressés à participer à des compétitions. Selon la littérature, ces athlètes seraient "task oriented" bien que leur objectif principal qui est de "faire du karaté le plus longtemps possible" dépasse la définition généralement acceptée de "task oriented". En sport-études, les athlètes sont tous des étudiants qui, hors du contexte scolaire, pratiquent le karaté dans leur dojo respectif. Le désir avoué de ces athlètes de bien réussir lors des compétitions nous porte à croire qu'ils sont "ego oriented".

Finalement, les lieux d'entraînement sont très différents. Le dojo de Simon est dans un sous-sol, sans fenêtre et le décor intérieur (photos de maîtres, drapeau japonais, dojo kun,...) donne l'impression de se trouver dans un dojo japonais. L'atmosphère est très détendue et il y règne un sentiment d'humilité et de respect. Le dojo du programme sport-études est situé à l'intérieur de l'école polyvalente où les athlètes étudient. Deux des murs sont de grandes fenêtres ce qui donne l'impression que ce local sert aussi de salle de spectacle. Sur l'un des murs on retrouve le drapeau du Japon et la photo du grand maître Funakoshi. Par contre, le dojo kun

n'est pas affiché et il n'est pas récité à la fin des séances d'entraînement. Le dojo ressemble beaucoup à une salle de combat et il y règne une atmosphère de travail sérieux.

En terminant, il convient de souligner, qu'à notre avis, la méthodologie utilisée dans cette recherche permet de soulever un point intéressant concernant les recherches sur la fixation des objectifs. La collecte de données a eu lieu dans deux contextes de pratique du karaté, l'un traditionnel (le dojo de Simon) et l'autre compétitif (le programme sport-études). Or Simon était instructeur dans chacun de ces deux contextes, de même que certains de ses athlètes qui pratiquaient aussi dans les deux contextes. Lors d'une entrevue Simon nous a souligné que non seulement il était conscient de la philosophie de pratique du karaté dans chacun des deux contextes mais que ses athlètes pouvaient faire la différence:

J'ai des athlètes qui sont dans le sport-études et ils font la distinction que quand ils sont ici, ils sont ici pour pratiquer l'art martial tandis que quand ils sont là bas ils pratiquent le sport. On utilise des techniques pour le sport, pour la compétition, tandis qu'ici ce n'est pas pour la compétition, c'est pour l'auto défense. (entrevue, #2. S)

Il faut donc se demander si ce n'est pas le contexte qui est responsable du type d'objectifs que les athlètes se fixent. Les recherches antérieures sur la fixation d'objectifs se sont intéressées à l'orientation des objectifs des athlètes, mais pas à l'impact du contexte sur l'orientation des objectifs. Cette lacune dans la littérature pourrait peut-être expliquer les divergences entre divers auteurs sur l'efficacité des objectifs dans le domaine du sport (Weinberg & Weigand, 1993).

### **Conclusion**

Cette recherche a permis de mieux comprendre le contexte de la pratique du karaté et tout particulièrement les messages véhiculés dont ceux qui touchent à la fixation des objectifs. La décision prise au tout début du processus de recherche de ne pas faire une revue exhaustive de la littérature mais de laisser les données guider la recherche a, à notre avis, été très profitable. Cette

approche inductive a non seulement permis de confirmer l'existence de plus d'un type de karaté mais aussi de définir chacun d'eux de manière plus spécifique. L'intégration du karaté dans le style de vie, le principe d'humilité et la non fixation d'objectifs semblent caractériser le karaté traditionnel. Une approche déductive guidée par la littérature nous aurait entraîné dans la tendance actuelle qui consiste à utiliser des questionnaires pour identifier si les athlètes sont "task oriented" ou "ego oriented". Les résultats auraient, tout vraisemblablement, démontré que les athlètes en karaté traditionnel sont "task oriented" et ceux au programme sport-études tendent vers l'orientation "ego". Cependant l'objectif principal de faire du karaté le plus longtemps possible aurait passé sous silence de même que l'influence probable du contexte sur la fixation des objectifs. De plus, nous n'aurions pas pu vérifier si les messages émis par l'instructeur concordent avec ce que les athlètes retiennent de ces messages.

### **Recommandation**

Compte tenu des résultats obtenus, deux aspects pourraient être étudiés dans de futures recherches. Premièrement, pour augmenter notre compréhension de la pratique du karaté traditionnel, il pourrait être approprié d'utiliser la théorie du loisir sérieux de Stebbins (1998). D'après cet auteur, certains individus, qu'il appelle "amateurs", peuvent s'identifier à leurs activités (sportives ou non sportives) au point où ils modifient leur style de vie, l'activité en question devenant le centre d'intérêt de leur vie. Deuxièmement, l'absence des objectifs dans l'enseignement du karaté traditionnel va à l'encontre du contenu véhiculé dans les programmes de formation des entraîneurs (e.g., Programme National de Certification des Entraîneurs). Dans ces programmes, les entraîneurs sont appelés à développer des plans d'entraînement qui tiennent compte du moment des compétitions afin de maximiser les séances d'entraînement et on leur suggère également de fixer des objectifs avec leurs athlètes. Il serait intéressant d'étudier la

pertinence de la fixation d'objectifs en comparant la perspective des responsables des programmes de formation des entraîneurs à celle des instructeurs de karaté traditionnel.

## Références

31 médailles pour Gatineau. (1998, décembre 6). Bonjour Dimanche, p. 27.

Adams, K.A. (1997). Measurement of student-athletes' perceptions of their intercollegiate head coaches on conceptual, human and technical managerial skills. Unpublished Doctoral Thesis, Temple University, Philadelphia, PA.

Black, S.J. & Weiss, M.R. (1992). The relationship among perceived coaching behaviors, perceptions of ability and motivation in competitive age-group swimmers. Journal of Sport and Exercise Psychology, 14, 309-325.

Bégin, L. (1997) Analyse des apprentissages cognitifs proposés dans les programmes influençant l'intervention en activité physique d'un sport-études en ski alpin. Unpublished Masters Thesis, Université du Québec à Montréal, Montréal, Québec.

Bisson, G. (1999, mai 8). Examen de ceinture noir réussi. Le Droit, p. 68.

Bisson, G. (1998, décembre 16). Club de karaté de Gatineau. Le Droit, p. 60.

Bloom, G.A., Schinke, R.J. & Salmela, J.H. (1997). The development of communication skills by elite basketball coaches. Coaching and Sport Science journal, 2, 3-10.

Bowerbank, A. (1998). Spirit of the Sensei: A study of japanese martial arts, Morris Marketing and Media Services. Toronto, Ontario.

Brulé, L. P. (1999, mars 3). Impressionnante récolte de 21 médailles pour les Gatinois. La Revue de Gatineau, p. 26.

Brulé, L.P. (1998, décembre 16). Remise de ceintures noires et de diplômes. La Revue de Gatineau, p. 43.

Columbus, P.J. & Rice, D. (1998). Phenomenological meanings of martial participation Journal of Sport Behavior, 21, 16-29.

Côté, J., Salmela, J.H., Trudel, P., Baria, A., & Russell, S. (1995). The coaching model : A grounded assessment of expert gymnastic coaches knowledge. Journal of Sport & Exercise Psychology, 17, 1-17.

Culver, D. (1999). Coach-athlete communication: Explaining some of the pitfalls. Unpublished masters thesis. University of Ottawa, Ottawa, Ontario, Canada.

Doyle, S. G. (1999). The martial artist's way. Toronto Ontario: Harper Collins.

Durand, Y.L. (1999, février 24). Sept fois champion canadien en combat traditionnel. L'hebdo de l'avenir de Gatineau, p. 19.

Feeney, T.B. (1996). Perceptions of high school student-athletes of coaching competence. Unpublished Masters Thesis. Springfield College.

Franks, I.M., Johnson, R.B., & Sinclair, G.D. (1988). The development of a computerized coaching analysis system for recording behavior in sporting environments. Journal of Teaching in Physical Education, 8, 23-32.

Funakoshi, G. (1975). Karate-do: My way of life. New York, N.Y: Kodansha International.

Fuoss, D.E. & Troppmann, R.J. (1981). Effective coaching: A psychological approach. John Wiley & Sons. New York.

King, L.A. & Williams, T.A. (1997). Goal orientation and performance in martial arts. Journal of Sport Behavior, 20, 397-411.

Hoffman, D.A. (1993). The influence of goal orientation on task performance : A substantive meaningful suppressor variable. Journal of Applied Social Psychology, 23 (22), 1827-1846.

Klinkenberg, J-M., (1996). Précis de sémiotique générale, Collection culture & communication. DeBoeck Université. Bruxelles.

Laker, A., (1993). Teachers' and pupils' perceptions of lesson content in physical education. Unpublished Thesis. University of Northern Colorado.

Langley, D.J. (1992). Student cognition during motor skill learning. Unpublished Thesis. University of Oregon.

Lee, A. M. (1997). Contributions of research on student thinking in physical education. Journal of Teaching in Physical Education, 16, 262-277.

Lee, A. M., Landin, D. K., & Carter, J. A. (1992). Student thoughts during tennis instruction. Journal of Teaching in Physical Education, 11, 256-267.

Lefebvre, M-E. & Poncet-Montange, J. (1996). La bande vidéo, outil de coconstruction d'une mémoire raisonnée. Revue des sciences de l'éducation, XXII, 599-616.

Lévesque, D. (1999, mars 3) Gatineau se distingue au championnat provincial de karaté. L'hebdo de l'avenir de Gatineau, p. 18.

Littlejohn, S. W. (1999). Communication theory and scholarship. Theories of human communication. (6th Edition) New York. N.Y.: Wadsworth publishing.

Lochbaum, M. R. & Roberts, G. C. (1993). Goal orientations and perceptions of the sport experience. Journal of Sport & Exercise Psychology, 15, 160-171.

Martens, R. (1990). Successful coaching. Second edition. A publication for the American coaching effectiveness program leader level course. Champaign Il: Leisure Press.

Moraes, L. C. (1998). Beliefs and actions of traditional and modern expert judo coaches. Unpublished doctoral thesis. University of Ottawa. Ottawa, Ontario.

Newton, M. & Duda, J. (1995). Relations of goal orientations and expectations on multidimensional state anxiety. Perceptual and Motor Skills, 81, 1107-1112.

Nosanchuk, T.A. & MacNeil, M.L. (1989). Examination of the effects of traditional and modern martial arts training on aggressiveness. Aggressive Behavior, 15, 153-159.

Plante, J-F. (1998, décembre 15). Le programme de sport-études en karaté à la polyvalente Nicolas-Gatineau. Le Droit, p. 48.

Power, J. H. (1995). On the intellectual structure of the human communication discipline. Communication education, 44, 191-222.

Rielly, R.L. (1985). Complete shotokan karate : History, philosophy and practice. Boston Massachussets: Tuttle., Inc.

Seaborne, P., Trudel, P., & Gilbert, W. (1998). Instructional content provided to female ice hockey players during games. Applied Research In Coaching and Athletics Annual, 119-142.

Solomon, M.A. & Boone, J. (1993). The impact of student goal orientation in physical education classes. Research Quarterly for Exercise and Sport, 64 (4), 418-424.

Spink, K. (1991). The psychology of coaching - communication. New Studies in Athletics, 6-4, 37-41.

Stebbins, R.A. (1998). After work : The search for an optimal leisure lifestyle. Calgary Alberta: Detselig Enterprise.

Sutherland, W.H. (1985). Athletes' reality-based and stereotyped perceptions of coaches. Unpublished Masters Thesis. Temple University, Philadelphia, PA.

Trudel, P. & Côté, J. (1994). Pédagogie sportive et conditions d'apprentissage. ENFANCE, 2-3, 285-297.

Trudel, P., Côté, J., & Bernard, D. (1996). Systematic observation of youth ice hockey coaches during games. Journal of Sport Behavior, 19, 50-65.

Trudel, P. & Gilbert, W. (1996). Research on coaches' behaviors : Looking beyond the refereed journals. Avante, 1, 94-104.

Une compétition profitable. (1999, avril 28). La Revue de Gatineau, p. 33.

Weinberg, R. & Weigand, D. (1993). Goal setting in sport and exercise : A reaction to Locke. Journal of Sport & Exercise Psychology, 15, 88-96.

Whang, S. C., Whang, J.C., & Saltz, B. (1999). The state of the art taekwondo. New York N.Y.: Broadway Books.

White, S.A., Duda, J.L., & Keller, M.R. (1998). The relationship between goal orientation and perceived purposes of sport among youth sport participants. Journal of Sport Behavior, 21 (4), 474-483.

Wittrock, M. C. (1986). Students thought processes. Handbook of research on teaching. (Third Edition) Merlin C. Wittrock. New York, N.Y.: MacMillan.

Yee, J.W. (1997). The bully buster book. North York. ON: University of Toronto Press.

## Annexes

**Annexe 1**

### **Exemple de questions utilisées durant les entrevues**

#### **Phase I**

1. As-tu commencé à faire du karaté avec M. X comme entraîneur?
2. Quelle est la raison pour laquelle tu fais du karaté?
3. Si tu avais à classer les choses par ordre d'importance dans ta vie, quelle place occuperait le karaté?
4. D'après toi, quelle est la philosophie du club ici?
5. Comparer à d'autres dojos, d'autres styles, qu'est-ce qui caractérise le club ici?
6. Est-ce que tu trouves que la philosophie du karaté s'applique dans ta vie? Comment?
7. Quels sont tes objectifs à court, moyens et long terme, en terme de karaté?

#### **Phase II athlètes débutants**

1. Pourquoi as-tu commencé à faire du karaté?
2. Pourquoi le karaté plus qu'un autre sport?
3. Est-ce que tu as des objectifs?

#### **Phase II sport-études**

1. Y a-t-il des différences entre le sport-études et ton club de karaté?
2. C'est quoi le but du programme sport-études?

À la suite de ces questions principales, d'autres questions de types 'probes'(Rubin & Rubin, 1995) sont ajoutées afin de pousser un peu plus à fond certaines pistes ou certains points d'intérêts soulevés par l'athlète.

**Annexe 2**

### **Le sport-études c'est quoi**

Une école sport-études est un établissement scolaire public qui regroupe des élèves/athlètes identifiés par leur fédération sportive. Afin de recevoir le statut de sport-études, une école doit atteindre la masse critique en nombre de participants(100). Environ 12-15 heures par semaine sont consacrées à la pratique sportive. La formation sportive est dûment reconnue et accréditée par la fédération sportive provinciale concernée. Elle est assurée dans la très grande majorité des cas par un organisme sportif.

Plusieurs services spécifiquement adaptés aux besoins des élèves/athlètes leurs sont offerts, tels que des tutorats, du counseling, la diminution des groupes d'élèves, ainsi que la récupération dirigée. L'ensemble de ces services est spécifique aux programmes sport-études, pour former un encadrement académique de haut niveau.

L'adhésion d'un sport à un programme sport-études se concrétise par l'entremise d'un protocole d'entente entre chaque fédération sportive et chaque commission scolaire, le tout fait partie du plan de développement de l'excellence d'une fédération sportive. Chacun des athlètes qui veut s'inscrire à un programme sport-études est sujet à l'approbation du ministère des affaires municipales. Dans la très grande majorité des cas, ce sont les fédérations sportives qui soumettent une liste de candidats potentiels au ministère des affaires municipales à chaque année, avant le début d'une nouvelle session. En fait, pour être admissible, les athlètes doivent être identifiés(par chaque fédération sportive) dans les catégories suivantes:

Pour les catégories 1 à 3, une liste est déposée au ministère des affaires municipales à la direction des sports

1- Excellence

2- Élite

3- Relève

4- Espoir                    Pour la catégorie 4, la sélection se fait selon un modèle proposé par chaque fédération sportive et entérinée par le ministère des affaires municipales.

L'encadrement d'athlètes identifiés participant à un projet sport-études est assuré par un ou des entraîneurs certifiés minimalement au niveau 2 du programme national de certification des entraîneurs (PNCE).

Le ministère de l'éducation en collaboration avec le ministère des affaires municipales analyse chaque projet en fonction du nombre d'athlètes identifiés, de la certification des entraîneurs, des protocoles d'entente et du respect du régime pédagogique. Le ministère des affaires municipales est responsable de remettre au ministère de l'éducation la liste des athlètes identifiés (sports individuels) ou la liste des deux premières ligues prioritaires de développement (sports d'équipe) avant la fin de l'année scolaire, pour les inscriptions du prochain terme.

Le ministère des affaires municipales fourni un soutien financier aux projets retenus, au prorata des athlètes identifiés à la fin novembre, pour aider à défrayer les honoraires des entraîneurs.