TABLE DES MATIERES

I. INTRODUCTION 1

II. PROBLÉMATIQUE 5
2.1. La pratique d'activités physiques : état de la situation 5
2.2 Le sport adapté : regard sur l'évolution d'une nouvelle pratique 7
2.3 Les facteurs d'influence pour les activités sportives adaptées 9
2.3.1 Caractéristiques individuelles et pratique sportive adaptée *10*
2.3.2 L'identité de soi en tant que sportif *12*
2.4 Objectifs et contribution de l'étude 13

III. CADRE THÉORIQUE 15
3.1 La théorie du comportement planifié (Ajzen, 1980 ;1991) 15
3.2 Les facteurs antécédents 18
3.2.1 Les variables sociodémographiques *18*
3.2.2 L'identité sportive *19*
3.3 L'identité sportive face à l'intention d'effectuer un comportement sportif 20

IV. Article 23

Abstract 27

V. Discussion générale 64

RÉFÉRENCES 72

ANNEXES 76
Annexe 1 : Certificat éthique 76
Annexe 2 : lettre d'information et de consentement pour adulte du volet 1 77
Annexe 3 : lettre d'information et de consentement pour mineur du volet 1 80
Annexe 4 : Volet 1 : Questionnaire 83
Annexe 5 : lettre d'information et de consentement pour adulte du volet 2 88
Annexe 6 : lettre d'information et de consentement pour mineur du volet 2 92
Annexe 7 : Volet 2 : Entrevue individuelle 96

I. INTRODUCTION

L'activité physique est définie par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 2006a) comme « *tout mouvement produit par les muscles squelettiques, responsable d'une augmentation de la dépense énergétique* ». Toujours selon l'OMS, pratiquer une activité physique régulière et adaptée chez l'adulte « réduit le risque d'hypertension, de cardiopathies coronariennes, d'accident vasculaire cérébral, de diabète, de cancer du sein et du côlon, de dépression et de chute ; améliore l'état des os et la santé fonctionnelle ». Cette définition aide donc à répondre aux critères de la santé définis comme « un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité » (OMS, 2006b).

La pratique sportive semblerait s'inscrire parmi les types d'activités physiques les plus souvent pratiquées, du moins chez les plus jeunes populations (Cailmail et al., 2011). S'adonner à un sport constitue un moyen d'adopter un mode de vie actif par l'entremise d'activités physiques, autant sur le plan récréatif que compétitif. De nombreuses évidences scientifiques ont démontré les effets bénéfiques du sport sur la santé, autant sur les plans physique, psychologique et social (Bergeron et al., 2013). Les bénéfices liés au sport et à la pratique régulière d'activités physiques sont tout aussi importants pour les personnes présentant des limites fonctionnelles, et ce malgré les défis que cela peut imposer (Grandisson, Tétreault, & Freeman, 2010). Selon la charte de la Fédération Française du Sport Adapté « Handisport » (2018) « *Tout être humain, en effet, est capable de progrès, quelles que soient sa condition, ses difficultés, ses fragilités, même si ces progrès sont infimes et particulièrement lents. Les personnes les plus lourdement atteintes ont besoin d'activités physiques, pour évoluer peu à peu vers l'accomplissement d'opérations motrices plus complexes* ».

L'apparition des activités physiques adaptées a mis plus de temps à se trouver une place au sein des activités physiques de loisir, et par conséquent dans le mode du sport de compétition. En effet, les organismes et infrastructures de sports adaptés ont vu le jour bien plus tard, comparativement aux structures sportives traditionnelles. D'après Hamonet et Dziri (2012), cette inégalité est encore plus présente lors des compétitions. Tandis que les Jeux olympiques datent de 1896, les Jeux paralympiques, eux, ont été organisés pour la première fois en 1960. Dans cette optique, la pratique sportive pour les individus avec handicap est à un stade moins avancé, autant sur la promotion du sport adapté que sur le plan des opportunités de pratique. De plus, les conditions telles que la disponibilité des infrastructures, les revenus familiaux et l'auto-efficacité personnelle entrainent des difficultés importantes quant à la pratique sportive chez les gens ayant un handicap (Pan et al., 2009).

Toutefois, les opportunités de pratique du sport adapté connaissent un essor intéressant. Au Québec, la mise sur pied d'évènements comme le Défi Sportif AlterGo contribue à promouvoir la pratique sportive chez les gens ayant un handicap (AlterGo, 2014-2017). Le Défi AlterGo prend de l'ampleur chaque année, en accueillant plus de 6 000 athlètes de la relève et de l'élite. Les participants sont touchés par différents niveaux de déficiences, et proviennent, en plus du Québec, de plus de 15 autres pays (AlterGo, 2014-2017). Depuis, plusieurs organismes faisant la promotion des sports adaptés ont vu le jour : la Fédération canadienne des organisations de sports pour handicapés, Sport Adapté Québec et Adaptavie. Cependant, on en connaît moins sur les motivations des gens possédant un handicap vis-à-vis de l'adhésion aux sports adaptés. Comme se questionne Beldame et al. (2016), la pratique sportive pour des personnes en situation d'handicap « *conduit-elle à une sortie du monde du handicap et à une participation durable dans le monde ordinaire* » ? Au-delà de l'obtention de médailles et du désir de se mesurer à divers niveaux, il est important de porter attention aux effets à plus long

terme de cette participation et des prédispositions face à la continuité d'adhérer à un mode de vie actif, et ce au-delà du contexte compétitif. Sachant cela, il serait donc intéressant de connaître les antécédents et les facteurs ayant incité ces athlètes à adhérer et à maintenir une pratique sportive, en plus de savoir dans quel contexte ils s'adonnent à leur sport. De plus, on peut se questionner sur l'impact (favorable ou non) de l'environnement dans lequel évoluent les sportifs avec un handicap.

Au Canada, le hockey fait partie de la culture du pays et est ancré dans l'identité nationale (Bélanger, 1996). Avec plus de 600 000 adeptes (Hockey-Canada, 2016), il représente le symbole sportif national du Canada et est le sport le plus suivi sur le plan médiatique. Tel que le stipule Bélanger (1996), « le hockey représente, depuis les années 50, l'incarnation du contexte du projet identitaire de nombreux Québécois ». Deuxième sport le plus pratiqué au Canada, il est intéressant de constater qu'il y a, au Canada, près de 1300 adeptes de hockey adapté (Hockey Canada, 2017). La version paralympique du hockey est connue sous le nom de hockey sur luge, ou nouvellement para hockey. C'est d'ailleurs l'équipe canadienne de hockey sur luge qui est actuellement championne du monde, pour une 4e année. Depuis 2003, cette équipe est dirigée par Hockey Canada, soit la fédération nationale. Elle est alors devenue une puissance internationale remportant également une médaille d'or lors des Jeux paralympiques de 2006. Cependant, malgré la popularité grandissante du para hockey au Canada, il semble que cette tendance soit moins forte au Québec. Les plus récentes statistiques de participation révèlent que les joueurs de para hockey se font rares au Québec, comparativement aux autres provinces canadiennes. Par le fait même, on ne connaît que peu de caractéristiques sur leurs intérêts face à la pratique de ce sport et des autres types d'activités physiques. Ce projet s'intéresse donc au profil motivationnel des parahockeyeurs québécois, ainsi qu'à leurs prédispositions envers le maintien de la pratique sportive. En plus de faire la lumière sur les prédispositions des sportifs à

s'adonner au parahockey, la présente étude porte un regard sur les facteurs d'influence au regard d'une pratique régulière d'activités physiques. En plus de connaître les facteurs motivationnels vis-à-vis du parahockey, ce projet permettra de vérifier si les perceptions relatives à la pratique régulière d'activités physiques diffèrent selon l'origine du handicap de ces sportifs.

II. PROBLÉMATIQUE

2.1. La pratique d'activités physiques : état de la situation

Il a été de nombreuses fois démontré que la pratique régulière d'activités physiques à un impact positif sur le bien-être social, mental et physique (Bergeron, 2013 ; Biddle & Goudas, 1994). De nombreux bénéfices sont visibles, et ce même lorsque l'activité est pratiquée à des intensités moyennes, tant qu'elle est pratiquée de façon régulière (OMS, 2010). Ces gains permettraient une meilleure qualité de vie et aide à l'intégration sociale. Pour les personnes présentant un handicap, les activités sportives adaptées permettraient de diminuer les effets délétères de la maladie ou du handicap lui-même (Vassieux, 2015). Il est donc nécessaire pour tout individu, d'intégrer des activités physiques tout au long de leur vie lors de leur temps libre. Néanmoins, malgré les campagnes publicitaires axées sur les bienfaits du sport sur la santé, il semble qu'une bonne proportion de la population n'adhère pas à un niveau suffisant d'activités physiques. Il s'avère toutefois important, de mettre l'accent sur cette disponibilité publicitaire visant principalement les personnes sans trouble fonctionnel particulier. Un manque de programme de sensibilisation spécifique à la population présentant un handicap pourrait rendre plus difficile l'adhésion à divers types d'activités physiques (Statistique Canada, 2006 a).

Selon l'OMS (2010), les recommandations à la pratique sont adaptées selon les catégories d'âges. Chez les enfants et adolescents (5-17 ans), il est recommandé « *d'accumuler au moins 60 minutes par jour d'activité physique d'intensité moyenne à élever* ». Chez les adultes, il est recommandé de « *pratiquer au moins, au cours de la semaine, 150 minutes d'activité d'endurance d'intensité moyenne ou au moins 75 minutes d'activité d'endurance d'intensité élevée, ou une combinaison équivalente*

d'activité d'intensité moyenne et élevée ». Selon les Lignes directrices canadiennes sur les mouvements sur 24 heures, il est également recommandé pour les jeunes de 6 à 17 ans ayant un handicap (ex. une mobilité réduite) de faire 60 minutes d'activité physique par jour d'intensité modérée à vigoureuse. Dans le but que les enfants de toutes capacités puissent respecter ces recommandations une boîte à outils sur les capacités a été créer (Handler, Tennant, D'Urzo, & Latimer-Cheung, (2018).

Ainsi les gains occasionnés par une pratique régulière d'activités physiques contribuent à améliorer l'autonomie, la souplesse, la force musculaire, à faciliter le déplacement, renforcer l'estime de soi, et lutter contre les effets secondaires des traitements (Vassieux, 2015).

De plus, il est plausible de croire que les gens ayant un handicap soient contraints à de multiples défis pour rendre la pratique d'activités physiques accessible. Les problèmes de transport, d'accessibilité, de suivi médical et celles liées au handicap lui-même peuvent être des obstacles supplémentaires (Jaarsma, Dijkstra, Geertzen, & Dekker, 2014). En 2010, aux États-Unis, encore 56% de personnes ayant des limitations fonctionnelles ne pratiquaient pas de sport (Jaarsma et al., 2014). Quant au Canada, une enquête statistique depuis 2006, a établi un taux d'incapacité fonctionnelle de 14% au sein de la population ce qui équivaut à 4,4 millions de personnes (Statistique Canada, 2006 b). Néanmoins, aucune étude n'a permis d'avoir des statistiques sur leur niveau de pratique sportive. D'ailleurs, au Québec, les données sont en accord avec celles des États-Unis, c'est-à-dire que 62% de la population avec incapacité sont inactifs (St-Laurent & Émond, 2006). Le taux d'inactivité physique observé dans cet échantillon de la population est une préoccupation importante, considérant ses retombées en

matière de santé publique. Il est donc primordial d'enrichir les connaissances au sein de cette population afin de comprendre leur prédisposition à la pratique sportive.

2.2 Le sport adapté : regard sur l'évolution d'une nouvelle pratique

Le sport est un « sous-ensemble de l'activité physique, spécialisé et organisé en une activité revêtant la forme d'exercices et/ou compétitions, facilitées par des organisations sportives » (OMS, cité par Inserm 2008). Il permet d'enrichir ou d'acquérir de nouvelles compétences physiologiques, cognitives et motrices. Pour la personne en situation de handicap les bénéfices se poursuivent par le processus d'intégration et de cohésion sociale.

L'histoire du sport adapté débute à l'aube du 20ème siècle. Pour que le développement de ces activités sportives adaptées puisse se faire au Canada, une décision de se structurer se met en place lors des Jeux Panaméricains de Winnipeg au Manitoba en 1967. C'est alors dans ce but qu'on a fondé l'Association canadienne des sports en fauteuil roulant (Parasports Québec, 2008-2018). La structuration se poursuit avec la naissance d'une première fédération à l'aube des années soixante-dix : la Fédération des loisirs pour handicapés du Québec. Cette fédération sera à l'origine des premiers Jeux provinciaux pour personnes ayant un handicap physique. Dans les pays développés, tels que la France, l'évolution de la pratique sportive pour personnes en situation de handicap a pris de l'ampleur. Depuis 2015, on rapporte 1 403 associations recensées, dont 95 clubs et sections qui détiennent le Label Club Handisport (Fédération Française Handisport, 2018). De plus, on compte 6 520 licenciés de "compétition", 8 424 licenciés en loisirs sportifs, et 7 847 sont des « pass'sports », qui est un statut réservé aux jeunes de moins de 18 ans (Luquet, Paillard, Siclis, 2016).

Le développement technique des activités physiques permet de proposer

aujourd'hui de nombreuses activités adaptées selon le handicap rencontré. Ces sports ont été répertoriés (Tableau 1) par la Fédération Française Handisport (2018). D'autres sports adaptés affiliés à diverses autres fédérations existent, comme l'aviron, l'escalade, la boxe, la danse et bien d'autres. Nous présenterons plus loin dans l'étude, le para hockey, qui est la pratique sur laquelle nous porterons notre attention.

	Athlétisme	Basket	Boccia	Cyclisme	Escrime	Canoé-kayak	Rugby	Ski
Handicap orthopédique	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Paraplégique/ Tétraplégique	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Hémiplégie	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Paralysie cérébrale	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Handicap neurologique	✓	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Handicap visuel	✓	X	✓	✓	✓	✓	X	✓
Handicap auditif	✓	✓	✓	✓	X	✓	X	✓

Tableau 1: Représentation de quelques activités physiques adaptées selon le type d'handicap (Fédération-Française-Handisport, 2018)

Néanmoins, toutes ces avancées ne tirent pas un trait sur les obstacles que peuvent vivre les personnes handicapées. Des barrières et des facilitateurs liés au sport apparaissent encore nombreux (Jaarsma et al., 2014). Ces déterminants seront expliqués dans la section suivante. À notre connaissance, très peu d'études se sont penchées sur les comportements en sport adapté chez les Québécois (Banack, 2009). Aucune étude ne s'est intéressée à mieux comprendre les facteurs dans un sport typiquement canadien, tel que le para hockey. Au Québec, le taux de participation au hockey adapté est très faible, on estime qu'il y a 140 participants mais ceux-ci ne sont pas répertoriés dans les rapports de Hockey Canada. Néanmoins, ce taux est nettement

Clicours.COM

moindre que celui observé en Ontario avec 508 joueurs et en Alberta avec 225 joueurs, qui s'adonnent au hockey adapté (Hockey Canada, 2018). On ne remettra pas en question la place du hockey dans la vie des Québécois, qui est sans hésitation un sport lié à l'identité nationale (Bélanger, 1996), et qui figure parmi les sports les plus populaires (Canada Heritage, 2010). Il devient alors intéressant de comprendre d'où vient cette différence de participation, et de mieux comprendre comment il serait possible de promouvoir l'adoption de ce sport dans la population québécoise. Ainsi, il semble important de savoir quels facteurs poussent ces athlètes à débuter puis à maintenir cette pratique sportive. Plusieurs causes peuvent expliquer le faible taux de participation des Québécois au parahockey : le manque d'accessibilité, la faible disponibilité des espaces et du matériel, le faible niveau de promotion de ce sport adapté, l'appréhension des blessures ou bien même des incapacités ou du sentiment de compétence moindre liée à l'image du handicap lui-même. Une meilleure connaissance des facteurs facilitants ou contraignants permettrait de mieux cibler les actions à prioriser pour favoriser les comportements actifs dans cette population.

2.3 Les facteurs d'influence pour les activités sportives adaptées

Les déterminants de la pratique d'activités physiques relèvent principalement de deux niveaux, l'individu et l'environnement et ce autant chez les gens avec ou sans handicap physique (Jaarsma et al., 2014; Pan et al., 2009). Les déterminants associés à l'individu sont d'ordre sociocognitif, et s'associent aux croyances, motivations et perceptions des individus à l'égard d'un comportement précis. Parmi cette catégorie de déterminants, ceux ayant le plus d'impact sur la pratique sportive seraient l'auto-efficacité et l'intention (Pan et al., 2009). L'environnement réfère quant à lui aux différentes caractéristiques démographiques (p.ex. éducation, classe socio-économique, sexe, tranche d'âge, etc.). Ce type de déterminant est également associé au monde qui entoure

l'individu tel que l'environnement social (p.ex. le soutien social, informationnel) et l'environnement physique (p.ex. la disponibilité d'infrastructure, les programmes proposés, l'accessibilité) (Jaarsma et al., 2014; Pan et al., 2009).

2.3.1 Caractéristiques individuelles et pratique sportive adaptée

Malgré la mise en avant des bienfaits de la pratique régulière d'activités physiques pour l'ensemble de la population (avec handicap ou non), nous avons expliqué précédemment qu'il subsiste toujours un niveau insuffisant d'activités physiques chez un grand nombre d'individus. Il est donc intéressant de comprendre quels déterminants (individuels ou environnementaux) incitent à la pratique sportive. Nous savons que chez les populations sans handicap, il existe des caractéristiques sociodémographiques qui influencent l'adoption de la pratique sportive (Pan et al., 2009). Les résultats de cette étude ont mis en évidence que les caractéristiques les plus souvent citées sont le genre, le statut socio-économique et les différentes caractéristiques démographiques (p.ex. milieu de vie, etc.). Pour les personnes âgées, l'influence envers l'adoption de la pratique sportive était basée sur les bénéfices au niveau de la santé, l'éducation et les revenus familiaux. Tandis que pour les femmes, ce sont l'éducation et les barrières perçues qui les influençaient davantage. Pour finir, la disponibilité des établissements sportifs était davantage considérée pour les personnes ayant un diplôme supérieur (Pan et al., 2009). Mais ces déterminants jouant sur la pratique sportive pour une population sans handicap sont-ils également ressentis chez les personnes avec handicap ? Les déterminants comme la santé, l'accès aux infrastructures et le plaisir, peuvent également être retrouver chez la population ayant des limitations fonctionnelles. Néanmoins, cette population semble rencontrer des barrières supplémentaires dues au handicap, comme la dépendance aux autres lors de la pratique sportive, le manque d'installations sportives, le transport et le handicap lui-même qui sont les barrières les plus fréquemment

énoncées (Jaarsma et al., 2014). Par ailleurs, ces variables semblent varier selon le type de handicap. Les personnes en fauteuil roulant seraient confrontées à un plus grand nombre d'obstacles envers la pratique sportive comparativement à une personne ayant un handicap ambulatoire, qui se définit par une mobilité à la marche avec ou sans aide technique (Jaarsma, Geertzen, Jong, Dijkstra, & Dekker, 2014). À l'inverse, certains facteurs facilitants sont présents et aident à intégrer et/ou à maintenir la pratique sportive. Ils sont appuyés par le sentiment de plaisir, le développement de nouvelles compétences, le goût d'améliorer la condition physique et l'augmentation des contacts sociaux (Jaarsma et al., 2014). De plus, ces mêmes facilitateurs seraient également ressentis dans le monde des athlètes paralympiques, alors qu'ils joueraient un rôle important sur la motivation des athlètes à s'initier à la pratique sportive, et aussi dans le maintien de celle-ci à plus long terme (Jaarsma et al., 2014 ; Shihui, 2007). Deux types de barrières ou facilitateurs seraient donc présents, pouvant être d'ordre personnel ou environnemental. Cependant, à l'instar de l'étude menée par Jaarsma et ses collègues (2014) peu d'auteurs ont porté un regard spécifique aux populations ayant un handicap.

Il serait plus difficile d'accepter son handicap et donc d'accepter le fait d'être apte à pratiquer un sport selon le type de handicap (Perrier, Strachan, Smith, & Latimer-Cheung, 2014). Deux types de handicaps sont énoncés, soit le handicap acquis c'est-à-dire qu'il est dû à un accident au cours de la vie, ou à l'inverse le handicap congénital présent dès la naissance. Un niveau inférieur d'identité sportive serait alors rapporté par les personnes ayant un handicap acquis vis-à-vis d'une personne présentant un handicap congénital (Kokaridas, Perkos, Harbalis, & Koltsidas, 2009). Il semble que la motivation à intégrer ou réintégrer une pratique sportive dans sa vie après un accident ayant entrainer l'acquisition d'un handicap, sera alors différente selon l'état psychologique de l'individu et de ses antécédents sportifs. Cette perception, de soi en tant qu'athlète handicapé, serait particulièrement importante lors de l'initiation à un sport,

car différents points de vue seraient visibles sur l'évolution du développement sportif une fois l'acquisition du handicap (Perrier et al., 2014). Selon l'acceptation du handicap et les antécédents sportifs, certaines personnes ayant acquis un handicap (ex : amputation, paraplégie, etc.) ne se verraient plus ou pas comme athlète tandis que d'autres le sont ou projettent de l'être. On parle d'acceptation du handicap lorsque la personne a accepté de poursuivre sa vie avec ses capacités actuelles en ayant fait son deuil de ses capacités perdues (Drolet, 2000). Alors quel type de profil psychologique retrouvons-nous chez les athlètes qui s'adonnent à de la compétition ? Quelles étaient leurs perceptions envers le sport avant d'avoir franchi le cap de la pratique régulière ou autonome ? L'objectif est de connaître qui ils sont afin de mieux comprendre le profil des joueurs s'adonnant au para hockey.

2.3.2 L'identité de soi en tant que sportif

Au fil des années, plusieurs auteurs ont mis en lumière l'état psychologique des athlètes lors de l'arrêt de leur carrière sportive (Beldame, Lantz, & Marcellini, 2016; Gosselin & Brassard, 2011). Les études antérieures ont permis de comprendre les possibles difficultés et les obstacles à affronter en fin de carrière. On s'aperçoit que la reconversion sportive des athlètes passerait par l'obtention d'un travail au sein du milieu sportif (Beldame et al., 2016) par exemple devenir entraîneur, dirigeant d'un club sportif, commentateur sportif, etc. De plus, cette reconversion serait différente selon le niveau d'identité sportive de l'athlète lors de sa pratique (Gosselin & Brassard, 2011). D'après Gill et ses collègues (2011), « *l'identité sportive est une source majeure d'identité pour les athlètes* ». Une étude portant sur des athlètes élites valides explique l'importance du maintien d'une vie active pour cette population (Witkowski & Spangenburg, 2008). Ces auteurs expliquent qu'une non-conservation d'une pratique physique régulière suffisante à l'arrêt de leur pratique de prédilection engendrait les mêmes complications de maladies

chroniques, sinon plus, que les personnes ayant été sédentaire toute leur vie. Néanmoins, le maintien de la pratique sportive de loisir en basse saison ou en après carrière est également très peu documenté chez les sportifs évoluant au niveau compétitif. Ce changement de statut important des athlètes en relation avec leur pratique de loisirs commence donc graduellement à être étudié. Ceci a amené à comprendre qu'une personne ayant une forte identité sportive serait amenée à pratiquer plus d'activités physiques même après la fin de sa carrière (Gill & Reifsteck, 2011). À notre connaissance, aucune étude à ce sujet n'a été faite sur les athlètes ayant une limitation fonctionnelle. Sachant que la pratique sportive permet d'aider à obtenir un niveau d'activités physiques qui répond aux recommandations en matière de santé, il est donc important de chercher à mieux comprendre les prédispositions d'athlètes handicapés à évoluer dans d'autres disciplines de loisir, et ce plus spécifiquement lorsqu'ils ne s'adonnent pas à leur discipline de prédilection. Comme nous l'avons vu, l'identité sportive serait liée au niveau de pratique sportive, il est donc intéressant de les associer afin de mieux comprendre leurs prédispositions à la pratique de loisirs.

Désireux d'enrichir les connaissances auprès des disciplines du sport adapté, nous avons décidé de nous intéresser aux participants de l'une d'elles. Au regard de l'importance du hockey pour la population québécoise discutée précédemment, il semble intéressant d'étudier les participants en para hockey (jeunes, athlètes élites, récréatifs ou adeptes de sports de loisirs) dû au faible taux de participation rencontré dans cette discipline pourtant si populaire chez les Québécois. De plus, aucune étude n'a été précédemment faite sur cet échantillon d'athlètes. Le but étant d'améliorer le recrutement et de comprendre la motivation qui inciterait l'initiation et/ou le maintien de cette pratique sportive.

2.4 Objectifs et contribution de l'étude

Les motivations, les obstacles et les facilitateurs envers le maintien ou la découverte de pratique sportive chez des athlètes pratiquants du parahockey sont inconnus. Toutefois, malgré sa popularité au Canada, le faible taux de participation observé au Québec préoccupe les intervenants. En ce sens, on s'interroge sur les motifs et facteurs pouvant favoriser l'adoption de la pratique de ce sport. Ainsi, mieux connaître le profil des participants s'avère crucial pour augmenter la participation au parahockey. Par le fait même, il est pertinent pour notre population, de s'intéresser aux caractéristiques qui favorisent la pratique du sport. Dans une vision de santé publique, où la pratique d'activités physiques symbolise une vie saine et active, il est pertinent de bien saisir quels sont les facteurs qui prédisposent donc au mode de vie actif de cette clientèle. La présente étude vise à mieux comprendre les facteurs favorisant la pratique sportive chez les sportifs avec handicap, dans le contexte de la pratique du parahockey. Plus spécifiquement, nous visons 2 objectifs. En premier lieu, le présent projet vise à **décrire** le profil d'individus qui s'adonnent au parahockey. Deuxièmement, l'étude a comme objectif de **porter un regard** sur les facteurs qui influencent leur niveau de pratique sportive actuelle, mais aussi de connaître leurs prédispositions à pratiquer de nouvelles activités physiques, ou au simple fait de maintenir la pratique actuelle. Le potentiel de ce projet est intéressant, puisqu'il permet l'avancement des connaissances chez les sportifs ayant un handicap. Au regard du premier objectif, connaître le profil des joueurs de parahockey permettra d'identifier d'autres participants potentiels pour la pratique sportive et de rehausser la participation à ce sport. En ce qui concerne le deuxième but du projet, on vise à mieux comprendre ce qui motive les athlètes adaptés par rapport à leur sport et d'aider les organismes sportifs et les entraîneurs dans l'accompagnement de ces derniers afin de maintenir à la pratique de leur sport.

III. CADRE THÉORIQUE

Au sein du domaine sportif, depuis de nombreuses années, l'étude des théories comportementales et motivationnelles a contribué à mieux comprendre certains aspects chez les athlètes. Ces ouvertures ont permis entre autres de se faire une idée sur l'après-carrière des athlètes et sur leur motivation à performer. Les modèles théoriques tels que le modèle hiérarchique de la motivation, la théorie de l'autodétermination et la théorie du comportement planifié, font partie de ceux les plus fréquemment étudiés dans le domaine. Chacun de ces modèles contribue à sa façon, à identifier des pistes d'action pour l'intervention. Néanmoins, le choix de la théorie du comportement planifié dans notre étude nous permet d'avoir une vision plus large des prédispositions propres à un comportement souhaité. Elle permet de mettre en jeux plusieurs facteurs comportementaux et motivationnels pour en comprendre le résultat, par exemple le maintien du niveau de pratique sportive. De plus, cette théorie permet d'associer ces facteurs aux antécédents des participants. Un des antécédents à considérer chez un sportif est son identité sportive, car cela représente l'importance que l'athlète donne à la pratique sportive dans son quotidien. Chez les personnes ayant un handicap, l'identité sportive joue un rôle particulier envers la pratique sportive, car une personne ayant une forte identité sportive (malgré le handicap) devrait être plus favorable à s'adonner à un sport (Perrier et al., 2014).

3.1 La théorie du comportement planifié (Ajzen, 1980 ;1991)

La théorie du comportement planifié (TCP) qui a été « *conçue pour prédire et expliquer le comportement humain dans des contextes spécifiques* » (Ajzen, 1991). Ce concept découle des travaux d'Ajzen et a permis d'ajouter une composante « contrôle » à la théorie de l'action raisonnée (Ajzen & Fishbein, 1980 ; Fishbein & Ajzen, 1975). Le but

était d'ajouter une valeur prédictive de la théorie en considérant une dimension axée sur le contrôle, puisque la version antérieure de cette théorie (action raisonnée) n'était valide uniquement pour les comportements sous contrôle volontaire, c'est-à-dire un contrôle total de l'individu. Ainsi, ceci se présentait comme une limite pour la théorie d'origine. Au sein de la TCP, le noyau central est porté sur l'intention envers la réalisation d'un comportement particulier. Dans le cas présent, nous nous intéressons à la fois à un sport spécifique (parahockey) et à des types d'activités physiques diverses. Comme illustré à la Figure 1, la TCP stipule que les comportements sont préalablement déterminés par les intentions de s'adonner à ces derniers. Par exemple, un individu prend part à une ligue organisée de parahockey à partir d'un niveau de motivation et d'intention qui l'amène à adopter ledit comportement. Par le fait même, divers facteurs jouent un rôle d'influence sur le développement des intentions : l'attitude, les normes subjectives et le contrôle du comportement perçu.

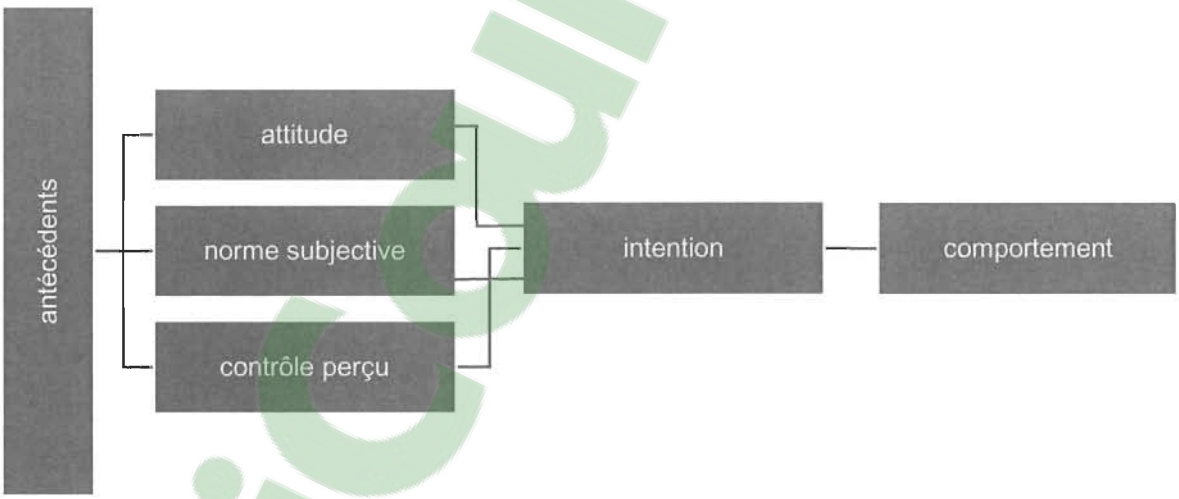

Figure 1 : Schéma de la TCP (adapté de Ajzen, 1991).

L'intention renvoie donc aux facteurs qui vont influencer la motivation afin de savoir si les personnes sont prêtes à développer des intentions à adopter un comportement. L'attitude représente le niveau de désir vis-à-vis de la réalisation du comportement et de

ses conséquences. L'attitude est le reflet du degré d'affect ressenti envers un comportement précis. Par exemple, cela se traduit par le plaisir ressenti, l'importance et l'utilité d'un comportement face à des croyances établies. Les normes subjectives sont en lien avec l'importance donnée à ce que pense l'entourage de la personne face au comportement choisi. Il y a donc, ici, la présence d'une influence envers les proches et de leurs opinions face au comportement. Les normes subjectives sont donc le reflet de la norme sociale et des pressions sociales exercées à l'égard de l'adoption (ou non) d'un comportement. Quant au contrôle comportemental perçu, il renvoie aux perceptions relatives aux barrières et facteurs qui pourraient faciliter l'adoption d'un comportement (Giger, 2008). Plus les barrières perçues prendront le pas sur les facilitateurs, plus les intentions seront diminuées, ce qui affectera conséquemment la réalisation d'un comportement. Cependant, la notion de contrôle perçu relève aussi de caractéristiques individuelles telles que le niveau de confiance en soi ou d'auto-efficacité à l'égard d'un comportement. Par exemple, pour deux enfants avec une même force d'intention à essayer d'apprendre à faire du vélo, la persévérance sera différente selon le niveau de confiance qu'à l'enfant sur sa capacité à maîtriser cette pratique (Ajzen, 1991). Selon la TCP, ces prédicteurs des intentions sont affectés par un ensemble de croyances. L'attitude va être en lien avec la croyance comportementale du sujet, c'est-à-dire que cette personne qui doit effectuer le comportement va évaluer les conséquences possibles vis-à-vis de celui-ci. La norme subjective est déterminée par les croyances normatives qui renvoient à la représentation des normes sociales et des attentes que le sujet se fait vis-à-vis de ses proches. Cela implique également la motivation du sujet à aller à l'encontre ou non de ces attentes. Enfin, le contrôle du comportement perçu est lié aux croyances de contrôle qui fournissent le degré de facilité ou de difficulté à réaliser le comportement face à la présence de barrières et/ou de facilitateurs (Ajzen, 1991). Enfin, la présence de variables antérieures va influencer les prédispositions vis-à-vis du

comportement souhaité. Il semblerait que les caractéristiques sociodémographiques ou bien même les caractères individuels comme l'identification du soi dans diverses identités (familiale, religieuse, académique, sportive, etc.), soient des facteurs qui jouent un rôle sur le construit des facteurs d'attitude et normatifs (Giger, 2008). Notre intention sera donc portée également sur ces éléments, puisqu'ils permettent de mieux comprendre de façon indirecte, les intentions de chacun face à un comportement au sein du domaine sportif.

3.2 Les facteurs antécédents

Comme le suggère Ajzen (1991), les facteurs antécédents sont un ensemble de variables qui vont influencer de façon positive ou négative les facteurs jouant un rôle dans l'intention de produire ou non un comportement souhaité. Comme nous l'avons expliqué précédemment, l'identité sportive, le profil de l'individu (genre, âge, type de handicap) et son expérience sportive antérieure étaient des caractéristiques à prendre en compte quant à la motivation face à la pratique sportive (Perrier et al., 2014). Ces antécédents pourraient donc nous aider à prédire les prédispositions (attitudes, etc.) des individus à l'égard de la pratique de leur sport, mais aussi des activités physiques qui pourraient être profitables pour eux en matière de santé.

3.2.1 Les variables sociodémographiques

Comme l'idée est de mieux comprendre certaines caractéristiques psychosociales quant à l'intégration d'un comportement. La variable sociodémographique trouve sa place afin de connaître les sujets à l'étude. Ces données ont un intérêt quant à cibler le profil de chacun des participants. La collecte de cette variable suggère la prise en compte de plusieurs catégories telles que le sexe, l'âge, le type de handicap des participants. Ces éléments prennent de l'importance quant à la participation variable selon le sexe et

Clicours.COM

l'âge au sein du domaine sportif. De plus, le type de handicap a prouvé son importance précédemment face à son acceptation et ses contraintes.

3.2.2 L'identité sportive

Parmi les caractéristiques identitaires présentes dans le soi, l'identité sportive joue un rôle chez les athlètes, car une fois intégrée dans un sport, un processus de socialisation sportif s'enclenche (Cieslak, 2004). « L'identité sportive peut être définie comme le degré auquel une personne s'identifie au rôle de l'athlète » (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993). Cette variable évolue, varie et est influencée par l'environnement de l'athlète et les personnes qui les entourent (Cieslak, 2004). Selon Reifsteck et ses collègues (2011), dans la littérature, l'identité sportive a été mesurée de différentes manières. D'une part comme étant une identité exclusivement rattachée au sportif pratiquant en compétition (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993) et d'autre part Anderson (2004) postule plus récemment que l'identité sportive est enracinée dans l'activité physique de façon plus générale. Des auteurs ont démontré que ces deux questionnaires n'évaluent pas réellement la même chose, mais qu'ils peuvent être complémentaires (Reifsteck, Gill, Appaneal, & Etnier, 2011). Ainsi, nous avons combiné deux instruments pour la mesure de l'identité sportive : le *Athletic Identity Measurement Scale* (AIMS) et le *Athletic Identity Questionnaire (AIQ).* Différents facteurs influencent alors le niveau d'identité sportive :

- AIMS : l'identité de soi, l'identité sociale, l'exclusivité et l'affectivité négative (Brewer et al, 1993 ; Cieslak, 2004).
- AIQ : l'apparence, l'importance, la compétence et l'encouragement (Anderson, 2004 ; Yao, Trudeau, & Laurencelle, 2018)

L'identité de soi représente le niveau de conscience de l'individu à se voir comme étant un athlète. À la différence avec l'identité sociale, dont le niveau de conscience

envers ce rôle est influencé par l'entourage de l'individu. L'exclusivité, elle, réfère à la place donnée au rôle d'athlète plutôt qu'à une autre activité. L'affectivité négative, quant à elle, renvoie à la mesure d'une réponse indésirable lors d'une pratique sportive (Cieslak, 2004). Ce qui suggère qu'en plus de s'adonner à un sport ou une activité physique pour des motifs différents (compétition, loisir, mieux-être), l'expérience vécue lors de la pratique sportive adaptée peut se manifester de façon négative (ex : manque d'habiletés, manque de confiance en soi, dépression face à l'échec ou à une blessure, etc.).

Pour ce qui a trait à l'apparence physique, ceci représente le degré pour lequel l'athlète s'identifie comme tel (ex. la corpulence du corps). L'importance donné au sport est en lien avec le temps consacré au sport au détriment d'autres activités dans la vie de l'athlète, ce qui est semblable à la caractéristique d'exclusivité. Pour la composante de la compétence, elle est directement reliée aux croyances qu'a l'athlète en ses capacités sportives. Pour finir, l'encouragement révèle le sentiment d'être soutenu et entouré par son entourage.

3.3 L'identité sportive face à l'intention d'effectuer un comportement sportif

La TCP met en évidence le contrôle des différents facteurs par l'inclusion des croyances des individus qui faciliterait ou non l'exécution du comportement souhaité, qui serait ici, la pratique sportive. L'intention face à l'exercice provient en bonne partie des croyances qui sont rattachées au comportement. Ce concept serait alors un bon prédicteur pour l'étude de l'activité physique (Blue, 1995). La contribution de l'identité sportive, quant à elle, a déjà été validée dans différentes études au sein du domaine sportif. Par exemple, l'impact de l'identité sportive sur le soi dans sa globalité. Cette étude réalisée à l'aide un devis quantitatif, suggère que selon le niveau d'identité sportive, les

athlètes créent des perspectives motivationnelles au sein de leur sport, qui pourraient se répercuter de façon positive ou négative dans les domaines extrasportifs (Ryska, 2002). Une autre étude quantitative explique, quant à elle, que l'identité sportive et l'organisation sportive du pays influencent la motivation face à la pratique sportive (Curry & Weiss, 1989). Ceci démontre bien l'importance d'utiliser et de prendre en compte l'identité sportive au sein du domaine sportif. De plus, l'évaluation de l'identité sportive a également été validée chez des sportifs avec handicap (Martin, Eklund, & Mushett, 1997). L'association de ces deux concepts pourrait suggérer selon les caractéristiques sociodémographiques des individus et de leur degré d'identité sportive que leurs croyances face à une intention envers un comportement sportif pourraient être différentes (Figure 2). Prendre en compte l'identité sportive permet de connaître le profil des athlètes, ce qui contribue à mieux comprendre leur réalité. Faisons-nous face à d'anciens athlètes ou à des novices avec un niveau d'identité sportive fort ? Ceci définira ensuite leur intention à maintenir leur pratique sportive ou bien permettrait de mieux cerner leur prédisposition à la découverte d'autres activités sportives de loisir.

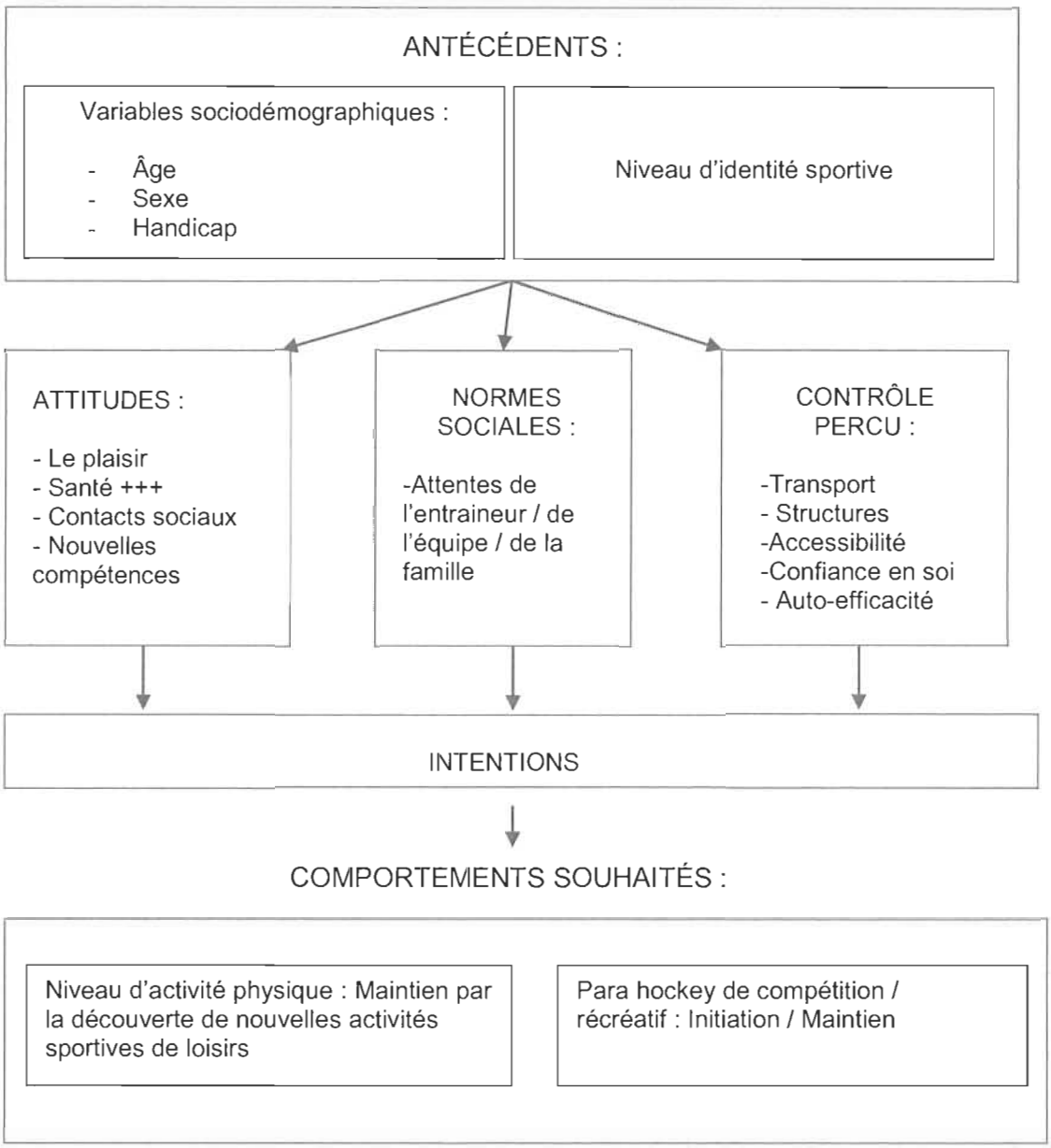

Figure 2 : Relation de l'identité sportive, des croyances et des intentions face à l'adoption, le maintien et les prédispositions à la pratique sportive

Ainsi, des conseils et un soutien spécifique pourraient sans doute être mis en place. Il devient donc primordial de bien connaître le niveau d'identité sportive des participants au sport adapté pour mieux comprendre leurs motivations. À plus long terme, il serait intéressant de vérifier comment se manifestent les variables face à la pratique du sport adapté.

IV. Article

COMPRENDRE LES COMPORTEMENTS ACTIFS CHEZ LES SPORTIFS AVEC HANDICAP : LE CAS DU PARAHOCKEY

Marion Laidet MSc (c), François Trudeau, PhD, & Jean Lemoyne, PhD,

Université du Québec à Trois-Rivières

Département des sciences de l'activité physique

Remerciements

Les auteurs souhaitent remercier Parahockey Montréal et la fédération Hockey Québec d'avoir rendu ce projet de recherche possible. Nous souhaitons remercier les athlètes de tous les clubs qui ont accepté de participer à l'étude et qui ont pris le temps de remplir les questionnaires. Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêts.

Date de soumission de l'article : Septembre 2019

Auteur correspondant

Jean Lemoyne, PhD
Département des Sciences de l'activité physique
Université du Québec à Trois-Rivières
C.P. 500
Trois-Rivières (Québec) Canada G9A 5H7
jean.lemoyne@uqtr.ca

UNDERSTANDING ACTIVE BEHAVIORS OF ADAPTED SPORT PARTICIPANTS: THE CASE OF PARAHOCKEY

Marion Laidet MSc (c), François Trudeau, PhD, & Jean Lemoyne, PhD,

Université du Québec à Trois-Rivières

Department of Human Kinetics

Acknowledgements

The authors would like to thank Parahockey Montréal and the Hockey Québec Federation for making this research project possible. We would like to thank the athletes from all the clubs who agreed to participate in the study and took the time to complete the questionnaires. Authors declare no conflict of interests.

Corresponding Author:

Jean Lemoyne, PhD
Département des Sciences de l'activité physique
Université du Québec à Trois-Rivières
C.P. 500
Trois-Rivières (Québec) Canada G9A 5H7
jean.lemoyne@uqtr.ca

Résumé

Le taux d'inactivité physique observé chez la population ayant des limitations fonctionnelles est une préoccupation importante, considérant ses retombées négatives en matière de santé publique. Bien que le hockey fasse partie de la culture québécoise, les joueurs de parahockey se font rares au Québec, comparativement aux autres provinces canadiennes. Cette étude comporte deux objectifs : 1) mieux connaître le profil des athlètes qui s'adonnent au parahockey au Québec, et 2) connaître leurs intentions quant au maintien d'un mode de vie actif. Cette étude est basée sur un devis mixte à 2 volets basés sur le modèle de l'identité sportive et de la théorie du comportement planifié. Un total de 117 participants du parahockey ont rempli un questionnaire portant sur l'identité sportive. Dans la deuxième phase, 7 athlètes ont été recontactés pour une entrevue individuelle basée sur la TCP, dans le but de porter un regard sur leurs intentions de maintenir une pratique sportive. Le questionnaire a révélé que les répondants ont un niveau d'identité sportive moyen à fort. De plus, de nombreux facteurs jouent sur leurs intentions de continuer à pratiquer le parahockey ou de découvrir de nouveaux sports adaptés. Néanmoins, les athlètes sont plus sujets à surmonter les obstacles rencontrés pour leur sport de prédilection que pour l'initiation à de nouvelles expériences sportive. Cette étude va permettre de mettre en avant les facteurs influençant positivement la motivation de nos athlètes face à ce comportement afin d'augmenter le taux de participation des personnes en situation de handicap.

Mots clés :
Athlètes handicapés ; identité sportive ; sport adapté ; parahockey ; théorie du comportement planifié (TCP)

cjcours.com

Abstract

The level of physical inactivity observed among the population with functional limitations is a major concern, considering its impact on public health. The practice of a sport can be a way to increase the level of physical activity of people with disabilities. This study has two goals : 1) to better understand the profile of athletes who engage in para hockey in Quebec, and 2) to verify their intention to maintain an active lifestyle. This study was conducted with a mixed method in two parts based on the concept of athletic identity and the theory of planned behavior. In the first phase, 117 participants completed a questionnaire on sport identity. In the second phase, 7 athletes were re-contacted for an individual interview, in order to investigate their intentions to maintain their level of sporting practice. The questionnaire revealed that the responding athletes have a medium to strong level of sporting identity. In addition, many factors affect their intention to continue practicing parahockey or to discover new adapted sports. Nevertheless, athletes are more likely to overcome the obstacles encountered in their favourite sport, comparatively with their abilities those encountered in new sporting experiences. This study highlights the factors that positively influence athletes' motivation towards this behavior in order to increase the participation rate of people with disabilities.

Keywords
Athletes with disabilities; parahockey; athletic identity; adapted sport; theory of planned behavior

Comprendre les facteurs permettant ou non le maintien d'un comportement actif chez les sportifs avec handicap. / Introduction

La pratique régulière d'activités physiques est liée à un impact positif sur le bien-être social, mental et physique (Bergeron, 2013; Biddle & Goudas, 1994). Au sein de la population présentant un handicap, les activités sportives adaptées permettraient de diminuer les effets délétères de la maladie ou du handicap lui-même (Vassieux, Brès, Heuzé, Geniaux, & Jeudy, 2015). Néanmoins, malgré la connaissance de ces effets positifs sur la santé pour les personnes avec handicap, il y en a encore très peu qui s'adonne à un niveau suffisamment élevé d'activités physiques pour en tirer des bénéfices santé. En 2010, aux États-Unis, plus de 56% des personnes ayant des limitations fonctionnelles ne pratiquaient pas d'activité physique (Jaarsma, Geertzen, Jong, Dijkstra, & Dekker, 2014). Des statistiques similaires sont aussi rapportées au Canada (St-Laurent & Émond, 2006). Néanmoins, nous savons que les personnes ayant un handicap sont contraintes à de multiples défis pour pratiquer des activités physiques tels que les problèmes de transport, d'accessibilité, de suivi médical et celles liées au handicap lui-même (Jaarsma, Dijkstra, Geertzen, & Dekker, 2014). À part Banack (2009), qui s'est intéressé aux comportements et motivations des athlètes parasportifs, très peu d'études se sont penchées sur les facteurs favorisant ou limitant la pratique des sports adaptés. Pour enrichir ces données, nous nous sommes donc intéressés à un des sports les plus populaires au Canada, le hockey. Alors que le hockey sur glace est ancré comme symbole de l'identité nationale (Bélanger, 1996), le taux de participation au hockey adapté dans la province de Québec est très faible, avec moins de 10 % du taux de participation au Canada. Cette constatation soulève alors des interrogations quant aux facteurs influençant l'initiation du parahockey et le maintien de cette pratique

Clicours.com

à long terme. Pour cela, il devient donc pertinent de s'intéresser au profil de ces sportifs qui s'adonnent au parahockey, mais également de comprendre ce qui les incite à maintenir cette discipline afin que la popularité du hockey puisse se développer même dans sa pratique adaptée. Il est aussi primordial de bien connaître les facteurs qui le rendent plus enclins à maintenir un mode de vie actif, et cela en dépit du handicap.

L'identité sportive : qui sont les adeptes de parahockey ?

La contribution de l'identité sportive a déjà été validée dans différentes études au sein du domaine sportif tel que l'impact de l'identité sportive sur le soi dans sa globalité (Ryska, 2002). Cette étude suggère que selon le niveau d'identité sportive, les athlètes créent des perspectives motivationnelles au sein de leur sport, qui pourraient se répercuter de façon positive (e.g. motivation, désir de performer) ou négative (e.g. abandon, arrêt des activités sportives) dans les différents contextes liés aux activités physiques pratiquées. Une autre étude explique, quant à elle, que l'identité sportive et l'organisation sportive du pays influencent la motivation face à la pratique sportive (Curry & Weiss, 1989). Ceci démontre bien l'importance d'utiliser et de prendre en compte l'identité sportive comme variable importante dans la promotion de la pratique sportive. Par contre, les précédentes études énoncées ont été faites auprès d'échantillons composés de sportifs sans handicap. L'évaluation de la relation entre l'identité sportive et la pratique d'activités physiques a également été validée chez des sportifs avec handicap (Martin, Eklund, & Mushett, 1997). Pour cette population, l'identité sportive peut jouer un rôle particulier envers la pratique sportive, car une personne ayant une forte identité sportive (malgré le handicap) devrait être plus susceptible de s'adonner à un sport (Perrier, Strachan, Smith, & Latimer-Cheung, 2014). De plus, l'investissement dans l'identité sportive permettrait aux individus d'en tirer des bénéfices psychologiques.

Effectivement, être actif dans le domaine sportif pour une personne handicapée, permettraient d'avoir une meilleure estime de soi, mais également une satisfaction et un bonheur de vie plus importante que les non-athlètes handicapés (Valliant, Bezzubyk, Daley, & Asu, 1985). En ce sens, il devient important de connaître le profil des adeptes de parahockey afin de mieux les connaître et de mieux cibler leur perception de soi.

Comprendre les comportements actifs chez les adeptes de sport adapté

Parmi la pléthore de modèles théoriques motivationnels et comportementaux, la théorie du comportement planifié (TCP) a été « conçue pour prédire et expliquer le comportement humain dans des contextes spécifiques » (Ajzen, 1991). Le noyau central de cette théorie est porté sur l'intention envers la réalisation d'un comportement particulier. De plus, cette théorie met en évidence le contrôle des différents facteurs par l'inclusion des croyances des individus qui faciliterait ou non l'exécution du comportement souhaité, qui serait ici, la pratique sportive. L'association de ces deux concepts (identité sportive, TCP) au sein de notre population cible pourrait suggérer que leurs croyances face à une intention envers un comportement sportif pourraient être différentes selon les caractéristiques sociodémographiques des individus et de leur degré d'identité sportive.

Les postulats de la TCP suggèrent que les intentions prennent place en conséquence de l'influence jouée par trois précurseurs : les attitudes, les normes sociales, et le contrôle perçu sur un dit comportement. Dans le cas présent, nous nous intéressons à la fois à des pratiquants d'un sport spécifique (parahockey) et à leur potentielle implication dans d'autres activités physiques sportives. L'intention face à l'exercice provient en bonne partie des croyances qui sont rattachées au comportement. Ce concept serait alors un bon prédicteur pour l'étude de l'activité physique (Blue, 1995).

Comme illustré à la Figure 1, la TCP stipule que les comportements sont préalablement déterminés par les intentions de s'adonner à ces derniers. Par exemple, un individu prend part à une ligue organisée de parahockey à partir d'une intention précise. Cette intention est influencée par l'attitude ressentie envers la pratique du parahockey (est-ce plaisant ?). De plus, l'influence des pairs à l'égard de cette activité (cercles d'amis, encouragement des membres de la famille) et le contrôle perçu (capacité à surmonter les obstacles pour y prendre part) font en sorte que les intentions d'adopter le comportement seront favorables, ce qui mène par conséquent au comportement.

Ceci va de même pour les activités sportives diverses. Sachant qu'il est important que cette population soit et reste active pour se maintenir en santé, il est pertinent de chercher à connaître leur intention envers d'autres activités, afin d'anticiper la suite après l'arrêt du sport de prédilection, mais aussi les temps morts entre les saisons. D'ailleurs, les facteurs influençant la pratique sportive, qu'elle soit de loisirs ou de compétitions semble être similaire. Néanmoins d'après Jaarsma et ses collèges (2014b), l'expérience permet aux facilitateurs de prendre le pas sur les obstacles, entraînant le maintien du sport de prédilection. Mais est-ce que cette expérience se transpose, chez ces sportifs avérés, sur une nouvelle pratique sportive ?

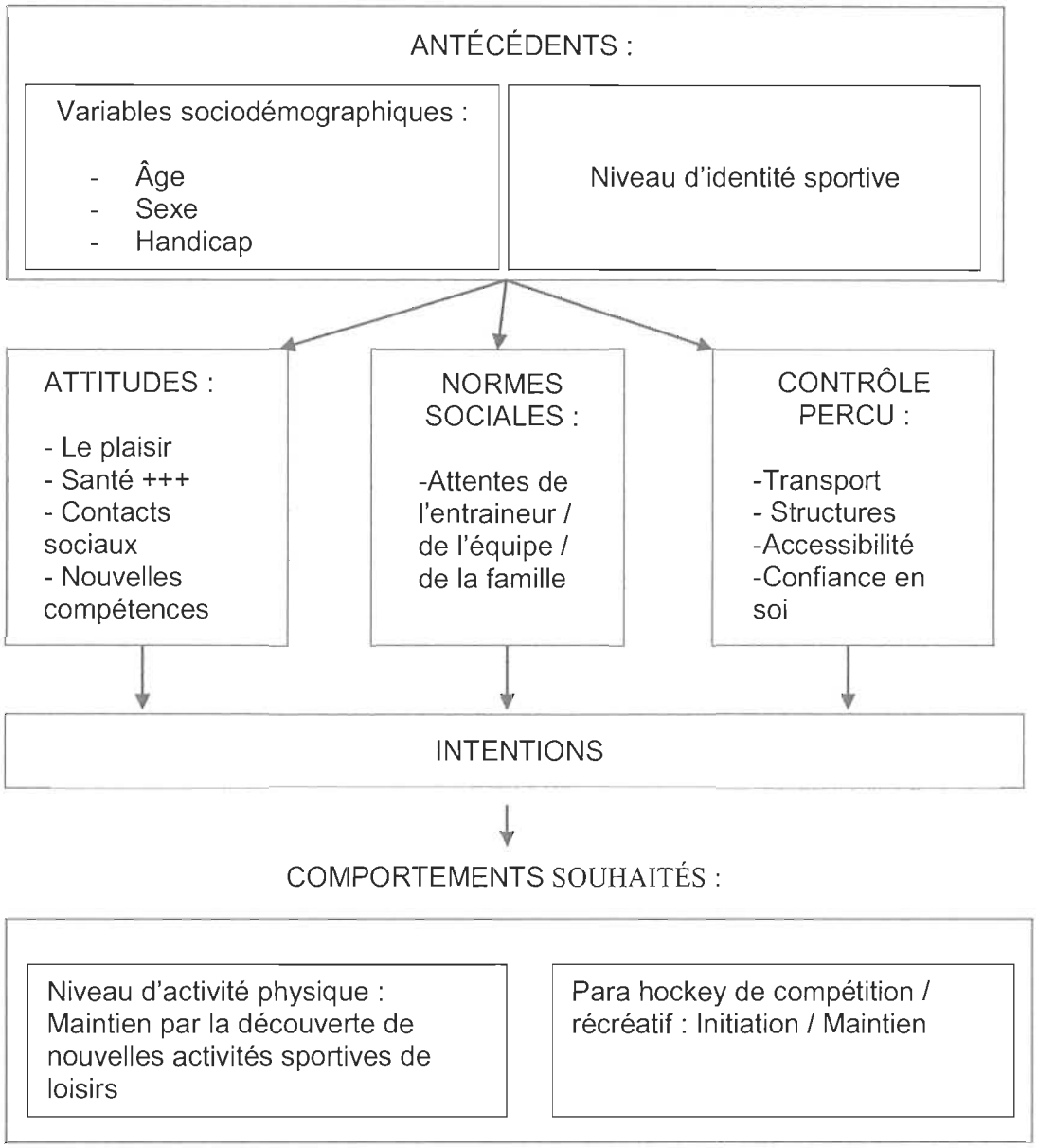

Figure 1. *Relation de l'identité sportive, des croyances et des intentions face à l'adoption, le maintien et les prédispositions à la pratique sportive*

Au regard des préalables qui peuvent définir les adeptes du parahockey, et de leurs intentions à s'engager dans la pratique sportive adaptée, cette recherche comprend deux objectifs. Le premier objectif de cette étude vise à établir le portrait identitaire des adeptes du parahockey. Prendre en compte l'identité sportive permet de connaître le profil des athlètes, ce qui contribue à mieux comprendre leur réalité. Ainsi,

décrire le portrait des adeptes de para hockey sur le plan de leur identité sportive nous permettra d'en savoir davantage sur leur profil athlétique et permettra de connaître le profil actuel de ses participants. Le second objectif de cette étude vise à porter un regard sur les facteurs qui prédisposent les adeptes de parahockey à s'adonner à leur sport ainsi qu'à d'autres disciplines adaptées. La connaissance de ces facteurs, influençant la pratique sportive, permettra de mieux comprendre leurs croyances relatives envers ce comportement pour ensuite se préoccuper de leurs intentions à maintenir leur sport de prédilection, mais aussi de mieux cerner leurs prédispositions à la découverte d'autres activités physiques de loisir. Ceci permettra ensuite d'envisager des solutions afin d'augmenter l'impact positif des facilitateurs à la pratique tout en diminuant les obstacles, néfastes au maintien de la pratique sportive.

Méthodes

Cette recherche comporte un devis mixte réalisé auprès de sportifs de tout âge pratiquant le parahockey. Considérant la complémentarité des objectifs de l'étude nous avons opté pour une méthode mixte alliant une approche quantitative (phase 1) à une méthode qualitative, basée sur la perspective phénoménologique (phase 2), puisque notre but est aussi de comprendre le sens que les personnes donnent à leur expérience en lien avec le sport adapté. Comprendre le sens que donnent les athlètes face à leurs intentions de maintenir leur pratique du parahockey ou de découvrir de nouvelles disciplines comporte des retombées intéressantes du point de vue du recrutement de futurs para hockeyeurs, et permet d'identifier les défis quant au maintien de l'activité physique chez les parasportifs. Cette étude vise donc à décrire plus en profondeur ce phénomène chez les sportifs avec un handicap. Dans un premier temps, la collecte de données a débuté par l'administration d'un questionnaire portant sur la mesure de l'identité sportive. Seuls les participants ayant répondu au questionnaire ont été pris en

compte pour la suite de la collecte de données. En second lieu, le protocole s'est poursuivi par des entrevues individuelles auprès de 7 athlètes. La visée de cet entretien était d'enrichir les données auprès de sportifs avec handicap, mais également de porter un regard sur leurs prédispositions et les mécanismes qui favorisent le niveau de pratique sportive. Il est intéressant de voir si l'athlète fait toujours face à des obstacles, afin de mieux encadrer les participants et de faciliter l'accès à la pratique sportive. En ce sens, ceci nous permettra ensuite de comprendre quels sont les facteurs ayant pris le dessus sur ces obstacles afin de lui permettre de poursuivre sa pratique sportive. De plus, nous verrons si ces éléments influençant positivement ou négativement la pratique initiale sont identiques envers la pratique d'autres activités sportives de loisirs.

1ère phase de l'étude : Étude quantitative

Le projet a reçu la certification éthique (CER 18-251-08-01.09) de la part de l'institution régissant la recherche, ainsi qu'une lettre d'approbation de la fédération provinciale de hockey sur glace (Hockey Québec). L'échantillon visé pour notre premier volet est un échantillon de convenance, dans lequel nous avons sollicité tous les joueurs affiliés à la fédération provinciale ainsi que la collaboration de clubs de parahockey. Pour atteindre le plus grand nombre de participants possible, une invitation à compléter un questionnaire électronique a été envoyé aux différents responsables de club offrant le parahockey dans l'est du Canada (environ 10 clubs, provenant du Québec et de l'Ontario). Néanmoins, aucun retour de sondage pouvant être utilisé n'a été collecté. De plus, nous nous sommes déplacés lors d'un tournoi d'envergure en Ontario (Brampton, novembre 2018), suivi d'un autre au Québec (Québec, 6 avril 2019) afin de recruter le plus grand nombre de participants. Un total de 117 athlètes a accepté de répondre à deux questionnaires portant sur la mesure de l'identité sportive. La durée de passation du questionnaire était d'environ 10 minutes. Des questions sur les intentions face à la

pratique sportive ont également été ajoutées afin d'avoir une première relation entre le niveau d'identité sportive et le degré d'intention face à ce comportement. Et pour finir, deux questionnaires mesurant le niveau d'identité sportive sont utilisés afin de décrire au mieux le profil des athlètes en parahockey.

Le parahockey peut également être pratiqué également par des sportifs ne présentant pas de handicap. Jusqu'au niveau provincial, ces pratiquants permettent, grâce à leur implication dans ce sport, de compléter des équipes afin que celles-ci puissent se présenter à des tournois. Notre échantillon à l'étude contient aussi des athlètes avec et sans handicap. Il sera donc intéressant de comparer les moyennes des variables également avec les données récoltées chez les joueurs de parahockey sans handicap.

Mesures de l'identité sportive

Selon Reifsteck et ses collègues (2011), dans la littérature, l'identité sportive a été mesurée de différentes manières. D'une part comme étant une identité exclusivement rattachée au sportif pratiquant en compétition (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993), d'autre part Anderson (2004) postule plus récemment que l'identité sportive est enracinée dans l'activité physique de façon plus générale. Des auteurs ont démontré que ces deux questionnaires n'évaluent pas réellement la même chose, mais qu'ils peuvent être complémentaires (Reifsteck, Gill, Appaneal, & Etnier, 2011). Ainsi, nous avons combiné deux instruments pour la mesure de l'identité sportive : le *Athletic Identity Measurement Scale* et le *Athletic Identity Questionnaire.*

Le *Athletic Identity Measurement Scale* (Cieslak, 2004) (AIMS) comprend 4 facteurs à évaluer qui ont été précédemment validés pour une population ayant des limitations fonctionnelles (Martin et al., 1997). La version traduite du questionnaire AIMS comprend 10 items, mesurés à l'aide d'une échelle Likert à 7 points (1 = fortement en désaccord ; 7 = fortement en accord). Les participants doivent manifester leur niveau

d'accord avec 3 items portant sur l'identité de soi (ex. : je dois être actif en sport pour me sentir bien dans ma peau.). Ils doivent aussi se prononcer sur 2 items d'identité sociale (ex. : les autres (personnes) me voient principalement comme un(e) sportif/sportive.), 3 items d'exclusivité (ex. : le sport est la partie la plus importante de ma vie.) et 2 items d'affectivité négative (ex. : je serais très déprimé si j'étais blessé et ne pouvais pas faire de la compétition sportive.). Une validation de contenu (traduction des items) a été réalisée avec deux experts familiers dans le domaine. Par la suite, la validation des échelles a été testée avec les données obtenues dans l'étude. Les propriétés psychométriques des quatre sous-échelles se sont avérées plus ou moins satisfaisantes $\alpha_{i.soi}$ = 0,54 ; $\alpha_{i.sociale}$ = 0,54 ; $\alpha_{exclusivité}$ = 0,80 ; $\alpha_{affnéga}$ = 0,58). Ainsi, nous avons choisi de procéder selon les recommandations de Brewer (1993), qui suggère d'agréger les items sous une seule sous-échelle, qui forme le concept global d'identité sportive. Dans cette forme, la consistance interne du AIMS atteint un niveau satisfaisant (α = 0,87).

Nous avons aussi utilisé comme mesure la version française de *Athletic Identity Questionnaire* (Yao, Trudeau, & Laurencelle, 2018) (AIQ) ; 21 items, α = 0,88) qui contient comme l'AIMS 4 facteurs à mesurer. Le questionnaire AIQ comprend donc 21 items mesurés à l'aide d'une échelle Likert à 5 points (1 = fortement en désaccord ; 5 = fortement en accord). Les participants doivent manifester leur niveau d'accord avec 6 items portant sur l'apparence (ex. : mon corps semble être en bonne forme.). Ils doivent aussi se prononcer sur 6 items l'importance donnée à la pratique du sport (ex. : je ne laisse rien déranger mes habitudes d'exercice ou mes activités sportives.), 5 items de compétence sportive (ex. : j'ai confiance en mes capacités sportives.) et 4 items d'encouragement (ex. : je reçois beaucoup d'encouragements des autres par rapport à ma pratique d'activité physique.). Les propriétés psychométriques des quatre sous-

échelles se sont avérées satisfaisantes $\alpha_{apparence}$ = 0,85 ; $\alpha_{importance}$ = 0,81 ; $\alpha_{compétence}$ = 0,73 ; $\alpha_{encouragement}$ = 0,69). Nous avons donc formé des scores moyens en pondérant la moyenne des items pour chaque sous-échelle.

Néanmoins, nous nous sommes aperçus que pour les jeunes (10-14 ans), le questionnaire pouvait être faussé. Les parents présents auprès de leur enfant pouvaient dans certains cas soit influencer leurs réponses soit répondre à la place du participant en jugeant qu'ils savaient ce que leur enfant répondrait. Ces questionnaires n'ont donc pas été retenus par la suite.

Analyses statistiques. En plus des statistiques descriptives qui permette de dresser le portrait des adeptes du parahockey, des analyses de variance (ANOVA) à un facteur ont été effectuées. Les comparaisons permettent de confirmer si des différences au regard de différentes dimensions de l'identité sportive sont présentes au regard du type de handicap (congénital, acquis, ou sans handicap). Dans le cas de différences significatives, les tests post hoc (avec ajustements de Bonferroni) ont permis de vérifier à quel niveau se retrouvent les différences, et le calcul des tailles d'effet (*d* de Cohen)a permis de vérifier l'ampleur des différences observées.

2e phase de l'étude : Étude qualitative

Pour la seconde phase de l'étude, notre échantillon comportait sept participants sélectionnés selon leurs réponses aux questionnaires de la phase 1. Les athlètes participants à cette phase de l'étude ont été sélectionnés pour obtenir une diversité d'âge, de handicap, d'intention face à la découverte de nouvelle discipline et par leur caractéristique d'identité sportive. Afin de réaliser nos entrevues individuelles, nous nous sommes rendus à un événement sportif tenu dans la ville de Québec, où nos participants étaient présents. Ces entrevues se sont déroulées lorsque ces athlètes avaient une

pause conséquente entre deux matchs pour avoir le moins d'impact négatif sur leur tournoi.

Comme mentionné précédemment, cette phase de l'étude porte sur la compréhension des croyances et des intentions des athlètes à l'égard de la pratique d'activités physiques diverses. Pour cela, cette phase vise à obtenir des réponses sur les prédispositions des athlètes à maintenir leur niveau sportif, ainsi qu'à la découverte d'autres disciplines sportives afin de leur donner l'opportunité de demeurer actifs, peu importe le comportement choisi. Pour ce faire, nous avons développé un canevas d'entretiens individuels basés sur les construits de la TCP : 1) attitude, qui représente le niveau de désir vis-à-vis de la réalisation du comportement et de ses conséquences ; 2) les normes subjectives qui sont en lien avec l'importance donnée à ce que pense l'entourage face à ce comportement précis ; 3) le contrôle du comportement perçu qui renvoie aux perceptions relatives aux facteurs qui pourraient faciliter l'adoption ou non du comportement. Un tel canevas a été développé en suivant les recommandations de Renzi, & Klobas (2008). De plus, une fois l'ébauche de ce canevas réalisé, un chercheur expérimenté en devis qualitatif a apporté des modifications pour que celui-ci soit conforme pour réaliser les entrevues.

Afin d'étudier l'attitude et les croyances comportementales face à la pratique du parahockey nous nous sommes rattachés à cibler le temps consacré à leur sport, mais également à leur vision d'attachement à pratiquer une discipline sportive. Ensuite, nous avons abordé les normes sociales et les croyances sociales afin de comprendre la place de l'entourage et ses impacts sur le participant. Est-ce que l'entourage joue un rôle néfaste ou au contraire pousse-t-il le participant à continuer, persévérer et se surpasser ? Pour finir, nous avons discuté de la capacité perçue du participant à accomplir le comportement afin de faire ressortir les facilitateurs ou les obstacles intrinsèques ou extrinsèques que l'athlète pourrait rencontrer ou ressentir face à sa

Clicours.COM

pratique sportive. Une fois les entrevues retranscrites nous avons pu les analyser avec le logiciel Nvivo (version 10 : http://www.qsrinternational.com). Grâce à la littérature scientifique, nous avions déjà connaissance de certains facteurs plus ou moins favorables envers le maintien de la pratique sportive chez notre population (Jaarsma et al., 2014a; 2014b). Ceci a permis de faciliter l'émergence des premiers thèmes à la suite à notre première lecture. La première partie du codage a permis d'identifier les premiers thèmes comme les bienfaits que procure la pratique sportive, les barrières influant celle-ci et l'appartenance à un groupe. Pour aider à classifier les thèmes, nous nous sommes ensuite basés sur les dimensions de la TCP (attitude, normes sociales, contrôle du comportement perçu) étant le fil conducteur de notre étude. Face à cela, une nouvelle lecture des parties d'entrevue encore non codées nous a permis de distinguer de nouveaux thèmes comme l'importance accordée à la pratique, la méthode d'entrée dans une discipline, la présence d'un support social et le sentiment de réussite personnelle. Toujours en ligne avec la méthode de la TCP les résultats obtenus en réponse à l'analyse sont basés sur les réponses négatives et/ou positives du participant. Si celle-ci est plus orientée de façon positive, le participant sera sujet à obtenir une intention plus positive face au maintien de sa pratique.

Résultats : **Phase 1 : L'identification du profil de nos athlètes.**

Le tableau 1 présente les données sociodémographiques, ainsi que les statistiques descriptives. L'échantillon composé de 117 participants est âgé en moyenne de 30,9 ± 13,6 ans, avec près de 60% qui rapportent un handicap déclaré comme congénital. Il est intéressant de constater que près de 20% de l'échantillon n'affiche pas de handicap déclaré. Les participants se disent fortement enclins (avec un score moyen de 6,6 sur 7 points) à continuer la pratique du parahockey.

Tableau 1. *Description de l'échantillon (phase 1)*

	N	%
AGE		
15 ans et moins	12	10,3
15-30 ans	53	45,3
30-50 ans	41	35,0
50 ans et plus	11	9,4
GENRE		
Homme	95	81,2
Femme	22	18,8
Type de handicap		
CONGÉNITAL	68	58,1
Spina-bifida	23	19,7
Paralysie cérébrale	20	16,2
Autres	25	21,4
ACQUIS	28	24,8
Paraplégie	10	8,5
Amputation	9	7,7
Autres	9	7,7
SANS HANDICAP	20	17,1
	Moyenne	Écart type
Intention de pratique (sur 7 points)		
Continuer à pratiquer le parahockey	6,62	1,10
Découvrir un nouveau sport	3,88	1,99

Le tableau 2 permet d'expliquer le niveau d'identité sportive des participants. Nous constatons que les moyennes des différentes dimensions de l'identité sportive s'avèrent toutes élevées, ce qui correspond à une identité sportive moyenne à forte de la part des adeptes du parahockey. Les résultats démontrent que 92% des répondants manifestent des intentions élevées à continuer à pratiquer le parahockey, alors que cette proportion est moindre (24%) lorsqu'on s'informe sur leurs intentions à découvrir une

nouvelle activité physique ou sportive. De plus, sachant que l'acceptation d'un handicap acquis ou congénital peut-être différente (Perrier et al., 2014) il nous a semblé judicieux de comparer les moyennes obtenues en réalisant une analyse de variance. Nous avons comparé les moyennes des construits relatifs à l'identité sportive, et ce en fonction de l'origine du handicap (acquis, congénital et sans handicap). Comme l'indique le tableau 2, les résultats révèlent des différences au regard de l'apparence physique perçue (F = 3,76, p < ,05) et de l'encouragement (F = 7,53, p < ,001). Pour la dimension de l'apparence physique, ce sont les sportifs avec handicap congénital qui affichent des scores inférieurs à ceux n'ayant pas de handicap. À l'inverse, les sportifs avec handicap congénital rapportent recevoir plus d'encouragements dans leur sport que ceux appartenant aux groupes « handicap acquis » et « sans handicap ». Il est intéressant de constater une tendance (F = 2,87, p < ,10) en ce qui a trait à la dimension de l'importance accordée au sport, alors que celle-ci semble plus faible chez les participants ayant un handicap congénital et plus élevé chez ceux ayant un handicap acquis. Ces derniers rapportent aussi une importance au sport qui s'avère supérieur aux sportifs sans handicap, bien que celle-ci ne soit pas significative.

Tableau 2. *Comparaisons des groupes : l'origine du handicap et les dimensions de l'identité sportive*

n.s. non significatif * $p < 0{,}10$. ** $p < 0{,}05$. *** $p < 0{,}01$. AIMS : Identité sportive mesurée avec

Dimension de l'identité sportive	Origine du handicap	Moyenne ± écart-type	Résultats ANOVA	Post hoc : Taille d'effet (*d* de Cohen)
AIMS	Congénital	4,92 ± 1,16	$F = 0{,}301$ $p = 0{,}741$ (n.s)	C < A (n.s) A > SH (n.s) C < SH (n.s)
	Acquis	5,13 ± 1,35		
	Sans handicap	5,00 ± 0,96		
APP	Congénital	3,49 ± 0,93	$F = 3{,}758$ $p = 0{,}026$**	C < A (n.s) A < SH (n.s) C < SH**: ***d* = 0.70**
	Acquis	3,77 ± 0,75		
	Sans handicap	4,07 ± 0,70		
IMP	Congénital	3,33 ± 0,86	$F = 2{,}879$ $p = 0{,}060$ *	C < A (n.s) A > SH (n.s) C < SH (n.s)
	Acquis	3,76 ± 0,86		
	Sans handicap	3,62 ± 0,75		
COM	Congénital	4,11 ± 0,65	$F = 2{,}237$ $p = 0{,}112$ (n.s)	C < A (n.s) A < SH (n.s) C < SH (n.s)
	Acquis	4,24 ± 0,57		
	Sans handicap	4,44 ± 0,47		
EN	Congénital	4,37 ± 0,57	$F = 7{,}527$ $p = 0{,}001$***	C > A**: ***d* = 0,66** A > SH (n.s.) C > SH*** ***d* = 0.82**
	Acquis	3,98 ± 0,61		
	Sans handicap	3,87 ± 0,65		

l'AIMS ; APP : Apparence ; IMP : Importance ; COM : Compétence ; EN : Encouragement ; C = congénital ; A = acquis ; SH = sans handicap. Interprétation des tailles d'effet : d > .50 = modérée; d > .80 = élevée.

Sachant maintenant qu'une différence subsiste dans la construction de l'identité sportive chez nos sportifs pratiquant le parahockey, notre deuxième phase va nous aider à mieux comprendre ce qui les pousse à maintenir leur pratique sportive et si ces éléments divergent par rapport au handicap.

Phase 2 : L'intention de préserver une vie sportive.

Les résultats de la phase 2 de cette étude présentent de façon plus concrète grâce au discours de nos participants les facteurs jouant sur l'intention des athlètes face à leur désir de continuer à pratiquer le parahockey, mais également à découvrir de nouvelles activités sportives. Pour cela, plusieurs thèmes ont été abordés lors des entrevues individuelles pour tenter de vérifier l'émergence de thèmes qui pourraient être associés aux intentions aux regards des activités sportives pratiquées. Le tableau 3 présente l'échantillon du volet 2 de notre étude. Nos entrevues ont été réalisées auprès de ces 7 participants. Pour nos deux plus jeunes participants, un parent était présent si celui-ci avait besoin d'aide ou pour enrichir les réponses si cela était nécessaire. Le but était d'avoir lors de ces entrevues un échantillon diversifié afin de pouvoir obtenir des points de vue différents selon l'âge, le sexe et l'expérience du niveau sportif atteint.

Comme nous l'avons expliqué précédemment, notre étude a pour but de mieux comprendre les intentions des athlètes à maintenir leur pratique sportive de prédilection ou de découvrir de nouvelles disciplines. Dans la littérature scientifique, la méthode de la TCP a été validée afin de porter un regard sur l'intention envers un comportement souhaité, ce qui va bien dans le sens de l'objectif de notre deuxième phase. Les thèmes émergents de nos analyses sont donc classés selon les dimensions de la TCP (attitude, normes sociales, contrôle du comportement perçu).

Tableau 3. *Description de l'échantillon (phase 2)*

Participant	Âge	Genre	Handicap	Profession	Niveau en parahockey
P1	12	Homme	Congénital	Écolier	Équipe Junior
P2	25	Femme	Acquis	Étudiante	Équipe nationale
P3	27	Femme	Congénital + acquis	Employé	Équipe nationale
P4	44	Homme	Congénital	Employé	Équipe Québec
P5	31	Homme	Acquis	Sans emploi	Équipe Québec
P6	21	Homme	Congénital	Sans emploi	Équipe récréative
P7	12	Femme	Acquis	Écolière	Équipe développement

Les attitudes à l'égard de la pratique sportive

L'attitude représente le niveau de désir vis-à-vis de la réalisation du comportement et de ses conséquences. C'est le reflet du degré d'affect ressenti envers un comportement précis (Ajzen, 1991). Dans le cas présent, cela se traduit par le plaisir ressenti, l'importance et l'utilité de maintenir la pratique du parahockey ou de découvrir d'autres disciplines. Ceci est mis en évidence par l'importance donnée à la pratique du sport, aux bienfaits que celui-ci procure, mais également par le sentiment d'appartenance à un groupe. Pour chacun de ces éléments, plusieurs thèmes sont ressortis lors des entrevues. Pour que la caractéristique de l'attitude ait un impact positif sur l'intention de maintenir la pratique, il est nécessaire que les éléments des entrevues soient portés sur des aspects positifs sur l'implication des athlètes dans leur sport et de ce qui en découle. À l'opposé, des perceptions liées de manière négative pourraient entraîner l'effet inverse, soit de diminuer les intentions à l'égard de la pratique sportive.

L'Importance accordée à la pratique sportive : dimension affective.

Tout d'abord, nous nous sommes aperçus que pour nos athlètes le sport est un élément clé dans leur quotidien. Pour la très grande majorité de nos participants (n = 6) le sport est devenu une priorité. L'un de nos participants explique « que présentement beaucoup de choses tournent autour du sport dans ma vie » (P2). Ces dires sont bel et bien appuyés par un autre athlète : « pour moi, c'est vraiment important. Je m'entraîne le matin avant d'aller travailler et les jours que je n'y vais pas j'ai de moins bonnes journées. Donc ça me fait du bien d'aller m'entraîner le matin, ça m'enlève l'anxiété (…), ça fait que ma journée commence bien. » (P3)

D'ailleurs, le temps de pratique sportif consacré par les athlètes à leur sport, témoigne de leur engagement. Pour nos 4 participants dans la tranche d'âge 20-35 ans,

leur temps d'entraînement sur glace est complété par de nombreuses heures de pratique hors glace pour accroître davantage leur capacité. Ces pratiques hors glace ne se retrouvent pas chez les plus jeunes, pratiquant déjà du sport à l'école, et chez l'athlète plus âgé dont le temps libre est également réparti avec des activités familiales. De plus, il s'avère qu'un grand nombre (n= 5) des participants étaient athlètes avant leur intégration dans le parahockey ce qui montre bien l'importance accordée au sport : « (…) j'ai toujours été un peu multidisciplinaire si je peux dire ça. J'ai toujours fait un peu de tout » (P5). Ce qui est d'ailleurs exprimé plus en détail par un second athlète, ayant lui, rencontré plus de difficulté pour s'impliquer dans une pratique sportive : « J'ai fait beaucoup de vélo. J'ai joué au baseball une année, mais j'ai arrêté parce que dans les années 80, les handicapés dans le sport ce n'était pas vraiment habituel. Puis je pense que l'équipe ne comprenait pas trop les besoins que j'avais par rapport à ça. Puis sinon j'ai fait de l'escrime au collège » (P4)

Effectivement pour 2 des participants ayant un handicap congénital, mais pouvant se déplacer en marchant, des obstacles ont pu rendre plus compliquée la pratique de certains sports non adaptés. Ce qui n'a cependant pas diminué leur souhait de faire du sport.

Bienfaits perçus par rapport à la pratique sportive.

Cette décision d'être actif amène des bénéfices sur la santé de nos participants et ils en sont pleinement conscients, car pour 6 d'entre eux, le but est de rester en forme pour améliorer leur santé. Des athlètes nous ont informés que le sport « c'est bien pour la santé. Pour ta santé puis pour ta vie. » (P1), mais également que souvent la motivation « c'est le handicap, du fait que je pourrais me retrouver éventuellement en fauteuil roulant. Faire du sport, rester actif me permet de garder la force dans mes jambes et

dans mes bras afin d'être capable de continuer à marcher puis de faire des activités de façon normale et ne pas être tout le temps dans un fauteuil. » (P4)

De plus, le sentiment de fierté sur l'accomplissement de pouvoir faire comme tout le monde nous a été expliqué par deux de nos participants comme l'a exprimé un de nos participants avec conviction : « Je peux faire un sport que j'aime même si je suis handicapé puis ça ne change rien » (P7). D'ailleurs, la mère de notre participant 1 qui était présente pour l'aider lors de l'entrevue a également appuyé ce point en nous expliquant que son fils « c'est quelqu'un qui aime ça quand même être valorisé à travers ce qu'il est capable de démontrer qu'il peut faire comme les autres. C'est surtout cette notion de faire comme les autres ». Deux autres participants ont aussi mis en avant que la pratique sportive permette de diminuer le stress/anxiété du quotidien et procure notamment du plaisir.

L'appartenance à un groupe.

Ce dernier élément jouant sur l'attitude est essentiel pour nos participants. Pour certains (n = 5) ce sentiment, dans le sport en général, permet d'améliorer l'aspect social en côtoyant des personnes vivants similairement les mêmes expériences qu'eux. L'un d'eux nous informe qu'il a « développé des amitiés avec d'autres gens qui ont des handicaps, chose que je n'avais pas fait avant donc là j'ai des gens qui comprennent un peu plus ma réalité contrairement à mes amis normaux, qui eux, n'avaient pas de problème de santé » (P4).

D'ailleurs, le choix de pratiquer le parahockey est motivé en partie par l'esprit d'équipe (n = 5) qui émane de ce sport comme nous l'explique avec détermination un des athlètes « en hockey j'aime beaucoup l'esprit d'équipe, j'aime encore le vélo, mais c'est une des choses qui a penché dans la balance [pour sa décision de pratiquer tel ou

tel sport en compétition, l'esprit d'équipe » (P2). Grâce à l'esprit d'équipe, le sentiment d'entraide est présent. Il se traduit lors des transports, de tournoi, pour remotiver et encourager ses coéquipiers. Ces échanges se font entre les joueurs, mais aussi auprès des entraîneurs au besoin. De plus, les anciens joueurs plus expérimentés sont des modèles pour d'autres. Que ce soit pour le participant 2 pour l'aider à trouver des solutions lorsqu'elle est confrontée à une situation lors d'un tournoi où l'hôtel n'est pas adapté ou bien pour le participant 6 de prendre l'exemple de son coach en envisageant de suivre ses traces d'ancien joueur de haut niveau. La prise en compte de ces éléments est donc primordiale pour obtenir une intention positive envers la réalisation du comportement sportif souhaité.

Les normes sociales

Les normes subjectives sont en lien avec l'importance donnée à ce que pense l'entourage de la personne face au comportement donné. Il y a donc ici, la présence d'une influence envers les proches et de leurs opinions face au comportement c'est-à-dire face au maintien de la pratique sportive. Les normes subjectives sont donc le reflet de la norme sociale et des pressions sociales exercées à l'égard de l'adoption (ou non) envers ce comportement. De plus, celle-ci est déterminée par les croyances normatives qui renvoient à la représentation des normes sociales et des attentes que le sujet se fait vis-à-vis de ses proches.

L'entrée dans une discipline sportive

Dans notre société, la promotion des saines habitudes de vie prend de l'ampleur et ceci passe entre autres par la pratique d'une activité sportive. Mais pour s'engager dans un sport adapté, il est nécessaire de connaître les opportunités existantes. Face à cela, nous nous sommes aperçus que des solutions d'intégration étaient présentes chez

ClicOurs.com

nos athlètes. Nombre de nos participants (n = 3) ont découvert les sports adaptés pour la première fois grâce à l'aide apportée par l'équipe de soins en centre de réadaptation, tout particulièrement par les physiothérapeutes. L'un de nos participants nous l'a clairement exprimé : « c'est le centre de réadaptation qui m'a parlé du sport. Puis j'avais une très bonne physiothérapeute qui m'encourageait à être active et d'essayer beaucoup de choses dans la vie, prendre des risques puis toutes » (P2). Face à cela, il semblerait que la croyance de ces professionnels envers les bienfaits ou les risques de la pratique sportive peut influencer la décision d'intégration sportive de leur patient.

De même que ces professionnels de la santé en prenant connaissance des différents organismes sportifs peuvent faire le lien afin d'orienter leur patient vers une structure sportive adaptée, ce qui a été le cas pour deux de nos participants. De plus, la présence de ces organismes sur internet a également permis d'informer ces participants sur les possibilités des sports offerts. Pour d'autres athlètes, l'entrée dans le parahockey s'est faite par le bouche-à-oreille, par exemple le participant 6 explique qu'il a « commencé le hockey luge, car ce sont mes amis qui m'ont initié, c'est eux qui m'ont inscrit. »

Le support social

Nous avons vu dans le volet 1 des résultats, que la caractéristique de l'encouragement avait une importance légèrement différente pour nos athlètes selon l'origine de leur handicap. Sachant que cet élément joue un rôle crucial sur l'impact positif ou négatif envers l'intention de maintenir une pratique sportive, il va donc de soi, de s'attarder sur la présence de l'entourage auprès de nos athlètes.

Nous nous sommes vite aperçus que le soutien de l'entourage est très important pour l'ensemble de nos athlètes. Ce soutien est caractérisé tout aussi bien par l'encouragement sans faille de leur proche qui pour plusieurs se déplacent pour venir les

soutenir et les motiver lors des tournois. Mais il se traduit également dans l'aide apportée par les proches comme l'aspect financier et le transport lors de pratiques ou de compétitions afin que l'athlète puisse continuer à s'épanouir dans ce sport. Notre jeune participante (#7) nous expliquait qu'elle n'aurait peut-être pas continué à pratiquer le parahockey, qui est une discipline difficile au début, si son entourage ne l'avait pas encouragé à continuer. De même que pour le participant 6, qui nous dit que l'encouragement de ses proches « me pousse vraiment à continuer ». Il semblerait donc que quel que soit l'aide apporté à l'athlète, si son entourage y contribue, cela montre que ses proches seraient en accord avec le maintien de la pratique de son sport et favorise donc la préservation de celui-ci.

Par ailleurs, pour certains de nos participants, l'inquiétude des proches face aux blessures peut être présente. Néanmoins cela n'affecte pas de façon négative leur décision de pratiquer comme l'explique l'un d'eux : « on m'a déjà parlé de faire attention parce que je m'étais cassé la cheville, mais ça n'avait pas vraiment d'importance. C'est rentré par une oreille et c'est ressortir par l'autre » (P5).

Tandis que pour d'autres, si ce sentiment existe au sein de leur entourage, ils ne l'ont jamais ressenti, cela n'a jamais été évoqué par leur proche de façon concrète. La fierté des proches prime sûrement sur l'inquiétude, tel que nous l'avons ressenti auprès du père présent lors de l'entrevue de notre plus jeune participante. Il nous explique que la famille « adore la voir évoluer, ç'est vraiment le fun de la voir aller. »

Le contrôle du comportement perçu

Le contrôle comportemental perçu renvoie aux perceptions relatives aux barrières et facteurs qui pourraient faciliter l'adoption d'un comportement (Giger, 2008).

Plus les barrières perçues prendront le pas sur les facilitateurs, plus les intentions seront diminuées, ce qui affectera conséquemment la réalisation d'un comportement. Cependant, la notion de contrôle perçu relève aussi de caractéristiques individuelles telles que le niveau de confiance en soi ou d'auto-efficacité à l'égard d'un comportement. Par exemple, pour deux enfants avec une même force d'intention à essayer d'apprendre à faire du parahockey, la persévérance sera différente selon le niveau de confiance qu'a l'enfant sur sa capacité à maîtriser cette pratique (Ajzen, 1991). Nous avons observé, dans cette composante, que même si un nombre important de barrières était évoqué, tous les athlètes interrogés semblent avoir réussi à passer outre ses difficultés pour pouvoir maintenir leur pratique.

Les barrières rencontrées influençant la pratique

De multiples obstacles peuvent entrer en jeu quand il est question de pratique sportive chez notre population à l'étude. D'après Jaarsma et ses collègues (2014a), les barrières les plus fréquemment énoncées sont la dépendance aux autres lors de la pratique, le manque d'installations sportives, le transport et le handicap lui-même. Effectivement, lors de nos entretiens de nombreuses barrières ont été évoquées. Une majorité de nos participants (n = 5) ont parlé des risques de blessures et de leur inquiétude quant à l'impact que cela pourrait avoir sur leur vie quotidienne. L'un nous expliquait que « quand tu te blesses ça peut me nuire dans mon quotidien » (P5), ce qui est appuyé par le récit d'un second participant racontant : « Je me suis fracturé un doigt donc tu sais je ne pouvais pas mettre de charge sur ma main, mais je suis en fauteuil roulant » (P2).

Les contraintes liées au handicap de nos athlètes constituent une deuxième difficulté présente lors de la pratique sportive qui est ressortie plusieurs fois durant les

entrevues (n =5). Elle se traduit surtout lors de leur début dans le parahockey. Les participants nous expliquaient que certains handicaps entraînaient un plus gros déséquilibre sur la luge. Par exemple un athlète ayant un poids différent entre son côté droit et son côté gauche (ex. une amputation) peut être confronté à plus de déséquilibre qu'un athlète n'ayant pas cette variation de poids (ex. une paraplégie). De plus, l'obligation de certaines activités de la vie quotidienne entraînait également une baisse d'énergie (p.ex. se déplacer, le travail, l'école, etc.). Ces difficultés peuvent avoir un impact négatif sur le maintien d'une activité sportive, sachant que tous nos participants (n =7) ont mentionné la difficulté importante qu'était la phase d'initiation au parahockey. Ils nous l'ont tous exprimé de façon concrète et l'un des athlètes a affirmé que « c'est vraiment dur, je te dirais que la première fois ça ne te donne pas envie de revenir » (P5).

L'accessibilité est également une barrière à prendre en considération, car elle est tout aussi présente. Pour certains, l'accessibilité est en lien avec la distance entre les infrastructures existantes et leur lieu de domicile, le transport n'est pas toujours possible en toute heure et dans toutes les villes. D'ailleurs, la participante 3 explique aussi que « des fois les transports adaptés ne permettent pas que les gens transportent leur équipement ». L'accessibilité est aussi un problème sur l'adaptation des infrastructures sportives, mais également lors de tournoi lorsqu'il est question, entre autres, d'hôtel. Cette barrière entraîne chez certains de nos athlètes (n = 3) un sentiment de dépendance, une perte temporaire de leur autonomie qui peut mettre un frein à la pratique. Un de nos participants explique avec sincérité que « c'est sûr et certain qu'il y a encore des problèmes d'accessibilité [...] sur un site de compétition, c'est déjà arrivé qu'on soit un peu dans le trouble parce que tu sais ce n'était pas nécessairement bien accessible, puis là, j'étais dépendante entre guillemets des entraîneurs, des gens qui étaient autour de nous » (P2).

Un dernier élément à considérer est en lien avec le développement du parahockey spécifiquement chez les filles qui est considérablement en retard comparativement au parahockey masculin. Pour nos athlètes féminines rencontrées, le fait que le parahockey féminin n'est pas inclus aux Jeux paralympiques et le peu de compétition de haut niveau peuvent entraîner un manque chez nos deux athlètes féminines adultes. Je leur ai demandé de m'expliquer ce qui les pousserais à changer de disciplines et l'une d'elle (P3) m'a répondu « Ça serait la chance de pouvoir performer en haut niveau, c'est plus comme l'expérience de vivre des compétitions de niveau international. On n'a pas nous la chance de nécessairement le vivre sauf au niveau national. En ce moment c'est juste contre les États-Unis, ce n'est pas encore développé comme là où en sont les hommes en ce moment. » Néanmoins, l'espoir de ces athlètes de pouvoir vivre un jour cette expérience en parahockey est fortement ressenti.

Le sentiment de réussite personnelle

L'auto-efficacité fait le lien avec la persévérance que montre l'athlète pour atteindre son objectif. Ici, l 'objectif de nos participants, est de réussir à maintenir leur pratique du parahockey malgré la difficulté d'apprentissage de cette discipline expliqué par la suite. Cette persévérance est énoncée par tous nos athlètes (n =7), elle est nécessaire et obligatoire lors des débuts dans le parahockey. Tous les récits étaient en accord pour énoncer que « quand tu viens la première fois c'est vraiment difficile, mais il ne faut pas que tu dises : oh c'est trop difficile, ce n'est pas pour moi. Moi les 2-3 premières fois que j'ai embarqué sur une luge, honnêtement je voulais lâcher, j'étais comme : non c'est trop dur je ne peux pas faire ce sport-là. Puis, 4 ans après, j'étais sur l'équipe nationale » (P3). Cette atteinte d'objectif nous fait éprouver un sentiment de réussite personnelle.

Tous les athlètes participant aux entretiens nous explique avoir persévérer, à s'accrocher lors de l'apprentissage du parahockey pour arriver où ils en sont aujourd'hui. On ressent également une fierté personnelle de nos participants face au parcours sportif qu'ils ont réussi à réaliser comme nous l'a exprimé une athlète affirmant que « maintenant je pense que je suis rendue bonne [en parahockey) » le participant (P7) enrichit en expliquant que : « j'ai commencé, j'ai apprécié puis là maintenant ça fait 2 ans [qu'il pratique le parahockey). Et aujourd'hui me voilà à Québec pour le Challenge Hivernal ! » (P6). Pour une partie de nos participants (n = 4), l'espoir et l'objectif de parvenir jusqu'aux Jeux paralympiques est présent. De plus, tous nos athlètes ont ce sentiment d'avoir trouvé le sport qui les fait vibrer, car tous ont exprimé cette forte intention de maintenir la pratique du parahockey le plus longtemps possible. L'un d'eux a exprimé ce souhait en nous expliquant que son « baromètre c'est un joueur qui est rendu à 60 ans et qui joue encore. Donc je crois que tant que la santé va être là je vais jouer [...) je vais jouer, jusqu'à tant que je sois vraiment plus capable physiquement de le faire » (P4). Cette explication est appuyée par un autre athlète affirmant avec détermination que « présentement je vais rester longtemps avec mon club de parahockey, je peux vous le dire, je ne suis pas près de partir tout de suite » (P6).

Les intentions face au comportement souhaité

Les intentions déclarées par nos participants face au maintien de la pratique du parahockey sont très fortes. Ceci semble en lien avec leur niveau d'identité sportive, car l'importance accordée au sport joue sur l'attitude de l'athlète ayant également un rôle sur l'intention envers le maintien de celui-ci. Nos participants semblent trouver des solutions face aux différentes barrières rencontrées afin de pouvoir continuer leur sport

de prédilection. Par exemple, comme nous l'a expliqué une de nos participantes (P3) qui est également entraîneuse, certaines blessures peuvent être évitées grâce à l'apprentissage de techniques spécifiques.

Néanmoins, cette initiative de trouver des solutions, permettant de diminuer les barrières rencontrées, ne semble pas pleinement être faite envers leur intention à découvrir de nouvelles pratiques sportives. Effectivement, le sentiment d'auto-efficacité a l'air moins fort chez nos participants quand il est question de découvrir d'autres sports. Le hockey prend une place importante déjà dans la vie de certains et laisse moins le temps pour le reste. Les barrières rencontrées peuvent donc prendre l'ascendant sur l'intention des athlètes à découvrir d'autres disciplines sportives face à la pratique du parahockey.

Discussion

Afin de pouvoir enrichir les connaissances sur les conditions favorisant le maintien d'un mode de vie actif chez les sportifs avec handicap, la présente étude visait à : 1) décrire le profil d'individus qui s'adonnent au hockey luge et 2) porter un regard sur les facteurs qui influencent leur niveau de pratique sportive actuelle, mais aussi de connaître leurs prédispositions à pratiquer de nouvelles activités physiques, ou au simple fait de maintenir la pratique actuelle. Pour notre premier objectif, les résultats attendus quant au niveau d'identité sportif sont en cohérence avec les résultats issus d'études antérieures. Ainsi, les mesures relatives à l'AIMS démontrent que les sportifs porteurs d'un handicap pratiquant leur discipline en compétition auraient un niveau d'identité sportive moyen à fort (Martin, Adams-Mushett, & Smith, 1995). De plus, cette similitude est également présente sur les comparaisons des niveaux d'identité sportive, mesurés à l'aide de l'AIMS, chez les athlètes avec et sans handicap, qui ne démontrent aucune

différence entre ces deux groupes (Groff & Zabriskie, 2006). Toutefois, selon nos résultats obtenus avec l'AIMS, les données sur les différences selon l'origine du handicap ne concordent pas avec les études précédentes ayant démontré un niveau inférieur d'identité sportive rapporté par les personnes ayant un handicap acquis vis-à-vis d'une personne présentant un handicap congénital (Kokaridas, Perkos, Harbalis, & Koltsidas, 2009). Il semblerait bien y avoir une différence au sein de la mesure de l'identité sportive entre l'AIMS et l'AIQ comme le suggèrent Reifsteck et ses collègues (2011). L'AIQ permet ici de constater des différences entre nos groupes (handicap acquis, handicap congénital, sans handicap) ce qui n'est pas le cas pour l'AIMS. Néanmoins, les mesures issues de l'AIQ, sont exploratoires puisqu'aucune étude utilisant cet outil n'a été validée auprès d'athlètes handicapés. Cependant, nos résultats permettent de mettre en lumière des différences sur certaines dimensions (apparence physique, encouragement et importance accordée au sport) de l'AIQ, selon l'origine du handicap. De manière générale, les sportifs ayant un handicap congénital auraient le sentiment d'avoir une apparence physique moins athlétique. Toutefois, ces derniers recevraient plus d'encouragements de la part de leurs proches et seraient plus fortement impliqués dans leur pratique sportive. Très peu d'études ont étudié l'adaptation chez les personnes atteintes d'incapacité congénitale. Néanmoins, quelques études existantes expliquent que les personnes ayant une limitation congénitale s'adapteraient mieux que celles ayant acquis leur handicap (Bogart, Tickle-Degnen, & Ambady, 2012; Li & Moore, 1998). Malgré cela, on se demande face à nos résultats, si leurs perceptions quant à l'image de soi peuvent affecter de manière défavorable leur estime de soi, même si elles ont toujours vécu avec cette incapacité. Il serait donc primordial de continuer à enrichir les connaissances par des recherches futures menées au sein de la population ayant une incapacité congénitale. Car si ce manque d'estime de soi se concrétise, cela suggère en retour que l'acceptation du handicap n'est pas complète, comme l'ont

suggéré Li et Moore (1998). Face à cela, il devient donc nécessaire que les entraîneurs/ intervenants effectuent un travail sur les perceptions de soi de leurs athlètes afin d'accroître l'acceptation de soi jouant également sur l'intégration sociale. Une étude longitudinale, utilisant les deux mesures de l'identité sportive, pourrait être réalisée lors de l'initiation de nouveaux adhérents au parahockey dans le but de voir si une évolution du niveau d'identité sportive est visible.

En ce qui a trait à notre deuxième objectif, les résultats des entrevues ont permis d'approfondir notre compréhension des mécanismes qui sous-tendent la participation au sport adapté. Les intentions face au maintien de la pratique du parahockey ou celle de la découverte de nouvelle discipline sportive n'avaient pas encore été étudiées à l'aide de la TCP sous un devis qualitatif. Fait intéressant, les résultats issus de la phase 1 de l'étude suggèrent que les participants ont manifesté un fort désir de continuer à prendre part à leur sport, mais beaucoup moins de découvrir une nouvelle activité. De tels résultats signifient que les adeptes de parahockey semblent satisfaits de leur pratique, et moins enclins à s'adonner à de nouvelles activités pour ainsi diversifier leur répertoire. Bien que ces résultats soient exploratoires, ils laissent place à des défis en matière de promotion du sport adapté et nous interpellent quant aux mécanismes explicatifs à la base des comportements actifs chez cette population.

Parmi ces facteurs influençant la pratique, les facilitateurs énoncés tels que le plaisir, le développement des liens sociaux, et l'amélioration de la condition physique, sont les facteurs personnels les plus fortement liés à la caractéristique d'attitude. D'ailleurs, les bienfaits que procure la pratique sportive sont, pour nos participants, des éléments majeurs qui justifient la promotion du maintien de cette pratique, ce qui est cohérent avec les études antérieures qui se sont penchées sur les facteurs favorisant la pratique sportive (Jaarsma et al., 2014b; Shihui et al., 2007). De plus, la norme sociale est aussi influencée positivement grâce à l'expérience de facilitateurs « sociaux » tels

que l'encouragement et le soutien des proches. L'entourage de l'athlète est bel et bien très important quant au maintien de leur sport, car leur aide est multiple et capital (financier, transport, support motivationnel, etc.) Ces résultats sont également retrouvés dans les données de recherches antérieures, ayant étudié la population avec handicap pratiquant tous, leur sport à haut niveau. D'ailleurs, de tels résultats avaient été analysés sur la base de la TCP (Jaarsma et al., 2014b).

En ce qui a trait aux barrières, le contrôle du comportement perçu est principalement influencé par ces derniers. La population à l'étude a indiqué rencontrer des barrières supplémentaires dues au handicap. Ces éléments sont d'ordres environnementaux (le manque d'installations sportives et le transport) et personnels (la dépendance aux autres lors de la pratique sportive et le handicap lui-même), et sont les plus fréquemment énoncés dans cette même population dans la littérature scientifique (Jaarsma et al., 2014a, 2014b). Néanmoins, un élément primordial quant au maintien de la pratique, influence le contrôle du comportement perçu au sein de cette discipline sportive. Cette notion est le niveau d'auto-efficacité en lien avec la persévérance du sportif. Plus la persévérance sera forte, plus l'impact sur le contrôle du comportement perçu sera positif. Ce qui signifie que cela permettra de diminuer l'impact négatif des barrières rencontrés et contribuer à favoriser la réalisation du comportement souhaité. Cette donnée pourrait être propre au parahockey dû à la difficulté d'apprentissage énoncée, car, dans la littérature scientifique, aucun facilitateur n'est évoqué quant à cette dernière caractéristique de la TCP (Jaarsma et al., 2014b). Cet élément peut donc ici être une barrière supplémentaire, au maintien du parahockey, pour les personnes n'ayant pas un haut niveau d'auto-efficacité. Néanmoins, tous les athlètes rencontrés ont fait de cette persévérance une force, afin de préserver les sports de prédilection. D'ailleurs, cet élément permettant de contrebalancer les impacts négatifs des barrières rencontrées dans la caractéristique du contrôle du comportement perçu

Clicours.COM

n'est jamais énoncé pour la découverte de nouvelle discipline. Ceci peut donc expliquer pourquoi les athlètes rencontrés nous faisaient part de leur envie de découvrir d'autres sports, mais ne l'avait mis que rarement en action. Il serait donc nécessaire que les entraîneurs et les intervenants expliquent l'importance de rester actif même hors saison et de mieux les accompagner vers des sports de loisirs. En ce sens, varier les activités physiques pourrait contribuer à prévenir les blessures. De plus, il serait intéressant que d'autres études soient réalisées afin de comparer ses caractéristiques de la TCP dans d'autres sports spécifiques ayant peu de participants afin de pouvoir en comprendre l'origine. Le choix d'associer ces deux devis a été fait, car dans les dimensions de la TCP des points clés sont retrouvés dans les questionnaires sur l'identité sportive. Il nous a donc semblé important, dans un premier temps, de pouvoir porter un regard sur la perception des athlètes à se voir comme tel pour ensuite avoir des entrevues afin de récolter un maximum d'informations.

Malgré la contribution de l'étude, plusieurs limites doivent être considérées. Tout d'abord, le choix d'un sport spécifique, le parahockey, engendre un nombre de participants faible et aucune comparaison possible avec un autre sport. De plus, la participation de ces athlètes était motivée par une forte intention de faire connaître leur sport. Ce biais de sélection et possiblement de désirabilité sociale est surtout présent lors de notre phase 2. En ce sens, il est également possible de croire que les personnes ayant souhaité répondre à notre recherche sont principalement des sportifs avec une plus forte identité sportive. D'autre part, nos données lors de la phase 1, sont autorapportées. De plus, la transférabilité des résultats est une limite importante quand il est sujet d'un devis qualitatif, principalement dû à la taille d'échantillon. Néanmoins, la richesse des informations recueillies renforce la crédibilité de cette recherche qualitative.

Pour terminer, il nous semble important d'envisager que de prochaines études puissent enrichir ces données préliminaires dans ce domaine. Il serait fortement

intéressé de réaliser une prochaine étude longitudinale comportant les mêmes participants afin de savoir si les différents facteurs jouant sur l'intention de pratique sportive évoluent au fil des années et de l'expérience acquise. Toutes ces réponses nous ont donc permis dans un premier temps de mieux connaître le profil des athlètes qui s'adonnent au parahockey. Puis, dans un second temps, de comprendre quels éléments influençaient positivement ou négativement leur intention face au maintien de ce sport de prédilection.

Références

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50*(2), 179-211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T

Anderson, C. B. (2004). Athletic identity and its relation to exercise behavior: Scale development and initial validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 26*(1), 39-56. doi:10.1123/jsep.26.1.39

Banack, H. (2009). *Coaching behaviours and the motivation of Paralympic athletes.* McGill University, Retrieved from http://digitool.library.mcgill.ca/webclient/StreamGate?folder_id=0&dvs=1531252744805~937

Bélanger, A. (1996). Le hockey au Québec, bien plus qu'un jeu: analyse sociologique de la place centrale du hockey dans le projet identitaire des Québécois. *Loisir et Société/Society and Leisure, 19*(2), 539-557. doi:10.1080/07053436.1996.10715531

Bergeron, P., Bouchard, L. M., Chapados, M., Lambert, R., Lapointe, G., Maurice, P., Pigeon, E., Pilote, R. (2013). *Bouger pour être en meilleure santé. Le Goût et le Plaisir de Bouger : Vers une Politique Nationale du Sport, du Loisir et de l'Activité Physique.*

Biddle, S., & Goudas, M. (1994). Sport, activité physique et santé chez l'enfant. *Enfance, 47*(2), 135-144. doi:10.3406/enfan.1994.2094

Blue, C. L. (1995). The predictive capacity of the theory of reasoned action and the theory of planned behavior in exercise research: An integrated literature review. *Research in Nursing & Health, 18*(2), 105-121. doi:10.1002/nur.4770180205

Bogart, K. R., Tickle-Degnen, L., & Ambady, N. (2012). Compensatory expressive behavior for facial paralysis: adaptation to congenital or acquired disability. *Rehabilitation Psychology, 57*(1), 43. doi :10.1037/a0026904.

Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237-254

Cieslak, T. (2004). Describing and measuring the athletic identity construct: Scale development and validation. (Electronic Thesis or Dissertation). Retrieved from https://etd.ohiolink.edu/

Curry, T. J., & Weiss, O. (1989). Sport identity and motivation for sport participation: A comparison between American college athletes and Austrian student sport club members. *Sociology of Sport Journal, 6*(3), 257-268. doi:10.1123/ssj.6.3.257

Giger, J.C. (2008). Examen critique du caractère prédictif, causal et falsifiable de deux théories de la relation attitude-comportement : la théorie de l'action raisonnée et la théorie du comportement planifié. L'année Psychologique, 108(1), 107-131

Groff, D. G., & Zabriskie, R. B. (2006). An exploratory study of athletic identity among elite alpine skiers with physical disabilities: Issues of measurement and design. *Journal of Sport Behavior, 29*(2), 126-141.

Jaarsma, E.A., Dijkstra P.U., Geertzen, J.H.B., & Dekker, R. (2014a). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(6), 871-881. doi:10.1111/sms.12218

Jaarsma, E. A., Geertzen, J. H., Jong, R. D., Dijkstra, P. U., & Dekker, R. (2014b). Barriers and facilitators of sports in Dutch Paralympic athletes: An explorative study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(5), 830-836. doi:10.1111/sms.12071

Kokaridas, D., Perkos, S., Harbalis, T., & Koltsidas, E. (2009). Sport orientation and athletic identity of Greek wheelchair basketball players. *Perceptual and Motor Skills, 109*(3), 887-898. doi:10.2466/pms.109.3.887-898

Li, L., & Moore, D. (1998). Acceptance of disability and its correlates. *The Journal of Social Psychology, 138*(1), 13-25.

Martin, J. J., Adams-Mushett, C., & Smith, K. L. (1995). Athletic identity and sport orientation of adolescent swimmers with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly, 12*(2), 113-123.

Martin, J. J., Eklund, R. C., & Mushett, C. A. (1997). Factor structure of the athletic identity measurement scale with athletes with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly, 14*(1), 74-82. doi:10.1123/apaq.14.1.74

Perrier, M.-J., Strachan, S. M., Smith, B., & Latimer-Cheung, A. E. (2014). Narratives of athletic identity after acquiring a permanent physical disability. *Adapted Physical Activity Quarterly, 31*(2), 106-124. doi:10.1123/apaq.2012-0076

Reifsteck, E. J., Gill, D. L., Appaneal, R., & Etnier, J., (2011). *The relationship between athletic identity and physical activity levels after retirement from collegiate sports*. ProQuest Dissertations: The University of North Carolina at Greensboro. Retrieved from:https://search.proquest.com/openview/c7acd1f5f06ab6b460f6bba814d37e37/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y

Renzi, S., & Klobas, J. (2008). Using the theory of planned behavior with qualitative research. Bocconi University. Carlo F. Dondena Centre for Research on Social Dynamics, Milan, Italy.

Ryska, T. A. (2002). The effects of athletic identity and motivation goals on global competence perceptions of student-athletes. *Child Study Journal*, 32(2)

Shihui, C., Jin, W., Mei, J., & On, L. K. (2007). Motivation of sport participation in elite athletes with physical disabilities in mainland China. *Asian Journal of Exercise & Sports Science, 4*(1), 63-67.

Statistique Canada (2006) *Enquête sur la participation et les limitations activités* de 2006 de Statistique Canada. https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-628-x/2007002/4125019-fra.htm

St-Laurent, N., & Émond, I. (2006). La participation sociale des personnes handicapées au Québec : les loisirs. Office des personnes handicapées du Québec.

Valliant, P. M., Bezzubyk, I., Daley, L., & Asu, M. E. (1985). Psychological impact of sport on disabled athletes. *Psychological Reports, 56*(3), 923-929.

Vassieux, L., Brès, B., Heuzé, C., Geniaux, B., & Jeudy, G. (2015). *Activités physique et sportive pour la santé : des recommandations à la pratique*. Retrieved from https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/dt-vf-mephd_0.pdf

Yao, P-L, Trudeau, F, & Laurencelle, L. (2018), Anderson's athletic identity concept: French validation of the Athletic Identity Questionnaire. *International Journal of Applied Sport Sciences, 30*(2) 111-125. doi.org/10.24985/ijass.2018.30.2.111

V. Discussion générale

Cette étude a été réalisée dans le but de vérifier le profil d'identité sportive chez les adeptes de parahockey, et d'étudier les variables favorables au maintien de la pratique sportive ou à ses prédispositions à découvrir de nouvelles disciplines de loisirs. Des études ont déjà été réalisées pour connaître le niveau d'identité sportive chez les athlètes handicapés, souvent comparés aux sportifs non handicapés, mais pas dans une discipline spécifique comme le parahockey. Toutefois, ces études ne permettaient pas de savoir quelles intentions avaient ces athlètes quant au maintien d'une vie active, alors que nous savons que cet élément est une condition majeure quant au maintien d'une bonne santé. Il nous apparaissait donc primordial d'effectuer cette étude, car elle rend possible l'obtention d'un premier aperçu sur les différences au sein des dimensions de l'identité sportive vis-à-vis de l'origine du handicap des athlètes. De plus, elle permet de comprendre ce qui pousse ces sportifs à préserver (ou non) leur pratique sportive.

Le profil d'identité sportive des para-athlètes

Nos résultats nous apprennent plusieurs choses. Tout d'abord, les données issues des mesures d'identité sportive sont en cohérence avec la littérature scientifique antérieure qui explique que les sportifs porteurs d'un handicap pratiquant leur discipline en compétition auraient un niveau d'identité sportive modéré à fort (Martin, Adams-Mushett, & Smith, 1995). De plus, cette similitude est également présente sur les comparaisons des niveaux d'identité sportive, mesurées à l'aide de l'AIMS, chez les athlètes avec et sans handicap montrant qu'il n'y a aucune différence entre ces deux groupes (Groff & Zabriskie, 2006). De plus, il semblerait bien y avoir une différente au sein de la mesure de l'identité sportive entre l'AIMS et l'AIQ comme la suggérer Gill & Reifsteck (2011). L'AIQ permet ici de constater des différences entre nos groupes

(handicap acquis, handicap congénital, sans handicap) ce qui n'est pas le cas pour l'AIMS. Néanmoins, les mesures issues de l'AIQ, sont exploratoires, car aucune étude n'a été validée auprès d'athlètes avec handicaps. Toutefois, les résultats ont permis d'enrichir les connaissances portant sur l'identité sportive grâce à ses analyses en sous-échelle permettant d'obtenir des résultats plus détaillés. Il serait possible qu'un fort niveau d'identité sportive soit souvent associé à des athlètes qui atteignent des niveaux plus élevés de performance sportive, ce qui est appuyé par Williams et Krane (1993). Cela peut expliquer pourquoi on retrouve un haut niveau d'identité sportive chez nos participants sachant la difficulté d'apprentissage du parahockey. Ceci laisse penser que les gens ayant un niveau d'identité sportive plus faible ne passeraient pas le cap de l'initiation de ce sport face à cette contrainte. Il serait donc intéressant de trouver une solution lors de l'initiation au parahockey pour faciliter la continuité de la pratique.

Implications pratiques et recommandations

La réalisation de la phase qualitative a permis de faire émerger des concepts qui prédisposent favorablement à la pratique sportive. Ainsi, l'émergence de tels concepts permet la mise sur pied d'interventions qui permettront de rendre les parasportifs favorables au mode de vie actif. Nos résultats ont permis de faire le lien avec les barrières rencontrées chez notre population à l'étude versus les données présentes dans la littérature scientifique. Celles-ci rencontrent des barrières supplémentaires attribuables au handicap, comme la dépendance aux autres lors de la pratique sportive, le manque d'installations sportives, le transport et le handicap lui-même qui sont les barrières les plus fréquemment énoncées dans des études antérieures au sein de la littérature scientifique (Jaarsma et al., 2014). De plus, les facilitateurs exprimés dans nos résultats, sont bel et bien ceux énoncés dans de précédentes études qui se sont penchées sur les facteurs favorisant la motivation face à la pratique sportive (Jaarsma

et al., 2014; Shihui, 2007). Les intentions face au maintien de la pratique d'un sport ou celle de la découverte de nouvelles disciplines sportives n'ont pas encore été étudiée à l'aide de la TCP sous un devis qualitatif. Ces données sont donc aussi exploratoires, mais permettent de mieux comprendre qui sont ces athlètes de parahockey et de porter un regard sur les facteurs ayant un impact sur leur maintien d'un mode de vie actif. Le choix d'associer ces deux devis a été fait, car dans les dimensions de la TCP des points clés sont retrouvés dans les questionnaires sur l'identité sportive. Il nous a donc semblé important, dans un premier temps, de pouvoir porter un regard sur la perception des athlètes à se voir comme tel pour ensuite avoir des entrevues efficaces afin de récolter un maximum d'informations.

Avoir un comportement actif était un réel enjeu pour la santé chez les personnes présentant une limitation fonctionnelle. Décrire le profil des gens qui s'adonnent au parahockey permet à la fédération de mieux cibler les populations cibles dans la promotion de ce sport. De plus, comprendre l'adoption et les intentions face aux comportements actifs multiples peut aider à promouvoir la pratique sportive de façon personnalisée, selon les difficultés rencontrées de chacun. En ce sens, avoir la connaissance de leurs sources de motivation, les barrières et avantages perçus permettrait de trouver des solutions afin de favoriser le niveau de pratique. Cela peut également permettre de prendre en considération les prédispositions de cette population face à la découverte de nouvelles disciplines sportives. De nombreux facteurs jouent sur leur intention de continuer à pratiquer le parahockey ou de découvrir de nouveaux sports adaptés. Néanmoins, les athlètes sont plus sujets à surmonter les obstacles rencontrés pour leur sport de prédilection que pour l'initiation à de nouvelles expériences sportive.

De plus, comme nous le montrent nos analyses de la phase 2, l'entrée dans une discipline est la première étape dans l'initiation de la pratique choisie. Il semble que celle-ci se fasse, pour la majorité des cas, au sein de centre de réadaptation. Il devient donc

important de pouvoir réaliser un dossier répertoriant toutes les associations sportives de chacune des villes afin de les fournir au corps médical. Cette liste d'organismes sportifs adaptés pourrait également être fournie bien aux personnes ayant un handicap. Sachant que l'acceptation du handicap acquis se fait par de nombreuses étapes, la réinsertion sportive est propre à chacun et peut être plus ou moins longue. Dans ce cas, leur fournir cette liste permettrait de leur donner un premier aperçu des possibilités et de savoir qui appeler quand le moment sera venu. En ce sens, un suivi serait important d'être maintenu dès lors que les patients quittent les centres de réadaptation jusqu'à leur insertion dans une discipline sportive.

Un point tout aussi important à envisager serait de promouvoir des évènements sportifs afin de faire découvrir les différents sports adaptés possibles. Au Québec, le Défi sportif par exemple permet de regrouper un grand nombre de sports adaptés. Proposer aux associations et leurs membres, d'être présent à ces types d'évènements leur permettrait de pouvoir s'informer directement sur place de ce qui est proposé dans les différentes régions, mais aussi dans une même lancée, de pouvoir s'initier à certaines disciplines et y prendre goût. Dans cette même orientation, des campagnes médiatiques promouvant les saines habitudes de vies dont les bienfaits d'une pratique sportive régulière spécifique pour les personnes ayant des incapacités seraient une avancée importante. Tous nos athlètes nous ont exprimé leur souhait que leur sport soit mieux connu et donc plus médiatisé. Pour cela, il pourrait être intéressant d'organiser des déplacements d'équipes pratiquant le parahockey lors de tournoi de hockey sur glace et de mettre en avant ce sport. Sachant que jusqu'au provincial, les sportifs sans handicap peuvent compléter des équipes de parahockey, il est important que la population soit informée afin d'augmenter le nombre d'adhérents et donc le nombre de clubs de parahockey. Cela permettrait également de diminuer les distances de déplacements pour une pratique pour les joueurs handicapés.

Pour finir, une participante étant également entraîneuse m'a fait part d'un souhait pour faire découvrir le parahockey dès le plus jeune âge et sensibiliser le monde à prendre part à cette discipline. D'après elle, les juniors n'ont pas beaucoup de match ni de tournoi lors de la saison hivernale. Son idée serait d'avoir un partenariat avec le hockey mineur des différentes régions pour créer des tournois contre ses équipes et les initier au parahockey. De plus, inciter à aller voir les matchs des différentes équipes de hockey mineur et en retour leur permettre de suivre l'équipe de parahockey junior permettrait aussi de créer un climat d'insertion chez ses jeunes, mais également de favoriser des échanges solidaires autour d'une passion commune.

Perspectives futures de recherche

Des études ont également montré qu'il existait différents climats d'entente au sein d'une équipe selon le type d'entraîneur (Baric & Bucik, 2009), et que l'identité sociale à l'intérieur de l'équipe (Bruner et al., 2017) pouvait jouer un rôle sur la motivation des participants. Il paraîtrait que cette motivation au sein de l'équipe diverge selon le type de profil de l'entraîneur. En effet, un entraîneur favorisant la compétition au sein même de ses joueurs pourrait engendrer de mauvaises relations intraéquipe. Tandis qu'à l'opposé, le second type d'entraîneur encourageant une coopération intraéquipe permettrait de créer un environnement plus favorable afin d'obtenir un entraînement réussi et de meilleures réactions comportementales des athlètes (Baric & Bucik, 2009). Il semble donc que le climat imposé par l'intervenant serait un élément clé à la base du sentiment de confiance en soi, d'estime de soi et de socialisation. À notre connaissance, aucune étude de ce type n'a été réalisée pour une équipe handisport, qui comme nous l'avons vu précédemment, peut rencontrer des difficultés supplémentaires face à la pratique et à son identité en tant que sportif. Il serait donc intéressant de connaître le profil psychologique de l'équipe et de l'entraîneur au sein de l'équipe à l'étude afin de se

Clicours.COM

poser la question sur le rôle qu'il prend sur les facilitateurs à la pratique comme le plaisir ou l'amélioration des contacts sociaux.

CONCLUSION

Cette étude a permis de mettre en avant l'importance de facteurs influençant positivement ou négativement l'intention des athlètes à préserver leur pratique sportive. Le rôle de la famille, des entraîneurs et des fédérations est primordial quant aux stratégies à mettre en place afin d'augmenter les aspects positifs au maintien de la pratique sportive et à l'inverse, tendre à diminuer les obstacles rencontrés par ces athlètes ayant un impact négatif sur leur activité sportive. En ce sens, les personnes intervenantes auprès de cette population (physiothérapeute, médecin, ergothérapeute, etc.) doivent être amenées à expliquer aux athlètes et aux futurs athlètes les bienfaits que va procurer une activité physique régulière sur leur santé physique et morale. Il sera judicieux de les amener vers un sport permettant de se sociabiliser, avec un esprit d'équipe leur permettant de s'identifier et d'appartenir à un groupe. De plus, expliquer à la famille que le sentiment d'être accompagné et encouragé à pratiquer un sport est un avantage certain quant au maintien de celui-ci. Il sera également nécessaire de travailler sur leur estime de soi et appuyer sur leur capacité à réaliser des défis sportifs, ceci dans le but d'augmenter leur sentiment d'auto-efficacité. Il devient aussi décisif de continuer à améliorer l'accessibilité des infrastructures (sportives, hôtels, etc.).

Afin de favoriser l'intégration au parahockey, il va être important de trouver des solutions pour faciliter l'apprentissage de ce sport. Il serait capital pour la fédération, de continuer à former les entraîneurs spécifiquement aux techniques exigées par le parahockey, mais aussi de trouver des adaptations évolutives sur glace ou hors glace afin d'appréhender la difficulté d'apprentissage différemment. Chaque personne ayant un handicap à des capacités et difficultés variables, il serait intéressant que chaque athlète novice ait un mentor (athlète plus expérimenté ayant un handicap similaire) afin

de lui expliquer les solutions que lui a trouvées face aux obstacles rencontrés. De plus, un dernier élément est déterminant pour accroître le nombre de pratiquants : la médiatisation de ce sport. Pour cela, il sera nécessaire par exemple, d'augmenter les représentations du parahockey lors de match de hockey traditionnel.

En conclusion, cette présente étude souhaite contribuer à une augmentation de participation au sport et un maintien de celui-ci au sein de la population ayant un handicap. Nous rappelons que la pratique d'activité physique régulière est capitale quant aux effets bénéfiques non négligeables, pour améliorer la qualité de vie de cette population. Nous souhaitons donc que cette étude puisse contribuer favorablement à ce que les personnes handicapées cultivent une intention positive face au maintien d'une pratique sportive.

RÉFÉRENCES

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50*(2), 179-211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T

Handler, L., Tennant, E., D'Urzo, K. & Latimer-Cheung, A. E. (2018). Le guide d'accessibilité aux directives en matière de mouvement sur 24 heures pour les parents d'enfants et de jeunes ayant une limitation. Disponible en ligne : https://cdpp.ca/sites/default/files/Ability%20Toolkit-Final-FRENCH.pdf

AlterGo. (2014-2017). *Le Défi Sportif AlterGo*. Disponible en ligne : http://altergo.ca/fr/defi-sportif-altergo

Anderson, C. B. (2004). Athletic identity and its relation to exercise behavior: Scale development and initial validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 26*(1), 39-56. doi:10.1123/jsep.26.1.39

Banack, H. (2009). *Coaching behaviours and the motivation of Paralympic athletes.* Thèse doctorale, Université McGill, Montréal. Disponible en ligne : http://digitool.library.mcgill.ca/webclient/StreamGate?folder_id=0&dvs=1531252744805~937

Barić, R., & Bucik, V. (2009). Motivational differences in athletes trained by coaches of different motivational and leadership profiles. *Kineziologija, 41*(2), 181-194.

Bélanger, A. (1996). Le hockey au Québec, bien plus qu'un jeu : analyse sociologique de la place centrale du hockey dans le projet identitaire des Québécois. *Loisir et Société / Society and Leisure, 19*(2), 539-557. doi:10.1080/07053436.1996.10715531

Beldame, Y., Lantz, E., & Marcellini, A. (2016). Expériences et effets biographiques du sport adapté de haut niveau. Étude de trajectoires sportives et professionnelles d'athlètes catégorisés comme ayant une déficience intellectuelle. *Alter - European Journal of Disability Research / Revue européenne de recherche sur le handicap, 10*(3), 248-262. doi:10.1016/j.alter.2016.03.002

Bergeron P., B. L.-M., Chapados M., Lambert R., Lapointe G., Maurice P., Pigeon E., Pilote R. (2013). *Bouger pour être en meilleure santé : mémoire concernant le livre vert le goût et le plaisir de bouger : vers une politique nationale du sport, du loisir et de l'activité physique*. Institut National de la santé publique du Québec. Disponible en ligne : http://www.santecom.qc.ca/Bibliothequevirtuelle/INSPQ/9782550687597.pdf

Biddle, S., & Goudas, M. (1994). Sport, activité physique et santé chez l'enfant. *Enfance, 47*(2), 135-144.

Blue, C. L. (1995). The predictive capacity of the theory of reasoned action and the theory of planned behavior in exercise research: An integrated literature review. *Research In Nursing & Health, 18*(2), 105-121.

doi:10.1002/nur.4770180205

Brassard, S. & Gosselin, M. (2011). *Le parcours identitaire d'athletes de haut niveau lors de leur transition de carriere*. Mémoire de maitrise inédite. Université de Sherbrooke, Sherbrooke.

Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel ? *International Journal of Sport Psychology, 24(2)*, 237-254.

Bruner, M. W., Boardley, I. D., Allan, V., Forrest, C., Root, Z., & Côté, J. (2017). Understanding social identity and intrateam moral behavior in competitive youth ice hockey: a Narrative Perspective. *The Sport Psychologist, 31*(2), 173-186. doi:10.1123/tsp.2015-0117

Cailmail, S., Clémenti, T., Herrmann, P., Moret, P., Delsart, R. I., Bonnin, F., & Pellier, A. L. (2011). Activité physique : Contextes et effets sur la santé. *Collection Expertise collective Inserm*.

Canada Heritage (2010). *Sport Participation 2010*. Disponible en ligne : http://publications.gc.ca/collections/collection_2014/pc-ch/CH24-1-2014-eng.pdf

Canada, S. (2006)a. *Politique sur le sport pour les personnes ayant un handicap*. Disponible en ligne : https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/services/politiques-lois-reglements-sport/politique-personnes-handicap.html

Canada, S. (2006)b. *Enquête sur la participation et les limitations d'activités de 2006 : rapport analytique*. Disponible en ligne : https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-628-x/2007002/t/4125010-fra.htm

Cieslak, T. J. (2004). *Describing and measuring the athletic identity construct: Scale development and validation*. Thèse de doctorat inédite, Ohio State University, Ohio. Disponible en ligne : https://etd.ohiolink.edu/!etd.send_file?accession=osu1091219903&disposition=inline

Curry, T. J., & Weiss, O. (1989). Sport identity and motivation for sport participation: A comparison between American college athletes and Austrian student sport club members. *Sociology of Sport Journal, 6*(3), 257-268. doi:10.1123/ssj.6.3.257

Drolet, P. (2000). *Le processus de l'acceptation chez les blessés médullaires.* Concordia University.

Fédération Française Handisport. (2018). *Le guide handisport*. Disponible en ligne : http://guide.handisport.org/catalogues/index.html#page/1

FFSA. *Activités physiques et sportives adaptées et prévention santé*. Disponible en ligne : http://www.ffsa.asso.fr/Pages/InCadres/GestClient/PDF/DosPrevSante2007.pdf

Giger, J.C. (2008). Examen critique du caractère prédictif, causal et falsifiable de deux théories de la relation attitude-comportement: la théorie de l'action raisonnée et la théorie du cornportement planifié. *L'année Psychologique, 108*(1), 107-131.

Gill, D. L. & Reifsteck, E. J. (2011). *The relationship between athletic identity and physical activity levels after retirement from collegiate sports*. ProQuest Dissertations Publishing.

Grandisson, M., Tétreault, S., & Freeman, A. R. (2010). Le sport: promoteur de la santé et de la participation sociale en Déficience Intellectuelle. *Revue Francophone de la Déficience Intellectuelle, 21*, 54-65.

Hockey Canada. (2017). *Rapport annuel 2016-2017*. Disponible en ligne : https://cdn.hockeycanada.ca/hockey-canada/Corporate/About/Downloads/2016-17-annual-report-f.pdf

Inserm. (2008). *Activité physique, contextes et effets sur la santé*. Disponible en ligne : http://www.ipubli.inserm.fr/bitstream/handle/10608/97/?sequence=34

Jaarsma E. A., Dijkstra P.U., Geertzen J.H., & Dekker, R. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A Systematic Review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(6), 871-881. doi:10.1111/sms.12218

Jaarsma, E. A., Geertzen, J. H., Jong, R. D., Dijkstra, P. U., & Dekker, R. (2014). Barriers and facilitators of sports in Dutch Paralympic athletes: An explorative study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(5), 830-836. doi:10.1111/sms.12071

Kokaridas, D., Perkos, S., Harbalis, T., & Koltsidas, E. (2009). Sport orientation and athletic identity of Greek wheelchair basketball players. *Perceptual and Motor Skills, 109*(3), 887-898. doi:10.2466/pms.109.3.887-898

Luquet, F., Paillard, C., Siclis, A. (2016). *Handisport Les chroniques du mouvement 1954-2015 / création / évolution / héritage*. Disponible en ligne : http://www.handisport.org/documents/historique/Handisport-LesChroniquesDuMouvement-Integral.pdf

Martin, J. J., Eklund, R. C., & Mushett, C. A. (1997). Factor structure of the athletic identity measurement scale with athletes with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly, 14*(1), 74-82. doi:10.1123/apaq.14.1.74

OMS. (2006a). *Promouvoir l'activité physique au service de la santé: cadre d'action dans la Région européenne de l'OMS*. Disponible en ligne : http://grand-est.drdjscs.gouv.fr/sites/grand-est.drdjscs.gouv.fr/IMG/pdf/conference_obesite.pdf

OMS. (2006b). *Constitution de l'organisation mondiale de la santé*. Disponible en ligne : http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_fr.pdf

OMS. (2010). *Recommandations mondiales sur l'activité physique pour la santé*. Disponible en ligne : http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/fr/

Pan, S. Y., Cameron, C., DesMeules, M., Morrison, H., Craig, C. L., & Jiang, X. (2009). Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadians : a cross-sectional study. *BMC Public Health, 9*(1), 21. doi:10.1186/1471-2458-9-21

Parasports Québec. (2008-2018). *Historique*. Disponible en ligne : http://www.parasportsquebec.com/historique.php?L=fr

Perrier, M. J., Strachan, S. M., Smith, B., & Latimer-Cheung, A. E. (2014). Narratives of athletic identity after acquiring a permanent physical disability. *Adapted Physical Activity Quarterly, 31*(2), 106-124. doi:10.1123/apaq.2012-0076

Renzi, S., & Klobas, J. (2008). *Using the theory of planned behavior with qualitative research*. Document de travail, Murdoch University. Disponible en ligne: http://researchrepository.murdoch.edu.au/id/eprint/23550/1/Dondena_WP012.pdf

Ryska, T. A. (2002). The effects of athletic identity and motivation goals on global competence perceptions of student-athletes. *Child Study Journal, 32*(2), 109-129.

Shihui, C., Jin, W., Mei, J., On, L. K. (2007). Motivation of sport participation in elite athletes with physical disabilities in mainland china. *Asian Journal of Exercise & Sports Science, 4*(1), 63-67.

St-Laurent, N., & Émond, I. (2006). La participation sociale des personnes handicapées au Québec : les loisirs. Office des personnes handicapées du Québec.

Vassieux, L. (2015). *Activités physique et sportive pour la santé : des recommandations à la pratique*. Disponible en ligne : https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/dt-vf-mephd_0.pdf

Williams, J.M., & Krane, V. (1993). Psychological characteristics of peak performance. In J.M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (pp. 137-147). Mountain View, CA: Mayfield.

Witkowski, S., & Spangenburg, E. E. (2008). Reduced physical activity and the retired athlete : a dangerous combination ? *British Journal of Sports Medicine, 42*(12), 952-953. doi:10.1136/bjsm.2008.054353

Yao, P-L, Trudeau, F, & Laurencelle, L. (2018), Anderson's athletic identity concept: French validation of the Athletic Identity Questionnaire. *International Journal of Applied Sport Sciences, 30*(2) 111-125. doi.org/10.24985/ijass.2018.30.2.111

ANNEXES

Annexe 1 : Certificat éthique

UQTR

Université du Québec
à Trois-Rivières

Décanat de la recherche et de la création

Le 30 octobre 2018

Madame Marion Laidet
Étudiante
Département des sciences de l'activité physique

Madame,

Les membres du comité d'éthique de la recherche vous remercient de leur avoir acheminé une demande de modifications pour votre protocole de recherche intitulé **Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap : Le cas du hockey luge** (CER-18-248-07.24) en date du 25 octobre 2018.

Le comité a accepté les modifications consistant à :

- Ajout de participants (moins de 20) entre 10 et 14 ans;
- Adaptation du formulaire d'information et de consentement en conséquence.

Cette décision porte le numéro CER-18-251-08-01.09.

Veuillez agréer, Madame, mes salutations distinguées.

LA SECRÉTAIRE DU COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE

FANNY LONGPRÉ
Agente de recherche
Décanat de la recherche et de la création

FL/mct

c. c. M. Jean Lemoyne, professeur au Département des sciences de l'activité physique

3351, boul. des Forges, C.P. 500 / Trois-Rivières (Québec) G9A 5H7 CANADA / Téléphone: 819 376-5011 uqtr.ca

clicours.com

Annexe 2 : lettre d'information et de consentement pour adulte du volet 1

UQTR
Université du Québec
à Trois-Rivières
Savoir. Surprendre.

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT VOLET 1

Titre du projet de recherche :	Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge
Chercheur responsable du projet de recherche :	Laidet Marion, Sc. de l'activité physique, Maîtrise, UQTR
Membres de l'équipe de recherche :	Jean Lemoyne, Sc. de l'activité physique, UQTR François Trudeau, Sc. de l'activité physique, UQTR

Préambule

Votre participation à la recherche, qui vise à mieux comprendre les comportements actifs des athlètes pratiquant le para hockey, serait grandement appréciée. Cependant, avant d'accepter de participer à ce projet et de signer ce formulaire d'information et de consentement, veuillez prendre le temps de lire ce formulaire. Il vous aidera à comprendre ce qu'implique votre éventuelle participation à la recherche de sorte que vous puissiez prendre une décision éclairée à ce sujet.

Ce formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles au chercheur responsable de ce projet de recherche ou à un membre de son équipe de recherche. Sentez-vous libre de leur demander de vous expliquer tout mot ou renseignement qui n'est pas clair. Prenez tout le temps dont vous avez besoin pour lire et comprendre ce formulaire avant de prendre votre décision.

Objectifs et résumé du projet de recherche
Les motivations, les obstacles et les facilitateurs envers le maintien ou la découverte de pratique sportive chez des athlètes pratiquants du para hockey (hockey luge) sont inconnus. Ce sport est intéressant par sa popularité au Canada. Toutefois, au Québec son faible taux de participation préoccupe les intervenants. En ce sens, on s'interroge sur les motifs et facteurs pouvant favoriser l'adoption de la pratique de ce sport. Le but de cette étude est de décrire les facteurs qui prédisposent à la pratique du hockey luge ainsi qu'à différentes activités physiques. Pour répondre à cet objectif, l'étude se déroulera en deux parties. Les objectifs de ce projet de recherche sont de **décrire** les antécédents et le profil d'individus qui s'adonnent au para hockey.

Nature et durée de votre participation
Votre participation à ce projet de recherche consiste à :

	Durée	Lieu	Quand
Questionnaire	Environ 15 minutes	Internet ou version papier	Dans votre temps libre ou après un entraînement / match

Risques et inconvénients
Aucun risque n'est associé à votre participation. Le temps consacré au projet, soit environ 15 minutes, demeure le seul inconvénient

Avantages ou bénéfices
Le fait de participer à cette recherche pourrait permettre connaître le profil des joueurs de hockey luge permettra d'identifier d'autres participants potentiels pour la pratique sportive et de rehausser la participation à ce sport. Ceci pourrait aider à éviter une baisse de la pratique sportive qui permet de maintenir un niveau d'activités physiques en partie nécessaire à maintenir une bonne santé. Le potentiel de ce projet est intéressant dans le sens qu'il permet l'avancement des connaissances chez les sportifs ayant un handicap acquis ou congénital touchant les membres inférieurs.

Compensation ou incitatif
Aucune compensation d'ordre monétaire n'est accordée.

Confidentialité
Les données recueillies par cette étude sont entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à votre identification. Votre confidentialité sera assurée nom fictif pour participants à des entrevues. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme de mémoire ne permettront pas d'identifier les participants.

Les données recueillies seront conservées conservés sous clés. Les seules personnes qui y auront accès seront Marion Laidet, Jean Lemoyne et François Trudeau. Toutes ces personnes ont signé un engagement à la confidentialité. Les données seront détruites dans cinq ans et ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Participation volontaire
Votre participation à cette étude se fait sur une base volontaire. Vous êtes entièrement libre de participer ou non, de refuser de répondre à certaines questions ou de vous retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Le refus de participer n'aura aucun impact sur vos activités avec l'équipe de hockey luge. **Vous pouvez aussi participer à la partie 1 du projet sans prendre part à la partie 2 du projet (groupe de discussion)**.

Si le participant se retire les données accumulées du questionnaire sera maintenu mais il ne sera pas convié lors des groupes de discussions.
Le chercheur se réserve aussi la possibilité de retirer un participant en lui fournissant des explications sur cette décision.

Responsable de la recherche
Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Marion.Laidet@uqtr.ca

Clicours.com

Surveillance des aspects éthique de la recherche
Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières et un certificat portant le numéro CER-18-251-08-01.09 a été émis le 30 octobre 2018.

CONSENTEMENT

Engagement de la chercheuse ou du chercheur
Moi, LAIDET Marion, je m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du participant
Je, _____ , confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet : Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge. J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

- ☐ Je m'engage à respecter la confidentialité des participants
- ☐ J'accepte de participer à la deuxième phase de la recherche qui consiste en un groupe de discussion

J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherche

Participant:	Chercheur :
Signature :	Signature :
Nom :	Nom :
Date :	Date :

Résultats de la recherche Un résumé des résultats sera envoyé aux participants qui le souhaitent. Ce résumé ne sera cependant pas disponible avant Décembre 2019. Indiquez l'adresse postale ou électronique à laquelle vous souhaitez que ce résumé vous parvienne.

Adresse :
Si cette adresse venait à changer, il vous faudra en informer le chercheur.

Annexe 3 : lettre d'information et de consentement pour mineur du volet 1

UQTR
Université du Québec
à Trois-Rivières
Savoir. Surprendre.

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT VOLET 1

Titre du projet de recherche :	Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge
Chercheur responsable du projet de recherche :	Laidet Marion, Sc. de l'activité physique, Maîtrise, UQTR
Membres de l'équipe de recherche :	Jean Lemoyne, Sc. de l'activité physique, UQTR François Trudeau, Sc. de l'activité physique, UQTR

Préambule

La participation de votre enfant ou de la personne dont vous avez la charge à la recherche, qui vise à mieux comprendre les comportements actifs des athlètes pratiquant le para hockey, serait grandement appréciée. Cependant, avant d'accepter que votre enfant ou de la personne dont vous avez la charge participe à ce projet et de signer ce formulaire d'information et de consentement, veuillez prendre le temps de lire ce formulaire. Il vous aidera à comprendre ce qu'implique l'éventuelle participation de votre enfant ou de la personne dont vous avez la charge à la recherche de sorte que vous puissiez prendre une décision éclairée à ce sujet.

Ce formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles au chercheur responsable de ce projet de recherche ou à un membre de son équipe de recherche. Sentez-vous libre de leur demander de vous expliquer tout mot ou renseignement qui n'est pas clair. Prenez tout le temps dont vous avez besoin pour lire et comprendre ce formulaire avant de prendre votre décision.

Objectifs et résumé du projet de recherche
Les motivations, les obstacles et les facilitateurs envers le maintien ou la découverte de pratique sportive chez des athlètes pratiquants du para hockey (hockey luge) sont inconnus. Le but de cette étude est de décrire les facteurs qui prédisposent à la pratique du hockey luge ainsi qu'à différentes activités physiques. Pour répondre à cet objectif, l'étude se déroulera en deux parties. Vous pouvez participer à la première partie sans nécessairement prendre part à la 2e partie du projet. Les objectifs de ce projet de recherche sont de **décrire** les antécédents et le profil d'individus qui s'adonnent au para hockey.

Nature et durée de votre participation
Votre participation à ce projet de recherche consiste à :

	Durée	Lieu	Quand
Questionnaire	Environ 15 minutes	Internet ou version papier	Dans votre temps libre ou après un entraînement / match

Risques et inconvénients
Aucun risque n'est associé à la participation. Le temps consacré au projet, soit environ 15 minutes, demeure le seul inconvénient.

Avantages ou bénéfices
Le fait de participer à cette recherche pourrait permettre connaître le profil des joueurs de hockey luge permettra d'identifier d'autres participants potentiels pour la pratique sportive et de rehausser la participation à ce sport. Ceci pourrait aider à éviter une baisse de la pratique sportive qui permet de maintenir un niveau d'activités physiques en partie nécessaire à maintenir une bonne santé. Le potentiel de ce projet est intéressant dans le sens qu'il permet l'avancement des connaissances chez les sportifs ayant un handicap acquis ou congénital touchant les membres inférieurs.

Compensation ou incitatif
Aucune compensation d'ordre monétaire n'est accordée.

Confidentialité
Les données recueillies par cette étude sont entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à votre identification. Votre confidentialité sera assurée nom fictif pour participants à des entrevues. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme de mémoire et d'articles scientifiques ne permettront pas d'identifier les participants.

Les données recueillies seront conservées conservés sous clés. Les seules personnes qui y auront accès seront les chercheurs impliqués. Toutes ces personnes ont signé un engagement à la confidentialité. Les données seront détruites dans 5 cinq ans (déchiquetage des questionnaires). Dans le cas où vous seriez intéressés à la 2e partie du projet, un formulaire de consentement vous sera présenté à nouveau. Les données ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Participation volontaire
La participation à cette étude se fait sur une base volontaire.
Votre enfant ou la personne dont vous avez la charge est entièrement libre de participer ou non, de refuser de répondre à certaines questions ou de se retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Le refus de participer n'aura aucun impact sur l'activités, de votre enfant ou de la personne dont vous avez la charge, au sein de l'équipe de hockey luge.

Responsable de la recherche
Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Marion.Laidet@uqtr.ca
Surveillance des aspects éthique de la recherche

Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières et un certificat portant le numéro CER-18-251-08-01.09 a été émis le 30 octobre 2018.

Pour toute question ou plainte d'ordre éthique concernant cette recherche, vous devez communiquer avec la secrétaire du comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières, par téléphone (819) 376-5011, poste 2129 ou par courrier électronique CEREH@uqtr.ca.

CONSENTEMENT

Engagement de la chercheuse ou du chercheur
Moi, LAIDET Marion, je m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

_____
LAIDET Marion

Consentement du parent ou tuteur ou curateur.
Je, _____ [nom du parent ou tuteur ou curateur], confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet : Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge. J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de la participation de mon enfant [ou de la personne dont j'ai la charge]. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision sur la participation ou non de mon enfant [ou de la personne dont j'ai la charge] à cette recherche. Je comprends que sa participation est entièrement volontaire et qu'il peut se retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

☐ Je m'engage à respecter la confidentialité des participants

J'accepte donc librement que mon enfant [ou la personne dont j'ai la charge] participe à ce projet de recherche

Parent [ou tuteur ou curateur] :	Enfant :	Chercheur :
Signature :	Signature :	Signature :
Nom :	Nom :	Nom :
Date :	Date :	Date :

Résultats de la recherche Un résumé des résultats sera envoyé aux participants qui le souhaitent. Ce résumé ne sera cependant pas disponible avant Décembre 2019. Indiquez l'adresse postale ou électronique à laquelle vous souhaitez que ce résumé vous parvienne.

Adresse :
Si cette adresse venait à changer, il vous faudra en informer le chercheur.

Annexe 4 : Volet 1 : Questionnaire

Merci d'avoir accepté de remplir ce court questionnaire d'une durée d'environ 10 minutes portant sur l'évaluation de l'identité athlétique et l'intention face au maintien et à la découverte de nouvelles activités sportives.

Informations générales Pour les questions 1,4, 7, 8 et 10 cochez la réponse qui correspond à votre situation. Pour les questions 2, 3, 5, 6, 7 et 9 indiquez la réponse qui correspond à votre situation.		
1	En cochant "OUI", vous confirmez avoir lu les consignes liées à l'éthique et déontologie de la recherche, et accepté de prendre part à l'étude en complétant le questionnaire.	1- ☐ OUI 2 - ☐ NON
2	Quel est votre année de naissance ?	Année : _____
3	Quel est votre mois de naissance ?	Mois : _____
4	Quel est votre sexe ?	1- ☐ Homme 2- ☐ Femme
5	Quel est votre lieu de résidence (ville) ?	Ville :
6	Quel est votre lieu de résidence (province) ?	Province : _____
7	Quel type d'handicap avez-vous ?	1- ☐ Congénital (de naissance) 2- ☐ Acquis (ex : accident) Année : _____ Précisez quel handicap : _____
Si vous avez répondu « Acquis » à la question 7, passez à la question 8. Si vous avez répondu « Congénital » à la question 7, passez directement à la question 11		

8	Si vous avez répondu "Acquis" à la question 7, étiez-vous sportif avant l'acquisition de votre handicap ?	1- ☐ OUI 2 - ☐ NON
9	Si vous avez répondez oui à la question 8, quel était le sport que vous pratiquiez avant l'acquisition de votre handicap ?	Sport : _____
10	Si votre handicap a été acquis, étiez-vous sportif avant ? COCHEZ une seule case	1- ☐ Non je n'étais pas actif avant 2- ☐ Oui, j'évoluais au niveau Récératif 3- ☐ Oui, j'évoluais au niveau Compétition 4- ☐ Oui, au niveau Professionnel

Information sur l'intention :

Indiquez vos intentions au regard des différentes activités proposées sachant que :

1	2	3	4	5	6	7
Totalement en désaccord	Assez en désaccord	Un peu en désaccord	Indécis	Un peu en accord	Assez en accord	Totaleme en accor

IL N'Y A PAS DE MAUVAISE RÉPONSES

Au cours de la prochaine année :

AFFIRMATIONS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
J'ai l'intention de continuer le para hockey							
J'ai l'intention de découvrir une nouvelle discipline							
J'ai l'intention d'arrêter le para hockey							

Informations sportives

1	2	3	4	5	6	7
			Indécis			

Totalement en désaccord	Assez en désaccord	Un peu en désaccord		Un peu en accord	Assez en accord	Totalement en accord

Pour les prochaines questions cochez la réponse qui correspond à votre situation sachant que

IL N'Y A PAS DE MAUVAISE RÉPONSES

AFFIRMATIONS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Je me considère comme un(e) sportif/sportive.							
J'ai de nombreux objectifs en lien avec le sport.							
La plupart de mes amis sont des sportifs/sportives.							
Le sport est la partie la plus importante de ma vie.							
Je passe plus de temps à penser au sport qu'à autre chose.							
Je dois être actif en sport pour me sentir bien dans ma peau.							
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Les autres (personnes) me voient principalement comme un(e) sportif/sportive.							
Je ne me sens pas bien quand je ne perfore pas en sport.							
Le sport est la seule chose importante dans ma vie.							
Je serais très déprimé si j'étais blessé et ne pouvais pas faire de la compétition sportive.							

Informations sportives

Pour les prochaines questions cochez la réponse qui correspond à votre situation sachant que

IL PAS	1	2	3	4	5	N'Y A DE
	Totalement en désaccord	Assez en désaccord	Indécis	Assez en accord	Totalement en accord	

MAUVAISE RÉPONSES

AFFIRMATIONS	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
Je pense que j'ai l'air sportif(ve), comme une personne qui s'entraîne.					
Je prévois du temps dans mon horaire pour faire de l'exercice.					
Mon corps semble être en bonne forme.					
Je pourrais participer à plusieurs types d'activités physiques si je le voulais.					
Il est évident pour les autres que je suis "flasque" et pas en bonne forme.					
Je reçois beaucoup d'encouragements des autres par rapport à ma pratique d'activité physique.					
Je serais très agacé(e) si quelque chose m'empêchait de participer à une séance d'exercices que j'avais prévu de faire.					
J'ai confiance en mes capacités sportives.					
Ma famille / mes amis les plus proches sont enthousiastes à propos de tout effort et progrès que je fais dans l'exercice ou le sport.					
	1	**2**	**3**	**4**	**5**
J'ai l'air de quelqu'un qui ne s'entraîne pas.					
Je ne laisse rien déranger mes habitudes d'exercice ou mes activités sportives.					
J'utilise plusieurs stratégies spécifiques pour m'assurer de maintenir mon exercice régulier.					

cicours.com

Après une maladie ou une blessure, je recommence à faire de l'exercice le plus tôt possible.					
Si je rate une séance d'exercices, je prévois des alternatives de lieux, de temps ou de types d'exercices.					
Je n'ai tout simplement pas beaucoup de capacités sportives.					
J'ai l'apparence d'une personne qui est en bonne forme physique.					
Dans la plupart des activités physiques, je sens que je peux devenir habile avec suffisamment d'efforts et de pratique.					
Ma famille/ mes amis sont très disposés à m'aider pour mon engagement dans l'exercice ou le sport.					
Je ne suis pas très bon(ne) dans les activités sportives.					
Je reçois des encouragements des autres pour faire de l'exercice.					
Mon corps semble bien proportionné.					

Seriez-vous intéressé à participer à une phase 2 (groupe de discussion) de ce projet en prenant part à des groupes de discussion sur ce sujet ?

OUI- ☐ NON- ☐

Si vous avez répondu OUI, indiquez par quel moyen vous préféré être rejoints :

Nom : _____

Adresse e-mail : _____

Numéro de téléphone : _____

Je vous remercie pour votre participation à cette recherche et bonne continuation.

Annexe 5 : lettre d'information et de consentement pour adulte du volet 2

UQTR
Université du Québec
à Trois-Rivières
Savoir. Surprendre.

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT VOLET 2

Titre du projet de recherche :	Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge
Chercheur responsable du projet de recherche :	Laidet Marion, Sc. de l'activité physique, Maîtrise, UQTR
Membres de l'équipe de recherche :	Jean Lemoyne, Sc. de l'activité physique, UQTR François Trudeau, Sc. de l'activité physique, UQTR

Préambule

Votre participation à la recherche, qui vise à mieux comprendre les comportements actifs des athlètes pratiquant le para hockey, serait grandement appréciée. Cependant, avant d'accepter de participer à ce projet et de signer ce formulaire d'information et de consentement, veuillez prendre le temps de lire ce formulaire. Il vous aidera à comprendre ce qu'implique votre éventuelle participation à la recherche de sorte que vous puissiez prendre une décision éclairée à ce sujet.

Ce formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles au chercheur responsable de ce projet de recherche ou à un membre de son équipe de recherche. Sentez-vous libre de leur demander de vous expliquer tout mot ou renseignement qui n'est pas clair. Prenez tout le temps dont vous avez besoin pour lire et comprendre ce formulaire avant de prendre votre décision.

Objectifs et résumé du projet de recherche

Les motivations, les obstacles et les facilitateurs envers le maintien ou la découverte de pratique sportive chez des athlètes pratiquants du para hockey (hockey luge) sont inconnus. Ce sport est intéressant par sa popularité au Canada. Toutefois, au Québec son faible taux de participation préoccupe les intervenants. En ce sens, on s'interroge sur les motifs et facteurs pouvant favoriser l'adoption de la pratique de ce sport. Le but de cette étude est de décrire les facteurs qui prédisposent à la pratique du hockey luge ainsi qu'à différentes activités physiques. L'étude a comme objectif d'**analyser** les facteurs qui influencent leur niveau de pratique actuelle (i.e. hockey luge). Finalement, nous voulons **porter un regard** sur les facteurs qui les prédisposent à pratiquer différentes pratiques sportives afin de maintenir un niveau d'activités physiques préférable pour la santé.

Clicours.COM

Nature et durée de votre participation
Votre participation à ce projet de recherche consiste à :

	Durée	Lieu	Quand
Une entrevue que sera entièrement enregistré.	30 à 45 minutes	Dans leur structure sportive	Après un entraînement/ match

Risques et inconvénients
Aucun risque n'est associé à votre participation. Le temps consacré au projet, soit environ 45 heure, demeure le seul inconvénient.

Avantages ou bénéfices
Le fait de participer à cette recherche vous offre une occasion de réfléchir et de discuter en toute confidentialité de vos intérêts, motivations et prédispositions face à des orienter sur d'autre projet sportif de loisirs. Ceci pourrait aider à éviter une baisse de la pratique sportive qui permet de maintenir un niveau d'activités physiques en partie nécessaire à maintenir une bonne santé.

Compensation ou incitatif
Aucune compensation d'ordre monétaire n'est accordée.

Confidentialité
Les données recueillies par cette étude sont entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à votre identification. Votre confidentialité sera assurée nom fictif pour participants à des entrevues. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme de mémoire ne permettront pas d'identifier les participants.

Les données recueillies seront conservées dans une base de données protégée par un mot de passe. Les seules personnes qui y auront accès seront Marion Laidet, Jean Lemoyne et François Trudeau. Toutes ces personnes ont signé un engagement à la confidentialité. Les données seront détruites dans 5 ans et ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Comme participant à un groupe de discussion, vous connaitrez l'identité des personnes participantes ainsi que les renseignements et opinions partagés lors de la discussion. Nous comptons sur votre collaboration pour conserver le caractère confidentiel de ces informations.

Participation volontaire
Votre participation à cette étude se fait sur une base volontaire. Vous êtes entièrement libre de participer ou non, de refuser de répondre à certaines questions ou de vous retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Le refus de participer n'aura aucun impact sur vos activités avec l'équipe de hockey luge.

Si le participant se retire les données accumulées du questionnaire seront maintenues mais il ne sera pas convié lors des groupes de discussions.
Le chercheur se réserve aussi la possibilité de retirer un participant en lui fournissant des explications sur cette décision.

Responsable de la recherche
Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Marion.Laidet@uqtr.ca

Surveillance des aspects éthique de la recherche
Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières et un certificat portant le numéro CER-18-251-08-01.09 a été émis le 30 octobre 2018.

Pour toute question ou plainte d'ordre éthique concernant cette recherche, vous devez communiquer avec la secrétaire du comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières, par téléphone (819) 376-5011, poste 2129 ou par courrier électronique CEREH@uqtr.ca.

Engagement de la chercheuse ou du chercheur
Moi, Laidet Marion, m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant des participants humains.

CONSENTEMENT

Engagement de la chercheuse ou du chercheur
Moi, LAIDET Marion, je m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du participant
Je,_____confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet : Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge. J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

- ☐ Je consens à être enregistré/filmé.
- ☐ Je m'engage à respecter la confidentialité des participants et des renseignements partagés lors de l'entrevu.

J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherche

Participant:	Chercheur :
Signature :	Signature :
Nom :	Nom :
Date :	Date :

Acceptez-vous que le chercheur responsable du projet ou un membre de son personnel de recherche reprenne contact avec vous pour vous proposer de participer à d'autres

projets de recherche? Bien sûr, lors de cet appel, vous serez libre d'accepter ou de refuser de participer aux projets de recherche proposés. ☐ Oui ☐ Non

Résultats de la recherche Un résumé des résultats sera envoyé aux participants qui le souhaitent. Ce résumé ne sera cependant pas disponible avant Décembre 2019. Indiquez l'adresse postale ou électronique à laquelle vous souhaitez que ce résumé vous parvienne.

Adresse :
Si cette adresse venait à changer, il vous faudra en informer le chercheur.

Annexe 6 : lettre d'information et de consentement pour mineur du volet 2

UQTR
Université du Québec
à Trois-Rivières
Savoir. Surprendre.

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT VOLET 2

Titre du projet de recherche :	Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge
Chercheur responsable du projet de recherche :	Laidet Marion, Sc. de l'activité physique, Maîtrise, UQTR
Membres de l'équipe de recherche :	Jean Lemoyne, Sc. de l'activité physique, UQTR François Trudeau, Sc. de l'activité physique, UQTR

Préambule

Votre participation à la recherche, qui vise à mieux comprendre les comportements actifs des athlètes pratiquant le para hockey, serait grandement appréciée. Cependant, avant d'accepter de participer à ce projet et de signer ce formulaire d'information et de consentement, veuillez prendre le temps de lire ce formulaire. Il vous aidera à comprendre ce qu'implique votre éventuelle participation à la recherche de sorte que vous puissiez prendre une décision éclairée à ce sujet.

Ce formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles au chercheur responsable de ce projet de recherche ou à un membre de son équipe de recherche. Sentez-vous libre de leur demander de vous expliquer tout mot ou renseignement qui n'est pas clair. Prenez tout le temps dont vous avez besoin pour lire et comprendre ce formulaire avant de prendre votre décision.

Objectifs et résumé du projet de recherche
Les motivations, les obstacles et les facilitateurs envers le maintien ou la découverte de pratique sportive chez des athlètes pratiquants du para hockey (hockey luge) sont inconnus. Ce sport est intéressant par sa popularité au Canada. Toutefois, au Québec son faible taux de participation préoccupe les intervenants. En ce sens, on s'interroge sur les motifs et facteurs pouvant favoriser l'adoption de la pratique de ce sport. Le but de cette étude est de décrire les facteurs qui prédisposent à la pratique du hockey luge ainsi qu'à différentes activités physiques. L'étude a comme objectif d'**analyser** les facteurs qui influencent leur niveau de pratique actuelle (i.e. hockey luge). Finalement, nous voulons **porter un regard** sur les facteurs qui les prédisposent à pratiquer différentes pratiques sportives afin de maintenir un niveau d'activités physiques préférable pour la santé.

Nature et durée de votre participation
Votre participation à ce projet de recherche consiste à :

	Durée	Lieu	Quand
Une entrevue que sera entièrement enregistré.	30 à 45 minutes	Dans leur structure sportive	Après un entraînement/ match

Risques et inconvénients
Aucun risque n'est associé à la participation. Le temps consacré au projet, soit environ 45 heure, demeure le seul inconvénient.

Avantages ou bénéfices
Le fait de participer à cette recherche offre une occasion de réfléchir et de discuter en toute confidentialité des intérêts, motivations et prédispositions face à des orientations sur d'autre projet sportif de loisirs. Ceci pourrait aider à éviter une baisse de la pratique sportive qui permet de maintenir un niveau d'activités physiques en partie nécessaire à maintenir une bonne santé.

Compensation ou incitatif
Aucune compensation d'ordre monétaire n'est accordée.

Confidentialité
Les données recueillies par cette étude sont entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à une identification. La confidentialité du participant sera assurée par un nom fictif lors des entrevues. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme de mémoire ne permettront pas d'identifier les participants.

Les données recueillies seront conservées dans une base de données protégée par un mot de passe. Les seules personnes qui y auront accès seront Marion Laidet, Jean Lemoyne et François Trudeau. Toutes ces personnes ont signé un engagement à la confidentialité. Les données seront détruites dans 5 ans et ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Comme participant à un groupe de discussion, vous connaitrez l'identité des personnes participantes ainsi que les renseignements et opinions partagés lors de la discussion. Nous comptons sur votre collaboration pour conserver le caractère confidentiel de ces informations.

Participation volontaire
La participation à cette étude se fait sur une base volontaire. Le participant est entièrement libre de participer ou non, de refuser de répondre à certaines questions ou de se retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Le refus de participer n'aura aucun impact sur vos activités avec l'équipe de hockey luge.

Si le participant se retire les données accumulées du questionnaire seront maintenues mais il ne sera pas convié lors des groupes de discussions.
Le chercheur se réserve aussi la possibilité de retirer un participant en lui fournissant des explications sur cette décision.

Responsable de la recherche
Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec Marion.Laidet@uqtr.ca

Surveillance des aspects éthique de la recherche
Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières et un certificat portant le numéro CER-18-251-08-01.09 a été émis le 30 octobre 2018.

Pour toute question ou plainte d'ordre éthique concernant cette recherche, vous devez communiquer avec la secrétaire du comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières, par téléphone (819) 376-5011, poste 2129 ou par courrier électronique CEREH@uqtr.ca.

Engagement de la chercheuse ou du chercheur
Moi, Laidet Marion, m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant des participants humains.

CONSENTEMENT

Engagement de la chercheuse ou du chercheur
Moi, LAIDET Marion, je m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du parent ou tuteur ou curateur.
Je, _____ [nom du parent ou tuteur ou curateur], confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet : Comprendre les comportements actifs chez les sportifs avec handicap: le cas du hockey luge. J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de la participation de mon enfant [ou de la personne dont j'ai la charge]. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision sur la participation ou non de mon enfant [ou de la personne dont j'ai la charge] à cette recherche. Je comprends que sa participation est entièrement volontaire et qu'il peut se retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

☐ Je consens à être enregistré/filmé.

☐ Je m'engage à respecter la confidentialité des participants et des renseignements partagés lors de l'entrevu.

J'accepte donc librement que mon enfant [ou la personne dont j'ai la charge] participe à ce projet de recherche

Parent [ou tuteur ou curateur] :	Enfant :	Chercheur :
Signature :	Signature :	Signature :
Nom :	Nom :	Nom :
Date :	Date :	Date :

Acceptez-vous que le chercheur responsable du projet ou un membre de son personnel de recherche reprenne contact avec vous pour vous proposer de participer à d'autres projets de recherche? Bien sûr, lors de cet appel, vous serez libre d'accepter ou de refuser de participer aux projets de recherche proposés. ☐ Oui ☐ Non

Résultats de la recherche Un résumé des résultats sera envoyé aux participants qui le souhaitent. Ce résumé ne sera cependant pas disponible avant Décembre 2019. Indiquez l'adresse postale ou électronique à laquelle vous souhaitez que ce résumé vous parvienne.

Adresse :

_____

Si cette adresse venait à changer, il vous faudra en informer le chercheur.

Annexe 7 : Volet 2 : Entrevue individuelle

GUIDE POUR L'ENTREVUE INDIVIDUELLE

Bonjour et merci d'avoir accepté de participer à cette courte entrevue d'une durée approximative de 30 minutes sur les comportements actifs des joueurs de parahockey ayant une limitation fonctionnelle. Je m'appelle _____ et serai celle qui te posera les questions lors de notre discussion d'aujourd'hui. Cette entrevue est enregistrée et ton nom ne sera jamais divulgué pour assurer la confidentialité. Si cela est nécessaire un nom fictif te sera attribué. Donc ton nom ne sera jamais mentionné nulle part. De plus il n'y a pas de mauvaise ou bonne réponse. Répond donc ce que tu crois être ta bonne réponse.

Es-tu prêt pour commencer ?

1. Dans un premier temps j'aurais besoin de te connaître, peux-tu te présenter ? (âge, nom) Quels ont été tes expériences sportives antérieurs etc.)

2. À quelle fréquence t'entraines-tu ? Pourquoi te semble-t-il utile de maintenir ce niveau de pratique ?
    - Pour toi, personnellement, Quels sont, les avantages associés à la pratique d'activités physiques ?
    - À l'inverse, quels sont, pour toi, les désavantages ou difficultés associées à la pratique d'activités physiques ? si oui lesquels

3. De façon générale dans le sport à l'école ou en club est-ce que ton handicap à amener des difficultés ? Si oui lesquels ? si non as-tu trouver des adaptations/solutions à tes débuts pourrais-tu me les expliquer ? (orienter si tjrs non ex : transport , installation , club , parking etc)

4. Suite à ta réponse au questionnaire sur l'envie de découvrir d'autre activité sportive, peux-tu m'en dire plus ? pourquoi serais-tu intéressé (ou pas) à pratiquer d'autres sport ? si oui, quel sport t'intéresserait et pourquoi ? Peux-tu m'expliquer pourquoi tu n'y as pas encore initié ?

5. Plus spécifiquement au parahockey maintenant quels sont les éléments qui te rendent difficile ta pratique ? (heure d'aréna, adaptation des glaces, etc)
   Facteurs personnelles
   Facteurs extérieurs

6. Parle-moi de ton expérience en parahockey.

- Comment as-tu débuté le parahockey?
- Quelle importance accordes-tu à la pratique de ce sport dans ta vie ?
- Combien de temps aimerait du continuer ?

7. Quelle est la réaction/perception de ton entourage immédiat sur ta pratique en parahockey ? est ce qu'il y a des gens positifs ou d'autre négatif ? y a-t-il un équilibre entre les deux ?

8. Quelle influence ses personnes ont-elles sur toi ou la pratique de ton sport ?

9. Qu'est-ce qui te motive à pratiquer le parahockey ?
   Motivation personnelle
   Motivation extérieure

10. As-tu des choses à rajouter, des questions importantes dont tu voudrais parler ?

11. Quel conseil donnerais-tu pour motiver une personne à jouer au parahockey ?

Notre discussion s'achève sur cela. Un grand merci à toi pour ta participation à cette recherche et bonne continuation.