

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	27 (1970)
<b>Heft:</b>	10
<b>Artikel:</b>	La psychologie sportive en Suisse
<b>Autor:</b>	Schilling, Guido
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997426">https://doi.org/10.5169/seals-997426</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# La psychologie sportive en Suisse

par M. le Dr Guido Schilling, collaborateur scientifique à l'institut de recherches de l'EFGS

Dans le sport suisse on ne s'est basé que sur la valeur de l'expérience pratique beaucoup trop longtemps. Pour de nombreux moniteurs, entraîneurs et maîtres de gymnastique, la théorie ne représentait guère plus qu'un mal inévitable. Pourtant, le sport d'élite suisse a compris que les sciences peuvent aider à l'amélioration des hautes performances, mais ce n'est qu'aujourd'hui que l'on commence à appliquer ce fait dans la pratique. En 1959 l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport créa une section «Recherches», dont la tâche principale était la coordination dans le développement des sciences sportives. Au début, cette section ne se formait que de personnes exerçant une activité conseillante en dehors de leur profession principale. Plus tard on engagea deux collaborateurs à titre de profession secondaire. On commença avec de modestes travaux scientifiques surtout dans le domaine de la médecine sportive. La section se chargea également de l'enseignement (formation de moniteurs, de maîtres de gymnastique et de sport, d'entraîneurs) et de l'assistance (service médical, visites de contrôle des athlètes d'élite). En 1967, la section «Recherches» prit en service un propre institut fort bien équipé. On engagea de nouveaux collaborateurs dont quelques-uns à titre non permanent. (Chef de l'institut prof. dr méd. G. Schoenholzer, des médecins, des assistants de laboratoire, des secrétaires et des experts pour l'information technique sur la construction de terrains de sports. Au total 14 collaborateurs.) Dès le commencement on voulait mettre l'accent sur la médecine mais engager également des adeptes des sciences de l'esprit (pédagogie, sociologie, psychologie). C'est ainsi qu'on dispose à l'institut des recherches de l'EFGS d'un sociologue engagé à titre non permanent. Pendant les années 1968 et 1969 un psychologue y collaborait à titre non permanent, mais depuis le commencement de cette année il est engagé à plein temps. (C'est la première et pour l'instant la seule possibilité d'exercer la profession d'un psychologue de sport en Suisse; puisqu'aux cours pour les maîtres de gymnastique des universités, l'enseignement de la psychologie est donné par des pédagogues et des psychologues engagés spécialement pour ces cours (psychologie pédagogique pour maîtres de gymnastique.)

## Tâches

Quelles tâches concrètes se posent au service de psychologie sportive de l'institut de recherches de l'EFGS ? Il doit contribuer par de propres travaux de recherches à mieux connaître les aspects psychiques des personnes pratiquant du sport. La psychologie sportive analyse les processus psychiques et leurs phénomènes se manifestant avant, pendant et après l'activité sportive.

De même elle recherche les causes et les effets de ces processus mais pas le sport en lui-même.

La définition «psychologie sportive» convient mieux à cet état que la définition «psychologie du sport». Le service de psychologie sportive de l'EFGS doit également assumer certaines tâches dans le domaine de l'enseignement (formation de moniteurs et d'entraîneurs) et de l'assistance (collaboration avec les médecins sportifs, psychologie industrielle) sans oublier les tâches de coordination qui ne lui seront certainement pas épargnées. Il s'agit de faire réussir les désirs de la psychologie sportive en Suisse et cela dans tous les domaines du sport (Jeunesse et Sport, sport pour les personnes âgées, sport scolaire, sport d'élite, etc.). La psychologie sportive ne se limite pas essentiellement au sport d'élite, mais elle touche également toutes les personnes pratiquant du sport. (C'est pour diverses

raisons que l'athlète d'élite est actuellement au premier rang aussi en Suisse.)

Dans la répartition des tâches, la recherche joue certainement le rôle le plus important. Au deuxième rang il y a l'enseignement tandis qu'au secteur de l'assistance il s'agit avant tout de résoudre des problèmes de coordination. La proportion de temps consacrée à chacun de ces trois domaines serait idéal comme suit: recherches 50 pour cent, enseignement 30 pour cent et assistance 20 pour cent.

## Buts atteints

### a) Projets

Pour obtenir le diplôme en psychologie sportive, Monsieur M. Allemann a rédigé sous la direction du prof. Capol (Université Fribourg) et du Dr Schilling (Institut de Recherches, Macolin) un travail de diplôme intitulé: «Zum Selbst- und Trainerbild von Leichtathleten» (l'image de soi-même et de l'entraîneur, vu par les pratiquants de l'athlétisme). Il analysait l'image de soi-même et de l'entraîneur que se font les sauteurs en hauteur, en longueur et du triple saut et les rapports de ces images aux données personnelles, aux caractéristiques et aux habitudes relatives au sport.

Le résultat de cette analyse était la constatation de l'existence de relations entre les différentes adjonctions, relations bien fondées du point de vue de la statistique.

Monsieur A. Jost est en train d'analyser «la typologie de l'activité sportive». Le but de cette analyse, effectuée sur 240 sportifs d'élite sous la direction du prof. Foppa (Université de Berne) et du Dr Schilling (Institut de Recherches, Macolin) est d'éclaircir au moyen d'un questionnaire concernant la personnalité, d'un test de structure d'intelligence et d'un test de concentration si l'on peut prouver des caractéristiques typiques pour chaque discipline sportive.

A part ces deux travaux assez importants, des candidats pour le diplôme de maître de gymnastique et de sport ont réalisé les travaux suivants: Volonté et motivation au sport d'élite; état avant le départ; sport et intelligence; tendances sportives des jeunes filles; sociogramme d'une équipe sportive.

Au printemps 1969 nous avons pu exécuter en collaboration avec la Fondation suisse de recherches alpines un avant-projet touchant essentiellement les problèmes suivants: Comment s'organise et se réalise la collaboration psychologique dans le sport ? Quels moyens existent pour réaliser de telles recherches (test de performance, test de personnalité, interviews, etc.) ? Quels changements d'attitude surviennent lorsqu'un homme se trouve dans une situation d'extrême tension?

### b) Communauté de travail pour la psychologie sportive

Lors de l'assemblée générale de l'année passée les membres de la société suisse de médecine des sports ont approuvé une modification des statuts permettant de constituer des groupes spéciaux (communautés de travail) au sein de la société de médecine des sports. Jusqu'à maintenant 15 membres se sont inscrits à ces groupes.

La communauté suisse de travail pour la psychologie sportive est une réunion de médecins et de psychologues qui envisage l'élargissement et l'encouragement des notions dans le domaine de la psychologie sportive, ceci dans le sens d'une collaboration scientifique interdisciplinaire. Elle désire un champ d'activité assez lar-

ge. Pour autant qu'ils ont l'intention d'expérimenter l'entraînement physique comme possibilité de thérapie, les psychologues intéressés au sport sont aussi bien-venus comme membres que les médecins des sports et les psychiatres intéressés à la psychosomatique.

#### Buts envisagés

Premièrement il faut se procurer du matériel (documentation) existant en Suisse et à l'étranger afin qu'on en ait un résumé. En même temps il faut faire d'autres expériences par des enquêtes, la présence discrète mais attentive, des analyses individuelles et de groupes. Pour l'instant, les thèmes suivants se trouvent au premier rang:

##### — Personnalité:

Quels traits caractéristiques distinguent les différents sportifs ? Quelles conséquences psychiques se manifestent chez les athlètes d'élite ? Comment se terminent les «destins des sportifs» ?

##### — Assistance (coaching):

Quelles sont les meilleures techniques de discussion à employer dans une séance d'une équipe ?

##### — Psychologie sociale:

Sociogrammes des équipes sportives. Comment s'accordent les «rôles» joués dans l'équipe et en dehors de l'équipe ? Comment sont les relations entre athlète et entraîneur ?

##### — Psychologie de la performance:

Quels facteurs sont impliqués dans la performance ? Quel effet a la situation de compétition sur la performance ?

##### — Préparation à la performance:

Quelles méthodes de relaxation s'adaptent bien au sport ? Comment peut-on entraîner le surmontage d'une tension ?

##### — Etude locomotrice:

Comment apprend-on un mouvement ? Que signifie l'habileté ? Y a-t-il une différence entre l'habileté d'une personne entraînée et celle d'une personne non entraînée ?

##### — Psychologie industrielle:

Quelle est l'organisation idéale d'une société sportive ?

En ce qui concerne toutes ces questions il faut établir des bibliographies, entreprendre de propres projets de recherches et inciter et encourager les projets de recherches d'autrui en contact avec les universités et les instituts qualifiés.

Au moyen de cours, de conférences et de publications, les notions acquises doivent être communiquées à toutes les personnes intéressées. Peut-être pourrons-nous ainsi contribuer modestement au développement de la psychologie sportive internationale (ou même de la psychologie en général).

### Jeunesse suisse à Munich

#### Clôture du test JSM 1970

#### Ouverture prochaine du Camp-Efficience JSM

Dans la première moitié du mois de septembre, des jeunes nés entre 1952 et 1956 ont participé dans plus de 150 localités aux tests JSM, consistant en épreuves de course et de natation. Bien que la compétition fût annoncée juste avant les vacances d'été et malgré les difficultés rencontrées par les organisateurs des concours, 2300 jeunes prirent part à ceux-ci.

970 d'entre eux remplirent avec succès les conditions du test, s'assurant de ce fait une chance au tirage au sort désignant les bénéficiaires de voyages gratuits aux Jeux olympiques d'été à Munich en 1972. Tous les autres et d'une manière facultative aussi ceux qui ont déjà passé le test en 1970 peuvent encore essayer en 1971 et 1972 de passer le test en question, afin de se qualifier pour le tirage au sort. Les candidats feront cependant bien d'être prêts déjà pour le test au printemps prochain. Les participants nous ont assuré que le test peut être passé, à condition de bien s'entraîner à l'avance.

Le meilleur résultat du «combiné» fut obtenu, pour les filles, par Pia Weingartner, de Weggis, avec 2880 points (1 km en course en 3'06", et 100 m de nage en 1'23"). Pour les garçons, les records ont été atteints, avec 2510 points chacun par: Mario Kohler, de Brugg (2 km de course en 6'26" et 100 m de nage en 1'08") et Christoff Roth, de Rifferswil (2 km de course en 6'22", et 100 m de nage en 1'09").

Vu que, pour remplir avec succès les conditions du test, les temps suivants étaient obligatoires pour les deux disciplines (nage: max. 2 minutes, course: max. 8 minutes pour les garçons, max. 5 minutes pour les filles), les concurrents avec de bons résultats dans une seule des disciplines (par exemple nage en 1'22" = 1460 points, ou bien la course de 2 km en 5'44" = 1180 points, ou même la course de 1 km en 3'08" = 1620 points) perdent leur qualification au tirage au sort.

Les 15 filles et les 15 garçons ayant obtenu les meilleurs résultats participeront à un camp-efficience à Les Prés-d'Orvin et à Macolin. Sous la conduite du maître Eugen Dornbierer, professeur à l'Ecole fédérale de gymnastique et des sports, ils devront suivre un programme sportif équilibré, évidemment en tant que participants et pas comme spectateurs.

**JUL-X** Massage

Contre les accidents musculaires

Flacons Fr. 4.20 7.20 et 12.90  
En pharmacies et drogueries  
BIOKOSMA SA 9642 Ebnat-Kappel