

Zeitschrift:	Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber:	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band:	35 (1978)
Heft:	12
Artikel:	La méthodologie de l'entraînement en tant que matière centrale de la formation d'entraîneurs
Autor:	Hotz, Arturo
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-997625

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: 29.01.2026

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



La méthodologie de l'entraînement en tant que matière centrale de la formation d'entraîneurs

Ces quatre articles sont extraits du complément no 2 à l'information d'entraîneurs no 11, complément qui est consacré aux principes d'entraînement.

Auteur: Arturo Hotz, Dr en philosophie

ments de la structure de l'entraîneur peuvent être stimulés non séparément, mais dans leur totalité ambivalente.

Comment? – Quoi? – Pourquoi?

A l'âge préscolaire, l'apprentissage est déterminé avant tout par le principe «démonstration – imitation»; le «comment?» a donc une signification décisive. Lors de l'aménagement de l'enseignement scolaire, les questions que l'on pose le plus souvent sont: «Que doivent savoir les élèves, que faut-il enseigner?» Dans le contexte de la formation, le «comment?» et le «quoi?» doivent toujours être pris en considération, mais dans la formation des adultes, il faut répondre d'abord à une question plus centrale: «Pourquoi donc?» L'adulte, s'il fait l'effort supplémentaire d'une nouvelle formation, doit savoir lui-même exactement, pourquoi il estime que cette entreprise est fondée. En se basant sur le point où il se trouve (entre autres le problème de la profession d'entraîneur), il peut arriver à la conclusion qu'il va changer de profession, étant donné que l'activité future semble mieux correspondre à ses inclinations et ses aptitudes personnelles. Sa volonté d'apprendre ce qui est presque tout nouveau pour lui, est grande, son optimisme souvent encore plus grand, et ce qu'on lui offre alors lors de la formation est souvent décevant. Pourquoi?

Si l'adulte se décide (comme dans notre cas) de choisir le métier d'entraîneur, il a, contrairement à l'écolier et à bien des étudiants, une idée très précise sur ce qu'il veut et pourquoi il le veut. Etant donné que sa décision a mûri pendant une période où il remplissait la fonction d'entraîneur à côté de son travail habituel et où il a pu déjà faire des expériences importantes, il espérait recevoir de la formation les bases essentielles qui ont un rapport direct avec son métier actuel ou son métier futur à temps complet et qui le distinguent de l'entraîneur bénévole.

Problèmes de base

C'est précisément parce que le métier d'entraîneur n'a pas qu'une orientation pratique qui exige des connaissances spécialisées sur la question, mais qu'il comprend également des aspects intellectuels, irrationnels et artistiques, que la formation doit se situer à plusieurs niveaux. La synthèse d'un académicien des sciences du sport et d'un pragmatique très doué dans son domaine en une seule personne est très rare. Mais peut-être cette image de l'entraîneur est-elle aussi fausse parce que nullement désirable. Peut-être que les entraîneurs si appréciés qui ont du succès sont bien plus des praticiens

ayant des capacités pédagogiques certes au-dessus de la moyenne mais plutôt innées. Ce type d'entraîneur qui n'est pas purement intellectuel, est certes conscient des problèmes de la science des sports, mais il ne consulte de tels spécialistes qu'occasionnellement. Si cela était, la formation d'entraîneur devrait être adaptée à cette image de l'entraîneur, en renonçant à une surcharge intellectuelle. D'autre part cependant, il y a également des personnes qui s'intéressent de façon intellectuelle au sport, qui, bien que faisant preuve de capacités pratiques et pédagogiques, veulent être stimulées avant tout dans le domaine de la science des sports. L'un n'exclut pas l'autre. Seulement, cela crée la difficulté de s'adresser dans un même cours à tous les types d'entraîneurs qui se situent à différents niveaux et de les stimuler en même temps de façon presque optimale. Celui donc qui forme les entraîneurs doit (comme dans un certain sens également l'instituteur d'école primaire) faire face à ce spectre très varié des intérêts des divers candidats entraîneurs. S'ajoute à cela les différents degrés de formation préalable, les besoins en partie complètement divergents des différentes disciplines sportives et le problème du temps que le participant veut ou peut consacrer à la formation (particulièrement important pour les séminaires).

La coordination comme solution proposée

L'élaboration d'une conception qui tienne compte de tous les points précédents, n'est certes pas simple. Il est certain cependant que l'orientation ou même l'imitation du modèle universitaire traditionnel paraît peu logique, d'après les expériences que l'on a faites, compte tenu des buts d'une formation d'entraîneur. L'université, comme elle fut comprise par Humboldt au début du 19e siècle dans l'esprit d'un nouvel humanisme avec ses principes de la liberté d'enseignement et d'apprentissage, ne convient pas à la formation professionnelle des entraîneurs. Il ne suffit pas que le biologiste, le biomécanicien et le psychologue discourent sur tout ce qui leur semble important, que le directeur de la branche sportive suive son propre chemin et que le candidat lui-même, plus ou moins sans autre indication, rassemble tout ce qu'il a entendu pour l'appliquer dans un concentré utile peut-être dans le meilleur des cas à son activité spécifique dans sa discipline sportive. A quoi servent les discussions souvent affectées sur les buts de l'enseignement et de la vie, sur l'opérationnalisation, sur l'analyse des buts, sur l'importance de la formation, si finalement l'on n'offre que des plans de matières?

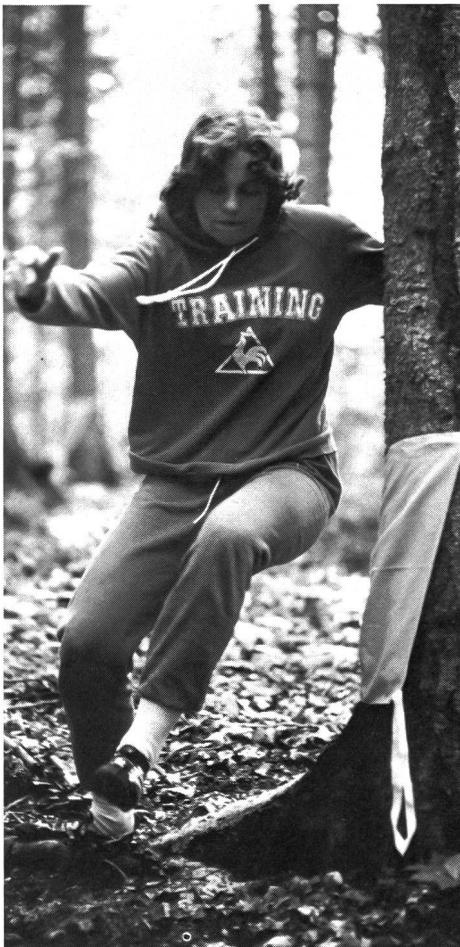
Une conception utile de la formation d'entraîneur se distingue par un haut degré de coordination, par une étroite collaboration des différents directeurs des matières, qui pourrait s'exprimer par exemple par un catalogue coopératif des buts d'enseignement. Certains thèmes essentiels – l'apprentissage, la motivation, le rythme de l'entraînement, la correction de fautes – devraient être traités obligatoirement par chaque professeur dans sa propre perspective. Ensuite, les participants pourraient, avec leurs directeurs de la branche sportive (éventuellement par groupes pour des sports similaires), tirer les conséquences pratiques des aspects des sciences naturelles et sociales, pour finalement échanger en plenum les informations des différentes matières en ce qui concerne de nouvelles et d'anciennes expériences. Afin de réaliser cet enseignement traversé par un « fil rouge », il est absolument nécessaire d'égaliser dans une première étape les différences de formation préalable. On peut s'imaginer, et ce serait sans doute utile, si on demandait en plus une sorte d'examen d'entrée selon le cas, le candidat individuel pourrait alors, s'il présente des lacunes dans certains domaines, les combler par des cours par correspondance. Qu'il ait une maturité ou non, une formation de professeur de gymnastique et de sport ou non: personne ne devrait être dispensé d'un tel test d'aptitude. En vue de l'examen final, également qui est le même pour tous, on ne s'intéresse pas à ce que le candidat savait il y a des années, mais: à l'état actuel des connaissances et du savoir, sur lequel on peut alors se baser pour la suite.

Résumé

Résumons dans un modèle: La base de chaque formation d'entraîneur est constituée, à côté des conditions personnelles (qu'il ne faut pas sous-estimer), des nombreuses connaissances que le candidat a acquises dans sa discipline sportive. L'enseignement se greffe donc sur ces conditions de base; il est organisé sous forme de séminaires dans les sciences sociales et naturelles et pas seulement selon des plans de matières imposants, et toutes les matières enseignées sont coordonnées de façon interdisciplinaire. Dans une dernière phase de la formation, qui ne doit pas nécessairement avoir lieu à la fin du cours, il faudrait revoir la somme des connaissances scientifiques et pratiques de façon plus affinée ou plus différenciée, dans une sorte de revue totale. Cette matière pourrait s'appeler méthodologie de l'entraînement, *summa sportiva* ou autre chose, en tous cas il faudrait qu'elle donne les moyens nécessaires pour une formation professionnelle d'entraîneur orientée vers la pratique et réussie.

La méthodologie d'entraînement – le lien entre la théorie et la pratique

Les scientifiques de la méthodologie d'entraînement tentent de saisir les multiples facteurs qui influent de façon positive ou négative la performance, ceci dans l'espoir de diriger et de stimuler d'une part les influences favorables dans le processus d'entraînement et d'autre part de limiter voire d'éliminer les influences défavorables qui limitent les performances. Le but qu'on



désire obtenir est la meilleure performance possible d'un athlète ou d'une équipe. Ainsi, la méthodologie de l'entraînement s'occupe surtout des questions et des problèmes de l'entraînement et de la compétition (performance).

La méthodologie de l'entraînement est une science relativement jeune avec des limites flottantes et peu déterminées – ce qui est compréhensible, étant donné qu'il s'agit d'une science interdisciplinaire. Dans les manuels, on reconnaît en général la tendance d'analyser l'être humain (l'athlète) d'après ses qualités, ses capacités et aptitudes et de veiller à une séparation stricte des aspects psychiques et physiologiques. Contrairement à cela, d'éménents spécialistes de l'Est et de l'Ouest sont de l'avis que cette procédure analytique ne peut pas mener à la vérité, que ce sont plutôt les innombrables interrelations qui déterminent l'être humain dans sa pensée, dans ses sentiments et dans sa volonté. Les illustrations schématiques des facteurs de performance souvent utilisées à cet effet, et qui doivent servir à une meilleure compréhension et à une meilleure vue d'ensemble contiennent cependant le danger que les rapports apparents peuvent être manipulés selon les besoins (thèse). La pratique nous enseigne cependant que jamais un facteur détermine à lui seul la performance. Malgré tout, les différents pôles, desquels dépendent les interrelations, doivent d'abord être définis et caractérisés avec précision. C'est ainsi que l'on peut différencier, dans une multitude de conditions pour la performance, l'aptitude à la performance et les réserves, la volonté, les conditions extérieures et la constitution physique comme facteurs principaux qui déterminent et influencent généralement une performance.

Le terme d'entraînement n'est pas utilisé exclusivement dans le sport. Ainsi par exemple les psychologues du travail entendent par entraînement toutes les charges physiques, ainsi que l'adaptation et l'altération fonctionnelles et morphologiques du corps. Le but est une augmentation de la performance. Dans un sens plus général, l'entraînement est une formation organisée, orientée vers un but qui aspire à une rapide augmentation de l'aptitude physique, psychique ou technico-motrice. Dans le domaine sportif, on entend par entraînement, un processus dirigé d'après des principes scientifiques et particulièrement pédagogiques qui influence systématiquement le pouvoir et la volonté à l'effort, afin de permettre à un athlète d'accomplir de très hautes performances dans le domaine du sport.

La question centrale pour laquelle les athlètes, les entraîneurs et les scientifiques cherchent une réponse valable est celle de la bonne charge, dans le sens physique et psychique. Comment faut-il entraîner? En dehors des différentes formes, méthodes et moyens d'entraînement qui sont souvent adaptés à la discipline sportive concernée, la méthodologie de l'entraî-

nement s'occupe avant tout des rapports établis selon certaines lois entre la charge et l'adaptation (charge – fatigue – repos – surcompensation), de questions de l'intensité de stimulation, de la densité de stimulation, de la durée de stimulation et de l'étendue de la stimulation d'une part et de la fréquence de l'entraînement et des problèmes de la surcharge d'autre part. Un entraînement réussi se caractérise par un dosage optimal; à la fatigue devrait succéder une adaptation maximale, mais la prochaine charge (stimulation d'entraînement) doit commencer avant que l'adaptation ou l'habileté acquises se perdent de nouveau. Dans ce processus d'entraînement, il s'agit de promouvoir l'état d'entraînement (le potentiel de performance), afin de pouvoir de nouveau poursuivre le but, c'est-à-dire être meilleur que tous les autres.

Lors d'une planification à long terme du processus d'entraînement, la périodisation de l'année d'entraînement prédomine. En principe cependant, on peut distinguer plusieurs phases. Dans une certaine phase de préparation, on crée dans la première partie les conditions de performance; dans une deuxième partie on commence l'entraînement spécifique pour la compétition qui doit mener à la phase de compétition, dans laquelle la performance de la compétition est développée et stabilisée de façon optimale. La phase de transition suivante (au maximum 4 semaines) sert au repos actif et à la régénération physique et psychique complète.

A côté de la planification, de l'évaluation et de l'organisation du processus d'entraînement, à côté des problèmes de la charge, de l'aménagement de l'entraînement, de la formation technique et tactique ainsi que de l'hygiène et de l'alimentation du sportif de haute performance, la méthodologie d'entraînement s'occupe également de la diagnose d'aptitude (critères d'après lesquels il est probable qu'un athlète avec une formation dirigée puisse obtenir des succès au plus haut niveau) et des nombreux procédés de contrôle qui aident à vérifier et à contrôler à tout moment l'état de l'entraînement et la capacité à la performance.

Cette énumération des domaines et aspects de la méthodologie d'entraînement montre clairement, non seulement l'importance de cette science pour le sport de performance, mais elle démontre également qu'un entraîneur devrait satisfaire à de très hautes exigences et à quel point une équipe orientée vers la science mais également vers la pratique est importante pour pouvoir subsister dans le sport d'élite international, bien que même là, le succès peut dépendre de facteurs irrationnels et de circonstances qui ne peuvent pas être influencées ou saisies.

Le scientifique et l'entraîneur – conjointement? – à la recherche de talents

Pourquoi donc recherche-t-on des talents? La réponse à cette question presque rhétorique ne semble pas difficile. Si un talent est reconnu tôt ou du moins à temps, il semble (enfin) possible – du moins on l'espère – à l'entraîneur et à l'équipe de conseillers scientifiques d'obtenir davantage avec un rapport «efforts – succès» plus favorable. La recherche de talents donc, aussi bien pour faciliter en quelque sorte le travail de l'entraîneur que pour obtenir plus de succès. Ce problème semblant donc résolu, du moins du point de vue théorique, apparaît (comme dans beaucoup de choses) déjà le prochain qui est peut-être encore plus central. Quel effort est plus grand: celui de tester une multitude de candidats dans des tests très variés et presque interminables pour reconnaître leur talent sportif ou celui de stimuler de façon optimale quelques talents éventuels qui se sont cristallisés par une sélection naturelle? Les représentants de la science et de la pratique sont loin d'être d'accord sur ce point, ce qui serait pourtant désirable pour les deux parties.

Une collaboration fructueuse?

Aussi longtemps que les scientifiques supposent d'une manière quelque peu présomptueuse que les entraîneurs doivent être «dirigés» par eux lors de l'évaluation des compte-rendus de l'entraînement, une collaboration ne peut guère être fructueuse, car souvent, ce sont les scientifiques qui devraient être dirigés. Pour pouvoir comprendre l'incontestable complexité des effets qui conditionnent une performance sportive et dont elle dépend, il faut, également du côté des sciences naturelles, certaines conditions; par exemple, il faut avoir des notions élémentaires de la méthodologie de l'entraînement. Les praticiens et les scientifiques ne tirent pas toujours sur la même corde; c'est pourquoi ils discutent à des niveaux différents et ils ne se rencontrent pas lors de ces discussions. D'un côté, les entraîneurs qui ont de l'expérience, qui ont fait leurs preuves et qui par leur travail quotidien sont confrontés et familiers avec les différents problèmes; de l'autre côté les scientifiques qui s'occupent théoriquement du sport. Mais régulièrement les praticiens sont déçus; par exemple quand les tests médicaux ont seulement pour résultat de tranquilliser l'entraîneur

et de lui indiquer qu'il peut continuer à exiger de grands efforts de l'athlète, ou si le biomécanicien a calculé (après des tests coûteux) au millième près le degré de corrélation entre la vitesse de départ et le résultat du saut en longueur... Il est certes très beau que des valeurs empiriques soient soutenues par la science et que cela puisse confirmer un entraîneur, mais celui-ci attend avec raison davantage de la science. Jusqu'à présent, elle ne lui a guère offert de choses concrètes – en ce qui concerne la détermination des talents.

La sélection naturelle, négative et par étapes

Malgré la diversité de leurs points de vue et malgré leurs rapports assez différents envers le sport non-théorique, les entraîneurs et les scientifiques sont d'accord qu'il est irréaliste de vouloir trouver de façon précise le futur champion olympique par une détermination complète du talent à dix ans. Pratiquement il serait plus valable de déterminer les dispositions de façon objective – «le talent» n'a pas une valeur neutre, cette détermination devant être faite dans des intervalles fixes, pour pouvoir dire, si un sportif qui s'entraîne convient pour la prochaine étape de formation et s'il promet des succès ou s'il doit continuer à être stimulé plutôt à la base. Avec une dose exagérée de croyance au progrès constant de la science, on pourrait bien s'imaginer une batterie de tests par lesquels on ferait peut-être passer tous les enfants de huit ans. Mais même du point de vue pédagogique, il semble douteux que cet effort puisse être rentable. La sélection en diverses étapes tiendrait également compte du fait qu'une spécialisation trop précoce peut, dans certaines disciplines sportives, avoir des effets négatifs du point de vue de la santé et du psychisme pour le développement futur à la performance.

La sélection négative est une autre proposition pour déterminer les talents, dans la mesure où on recherche précisément les non-talents. Cette idée qui impressionne surtout par sa tendance vers l'économie, ne propage au fait rien de nouveau, mais seulement ce qui se fait depuis longtemps: Ceux qui ne conviennent pas sont éliminés au cours du processus d'entraînement, avant tout sous l'aspect de la performance. En résumé, les modèles de sélection peuvent être réduits à un dénominateur: Les efforts du point de vue de l'organisation et de l'appareil nécessaire à une batterie de tests universels pour déterminer très tôt déjà les dispositions et à un moment, où un entraînement de base systématique n'a pas encore commencé, sont vraiment trop grands. Même si les moyens financiers ne jouaient aucun rôle, il faudrait d'abord

constater de façon très évidente, si toutes les caractéristiques psychiques et physiques des divers groupes de sports qui sont seuls déterminants pour une future grande performance, peuvent déjà être saisies par des tests à l'âge de dix ans. Face à ce problème fondamental, les personnes qui s'orientent vers les sciences sociales se montrent sceptiques. La structure de la motivation peut, surtout dans la phase de la puberté, encore beaucoup changer, dans les contacts également avec des facteurs de la psychologie de l'apprentissage. En outre, les composantes de l'environnement sont finalement plus décisives que les facteurs héréditaires (il va de soi évidemment qu'un athlète de 1 m 65 n'a guère de chances de pouvoir lancer un poids de 7 1/4 kg à 23 m).

La croyance aux tests et la psychologie de l'apprentissage

La croyance inconditionnelle aux tests, comme elle se manifeste régulièrement du côté des sciences naturelles, ne pourra sans doute pas contribuer de façon décisive à la détermination des talents. Car les tests n'ont un sens que s'ils sont objectifs, reproductibles, fiables et valables. Mais c'est précisément cette validité (force d'expression) qui fait que la plupart des tests échouent; c'est également pourquoi l'entraîneur pragmatique se sent de plus en plus confirmé dans sa conviction que la pensée empirique et «l'oeil» de l'entraîneur ne peuvent guère être remplacés par des tests scientifiques ou alors avec des efforts beaucoup trop grands. Pour lui la science a, non sans raison d'ailleurs, toujours un caractère auxiliaire et complémentaire. La science devrait être utilisée là (par exemple lors du passage à la sélection spécifique), où elle peut vraiment être utile pour une information rapide (entre autres les tests moteurs). Le contrôle scientifique du processus d'entraînement, certaines analyses de tendance n'étant pas exclues, est considéré de par la pratique comme plus rentable que l'effort presque irréaliste de faire gonfler les innombrables facteurs de performance dans leur ensemble d'effets pour obtenir une batterie de tests coûteuse. Peut-être faut-il également poser la question quelque peu hérétique, dans quelle mesure la recherche de talents est encore une entreprise prioritaire dans l'Ouest. Est-ce que finalement les entraîneurs n'ont pas d'autres choix que d'être, du fait des contraintes de politique sociale, contents de ceux qui désirent encore être stimulés? N'est-ce pas plutôt une question des méthodes de la psychologie de l'apprentissage de saisir et de stimuler des individus tel que le demande leur structure?

Le psychologue du sport ne veut pas être un pompier

Le type qui apparemment est loin d'avoir disparu de l'entraîneur qui est orienté exclusivement vers la pratique, qui reconnaît seulement la validité de ses propres expériences, démontre par conséquent les difficultés qui existent avec les conceptions théoriques, mais également dans les rapports et dans la collaboration avec les représentants de la science. Ainsi, cela semble une tâche interminable et traditionnelle de poser régulièrement, mais formulée toujours différemment, la question: «Que peut la science?» Aussi rhétorique que la question «Le sport veut-il d'ailleurs la psychologie?» puisse paraître, elle est du moins justifiée dans la mesure où le fait qu'il n'existe pratiquement pas de collaboration à long terme entre une fédération (suisse) de sport et un psychologue du sport puisse faire réfléchir. Les rapports quelque peu troublés que l'on peut souvent observer entre le praticien et le psychologue du sport, mais également face à des problèmes psychologiques, peuvent être causés par le fait que presque tous les gens racontent plus facilement leurs ulcères à l'estomac, que leurs complexes ou névroses. Etant donné que les problèmes psychologiques appartiennent souvent encore au domaine du tabou, cela rend plus difficile la tâche et la position d'un psychologue du sport dans une équipe. A cela s'ajoute également le fait qu'il n'est souvent le bienvenu que si dans une crise il promet une dernière chance de sauvetage (action de pompier); étant donné qu'on attend alors trop de lui, la probabilité d'une réussite de son intervention est encore moindre. Des troubles purement physiques peuvent souvent être guéris dans peu de temps; s'il s'agit en revanche de contextes psychiques qui créent un développement et un épanouissement insuffisant de la performance, la guérison exige souvent plus de temps que l'entraîneur, qui dépend du succès immédiat, veut bien accorder.

Il s'agit sûrement d'une réaction irréfléchie, si l'on met en doute les possibilités de la psychologie du sport en tant que science uniquement, parce que le psychologue du sport ne peut pas, dans la plupart des cas, offrir une aide aussi évidente et rapide que le médecin du sport. Le psychologue du sport doit donc toujours rattraper un retard considérable de confiance par rapport au médecin du sport, qui souvent a la tâche bien plus facile, parce qu'il est établi dans le plus large sens du mot et parce qu'il peut profiter d'une tradition de recherche bien plus ancien-

ne que son jeune collègue de la psychologie du sport; celui-ci devra sans doute se battre encore longtemps pour être enfin entièrement reconnu. Comme tout autre scientifique sans doute, le psychologue du sport qui veut s'occuper des problèmes dans le sport d'élite, est grandement intéressé à un échange permanent d'informations entre la science et la pratique. Mais pour pouvoir communiquer entre eux, les «théoriciens» et les «praticiens» devraient se comprendre, c'est-à-dire parler un langage commun. Beaucoup d'entraîneurs expérimentés qui ont connu le succès et qui souvent ont développé une conscience remarquablement différenciée des problèmes, ne sont prêts à la discussion que s'ils n'arrivent plus par leurs propres moyens à trouver une solution. Les réponses du psychologue du sport aux questions très spéciales de ces entraîneurs ne dépassent que rarement le cadre des généralités, ce qui ne peut nullement satisfaire l'entraîneur impatient, qui continue d'avoir l'impression qu'il doit résoudre ses problèmes «vraiment importants» tout seul. Ce n'est que depuis quelques années que le psychologue du sport est utilisé de façon systématique et c'est pourquoi on ne dispose pas encore de beaucoup de constatations sûres. De plus, le psychologue du sport, comme d'ailleurs le praticien général, ne veut guère s'aventurer dans les délicats problèmes spécialisés inhérents à chaque sport. Pour pouvoir accorder une aide efficace en tant que psychologue, il devrait avoir en premier lieu également les compétences nécessaires dans la spécialité. Et pour pouvoir se les approprier, il faut du temps. C'est pourquoi les psychologues du sport refusent souvent une collaboration, quand on ne leur accorde pas le temps nécessaire pour pouvoir se familiariser de façon approfondie et pour pouvoir apprendre à connaître les athlètes qui, pour les mêmes raisons, montrent les mêmes mécanismes de défense envers le psychologue du sport que leurs entraîneurs.

Les psychologues formés et en plus qualifiés qui s'occupent du sport en général ou même du sport d'élite dans leurs recherches, sont certes rares – surtout en Suisse; la volonté fondamentale de ces quelques psychologues qui existent déjà, ne devrait cependant pas faire défaut.