

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 45 (1988)

**Heft:** 10

**Artikel:** Gestion constructive de l'agressivité : le sport comme champ d'apprentissage dans le domaine du traitement thérapeutique des toxicomanes

**Autor:** Lehmann, Anton

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-998498>

### **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:** 15.09.2025

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

# Gestion constructive de l'agressivité: le sport comme champ d'apprentissage dans le domaine du traitement thérapeutique des toxicomanes

Anton Lehmann

Traduction: Marianne Honegger

Lorsqu'on sait s'en servir, la compétition est passionnante et elle est à l'origine de nombreuses et profondes émotions. La joie qui suit une victoire par exemple, ou la déception consécutive à une défaite sont des formes d'expression tout à fait courantes et naturelles. Peu importe leur nature, elles dévoilent toujours un peu le caractère des personnes concernées face au succès ou à l'échec.

Lorsque l'intensité de l'émotion est telle qu'elle s'exprime par des cris d'allégresse toujours plus forts, ou par des explosions de colère toujours plus violentes, c'est qu'il y a trouble de la personnalité. Par exemple, celui qui, par son arrogance, fait perdre la face au perdant et l'humilie est un mauvais gagnant. Quant aux mauvais perdants, ils sombrent souvent dans une succession d'actions malheureuses qui vont de la déception aux actes de violence intentionnels, en passant par l'irritation, la colère et la haine.



Il n'est pas étonnant qu'après de tels développements, toutes les personnes concernées soient frustrées et s'assènent mutuellement une pluie de reproches. Généralement, le moniteur réagit par la réprimande, la punition ou l'interruption du jeu. Lui aussi est déçu, furieux même quelquefois...

Le texte qui suit essaie de montrer comment éviter, par des mesures appropriées, une telle détérioration du jeu ou de la compétition et comment faire face de manière constructive.

Peut-on transférer un comportement «sportif» à la vie quotidienne et vice ver-

sa? Voilà une question importante pour tous ceux qui s'occupent d'action thérapeutique et de réhabilitation. Plutôt que de m'en référer aux nombreux ouvrages qui traitent de ce sujet, j'ai préféré faire appel à ma propre expérience en la matière:

- Les éléments, signes, caractéristiques, dispositions et états agressifs de la personnalité apparaissent souvent de façon plus évidente lors d'activités sportives et surtout là où les émotions peuvent plus difficilement être cachées – comme par exemple dans les jeux sportifs – que dans la vie quotidienne, où l'irritation, la colère et l'agressivité peuvent plus facilement être dissimulées;
- Par les activités sportives, l'agressivité peut être diminuée ou canalisée, mais elle peut aussi être renforcée. Ce qui est déterminant, c'est leur déroulement, leur contenu ainsi que leur utilisation thérapeutique;
- Ce qui est appris ou «désappris» dans le sport au niveau de l'agressivité peut/doit avoir des répercussions dans la vie quotidienne. Apprendre à jouer, dans le cadre du jeu sportif, offre une occasion d'apprentissage par le sport et donne la possibilité de reporter ou de transférer cet acquis dans

les actes de la vie de tous les jours. Si cette prise de conscience et son assimilation ne se font pas, l'effet de transfert dans d'autres domaines de la vie ne pourra que très rarement être constaté;

- Même quelqu'un qui n'a pas l'intention d'utiliser le sport comme moyen thérapeutique pour apprendre à gérer l'agressivité de façon constructive est constamment confronté à cette thématique, particulièrement s'il n'est pas prêt à restreindre a priori les activités sportives à caractère compétitif, nécessitant ou permettant un contact physique.

Tous les individus n'expriment pas les mêmes émotions face à des situations difficiles, à des agressions menaçantes ou à la compétition. Dans l'enseignement pratique, on retrouve toujours quatre catégories principales avec leurs caractéristiques spécifiques:

- l'inhibé, le complexé, l'anxieux
- le «mimosa agressif»
- l'agressif
- celui «qui se comporte normalement».

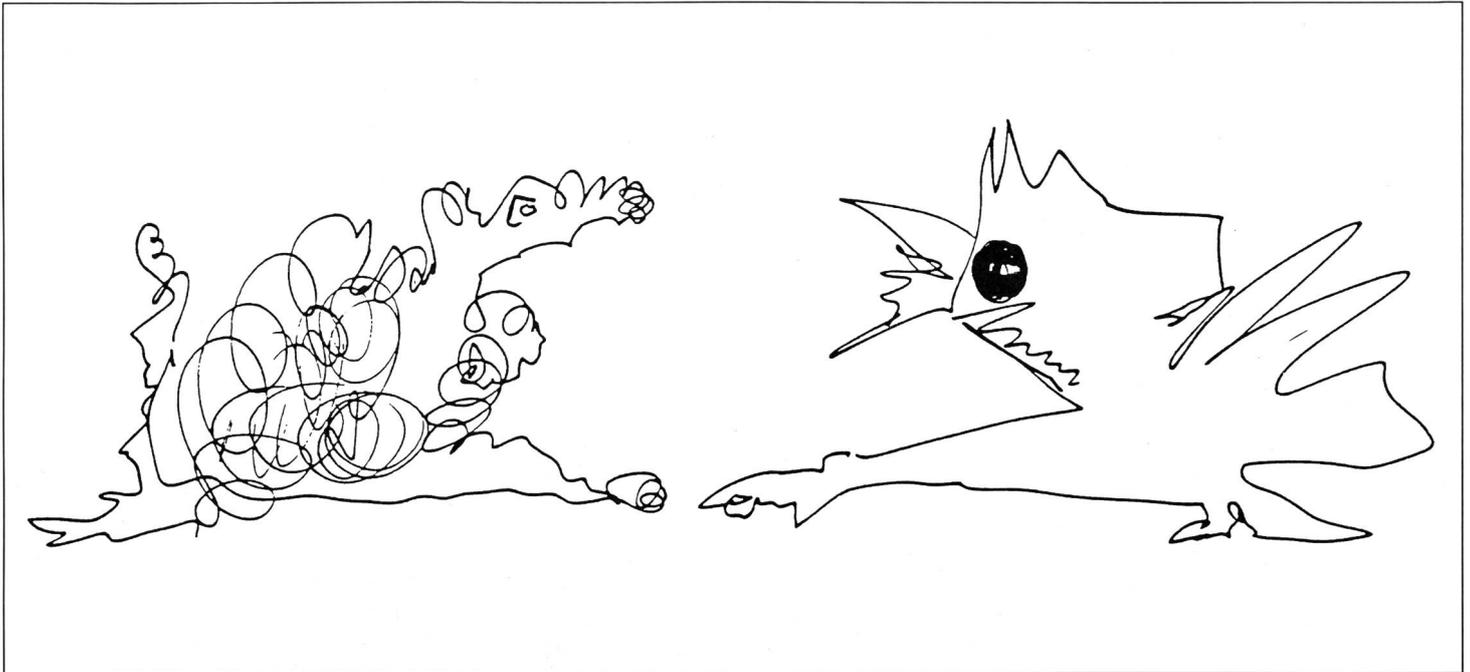
Les objectifs de l'apprentissage sportif seront donc conçus différemment selon qu'ils s'appliquent à l'un ou à l'autre de ces groupes.

## Définitions

Les *agressions* sont concrètes et observables comme action (agressive) ou comme comportement (agressif) avec des conséquences multiples.

L'*agressivité*, par contre, n'est pour ainsi dire pas observable. Elle est l'expression d'une disposition, d'une disponibilité intérieure à agir de manière agressive. Sous quelles formes un comportement agressif peut-il se manifester?

Une manière de jouer agressive, se déroulant dans les limites des règles établies, est considérée comme faisant partie d'un *comportement dominant* – qui est jugé fair play et qui est souhaité; celui à qui cette agressivité fait défaut ne peut guère s'imposer comme coéquipier. Toutefois, même dans un jeu respectant les règles – et en particulier dans les jeux sportifs – il peut y avoir douleurs, blessures et atteintes diverses. C'est ainsi que l'*atteinte involontaire* portée à un coéquipier ou à un adversaire est la forme la plus inoffensive de l'agression. Cette agression, qu'elle soit cause de douleurs chez le coéquipier ou l'adversaire ou qu'elle soit interprétée comme étant un jeu déloyal, déclenche souvent une agressivité *réactive* chez l'autre. Un comportement agressif chargé d'émotion, généré par l'irritation ou la colère, se manifeste soit par des «*réflexes*» de *mauvaise humeur* («regards noirs», insultes et/ou revanche) ou par des *représailles préméditées*. Des agressions plus graves, car perpétrées de sang-froid, ont pour *but de blesser ou d'atteindre consciemment* l'autre personne, que ce soit par une attitude hostile ou parce que d'autres avantages ou besoins (par exemple matériels ou existentiels) sont poursuivis.



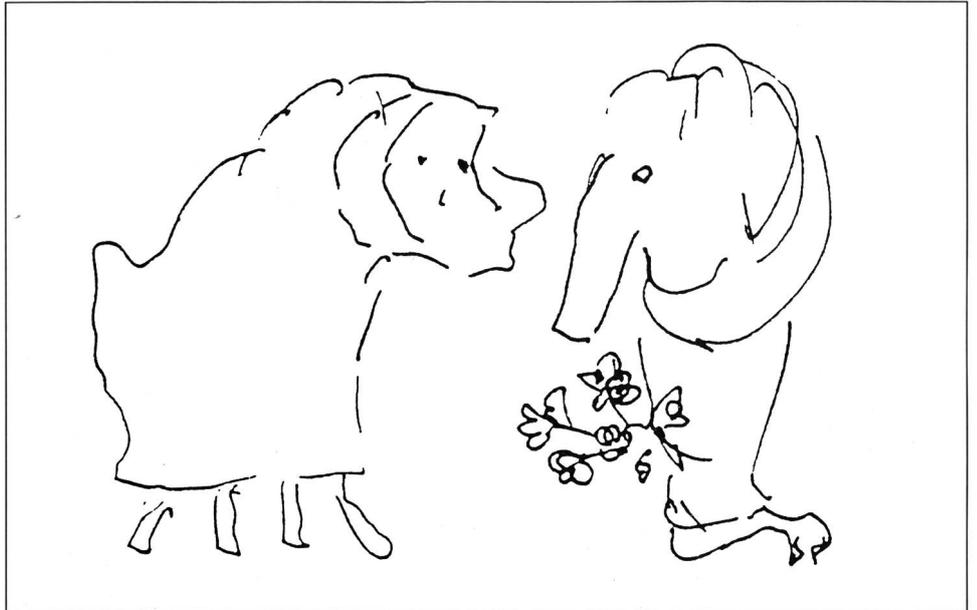
**Quatre types principaux déterminent l'action thérapeutique de groupe par le sport avec les toxicomanes**

| Type                      | Caractéristiques  | Démarche et objectif thérapeutique  |
|---------------------------|---|---|
| Inhibé, complexé, anxieux | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manque d'autoaffirmation</li> <li>- Exposé sans défense aux attaques des autres et à la poursuite de leurs intérêts</li> <li>- Type du perdant: le dialogue intérieur est en général négatif (une seule tentative échouée suffit à confirmer l'échec permanent)</li> <li>- L'agression se retourne souvent contre la personne elle-même</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprendre à s'imposer dans le cadre des règles du jeu</li> <li>- Exercer la confiance en soi et la capacité de s'imposer tout d'abord dans le sport et le jeu</li> <li>- Transférer l'acquis dans d'autres situations de la vie (vie quotidienne)</li> </ul>   |
| «Mimosa agressif»         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Méfiance analogue à celle face aux situations «dans la rue»</li> <li>- Combattant isolé, pratiquement incapable de travailler en équipe</li> <li>- Très sujet aux conflits lors de jeux à contact physique</li> <li>- Comportement tranché noir-blanc: <ul style="list-style-type: none"> <li>• «foul» de revanche (ruer dans les brancards, instinct de poursuite)</li> <li>• partir, s'asseoir, laisser tomber<br/>«Je ne joue pas avec ceux-là, ils ne savent pas jouer!»</li> </ul> </li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestion constructive de l'agressivité: être capable d'agir comme membre d'une équipe, sans pour autant laisser tout tomber dès le premier désaccord interne, ou encore cogner par esprit de revanche après un contact physique inoffensif avec l'adversaire</li> <li>- Elever le niveau de tolérance à la frustration</li> </ul> |
| Agressif                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportements de base: <ul style="list-style-type: none"> <li>• l'agression réactive («foul» de revanche) est justifiée, puisque c'est en fin de compte le partenaire/l'adversaire qui a d'abord fait un «foul» («Tant que les autres sont fair play, je le suis aussi!»)</li> <li>• «Je ne peux me défouler qu'au détriment des autres» (partenaires/adversaires)</li> </ul> </li> <li>- Souvent sans énergie dans la vie quotidienne («valium»), par contre hyperagressif dans l'activité sportive (grandes différences de tension)</li> <li>- Idées très arrêtées sur le sport: «Ce que je ne connais pas, je ne le fais pas» - pas de «petits jeux» - uniquement des formes abouties comme le football, le volleyball, etc.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Désapprendre l'agressivité: reconnaître qu'un comportement aussi destructif ne doit/ne peut pas avoir de succès (faire de mauvaises expériences avec un comportement destructif)</li> <li>- Contrôler l'agressivité en la gérant de manière plus rationnelle</li> </ul>  |
| A comportement normal     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Joue de façon fair play et engagée</li> <li>- Abandonne parfois l'activité, «... je ne joue plus avec ceux-là ... un vrai jardin d'enfants!»</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Renforcer le comportement exemplaire (même si la dynamique de groupe agit parfois dans le sens inverse)</li> </ul>   |

## Observations

Ce tableau appelle quelques observations:

- A l'aide de schémas ou de modèles, on essaie de représenter la réalité d'une manière simplifiée. C'est également le cas ici. Les toxicomanes sont en général plus vulnérables, plus impulsifs (peut-être aussi plus sincères) que les non-toxicomanes, ce qui fait apparaître de façon plus évidente certains schémas de comportement, qui existent cependant aussi chez les non-toxicomanes.
- Une tendance à l'agressivité (voir l'encadré) – que nous évaluons ici comme négative – a toujours des conséquences destructrices dans le cadre d'activités sportives communes: c'est l'escalade. Des disputes violentes décomposent le tissu social, mettent en danger la paix et créent matière à de nouveaux conflits. C'est à ce niveau qu'il faut intervenir avec la pratique du sport et faire évoluer les choses. Mais il y a également des formes positives d'agressivité: pour pouvoir s'affirmer dans le sport (comme dans la vie en général) tout en respectant les normes et les valeurs établies, il nous faut – et ceci au sens large du terme – être capables de nous imposer (ce qui, en langage populaire, signifie: «Tu dois te défendre, sinon tu n'arriveras à rien»). Pour ça, il faut avoir de l'énergie, s'engager personnellement, être créatif, avoir du «punch», etc. La capacité de s'imposer, ainsi comprise, est à encourager là où elle manque et à stabiliser là où elle existe déjà.
- Apprendre à gérer de façon constructive son agressivité d'abord dans le cadre du sport ou du jeu, signifie par la même occasion s'exercer à de nouveaux comportements. Si le transfert à



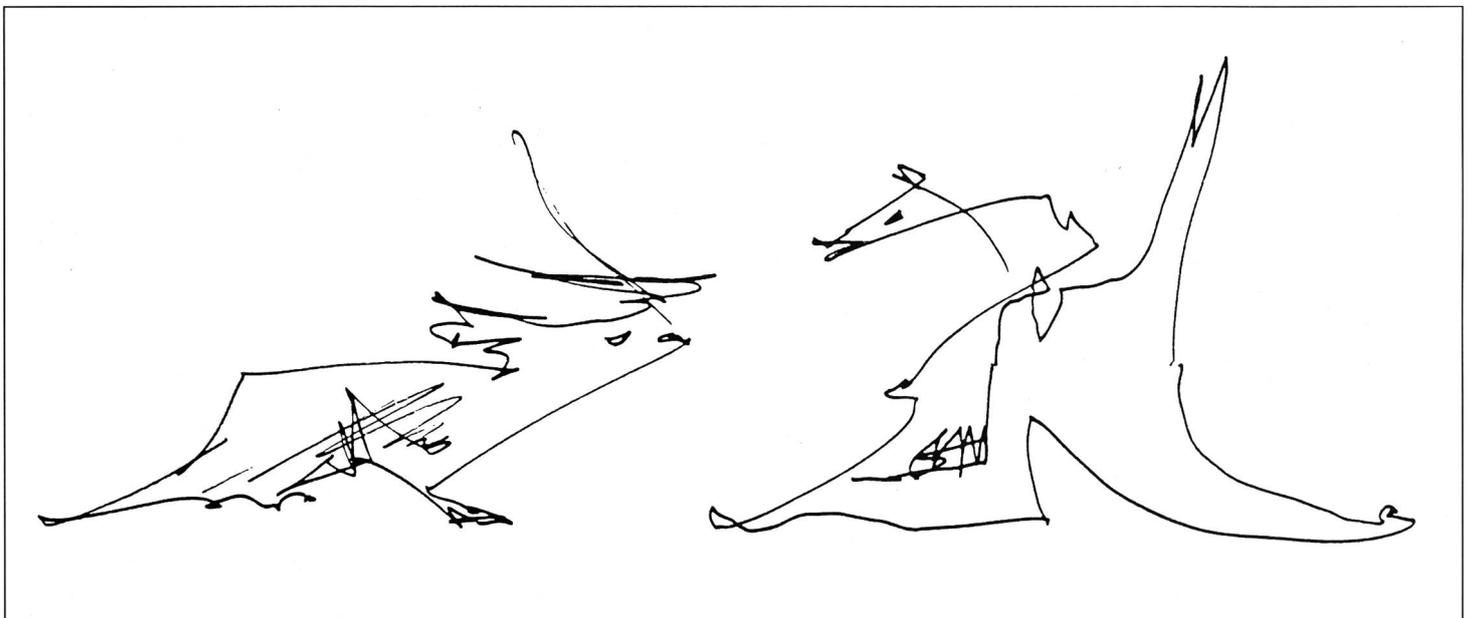
d'autres situations de la vie quotidienne réussit, on aura obtenu plus qu'une simple modification du comportement individuel, car il y aura développement de la personnalité dans son ensemble. Les causes du comportement agressif (beaucoup de modèles négatifs, conditions sociales) sont-elles modifiables par ce moyen-là? On ne peut ici que poser la question.

- Le reproche comme quoi l'objectif et le contenu du processus thérapeutique par le sport auraient pour conséquence l'uniformisation/la standardisation des individus concernés – pour ainsi dire comme conséquence thérapeutique annexe ou «involontaire» – doit être pris au sérieux. Le but n'est pas de «produire» des personnes correspondant à une norme, ennuyeuses, sans émotions et pondérées («des pe-

tites boîtes, toutes pareilles...»), mais de créer les conditions pour qu'elles puissent devenir des êtres humains solides, sûrs d'eux-mêmes, créatifs et s'engageant sur le plan émotionnel; tout le reste ne serait qu'un traitement superficiel des symptômes.

## Et dans la pratique?

La «thérapie stationnaire» pratiquée à «Aebi-Hus» est soumise à certaines règles fondamentales: en plus d'une abstinence totale de consommation de drogue, l'interdiction de violence et même de menace de violence en est une parmi les plus importantes de la maison. En interdisant la violence, on établit dès le début du traitement thérapeutique une sorte d'inhibition ou de frein qui empêche – ou en tout cas réduit – le comportement violent, tel qu'il est habituel dans la rue ou en prison.



Une théorie populaire, qui, sous l'appellation de «catharsis», a eu pendant longtemps beaucoup de succès auprès des chercheurs, prétend que le sport réduit généralement l'agressivité et est une soupape quand elle s'accumule. L'expression «... il n'a qu'à faire du sport et à se défouler» devrait depuis longtemps être rangée aux oubliettes des clichés dépassés. En effet:

- Un sportif qui commence le jeu dans l'intention (inconsciente) de décharger sa colère et de se défouler, qui se voit freiné par l'arbitre, puis mis en garde et qui, finalement, va perdre la partie, quittera le terrain probablement plus frustré, plus furieux, plus agressif qu'au début, et ceci même si, physiquement, il est à bout de force.



- Un moniteur qui, contre la volonté des participants, impose des exercices simples de confiance et de détente et censés diminuer l'agressivité, provoque plutôt le contraire, c'est-à-dire son augmentation. Ce sont précisément les participants ayant des dispositions à un comportement agressif qui font parfois preuve de la plus forte résistance à l'égard d'activités sportives «douces» (ils qualifient même, avec dédain, les exercices de gymnastique de «sport de femmelettes...»). Dans ce domaine, leur disponibilité à réviser certains préjugés et à faire des expériences sans les évaluer de manière précipitée ne peut être obtenue que peu à peu.

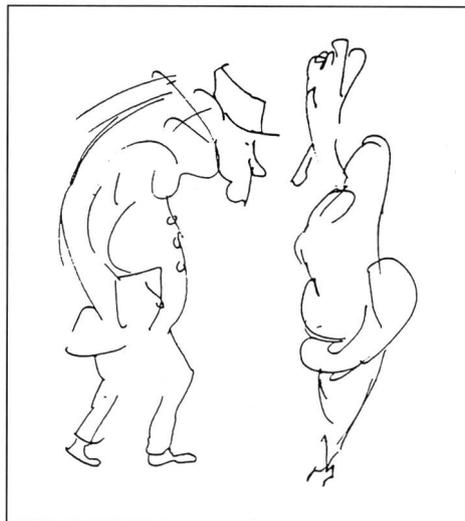
Voilà deux exemples qui devraient montrer à quel point l'action revêt une importance déterminante dans la pratique du sport.

Notre intervention thérapeutique utilisant le sport à fin de «gestion de l'agressivité», vise deux objectifs fondamentaux et complémentaires. Le premier, la «coopération», n'est que très partiellement abordé dans cet article. Nous nous y occupons par contre plus en détail du deuxième, celui de la «concurrence».

### 1er objectif: coopération et concurrence sans contact physique

L'effort à fournir, la concurrence et le contact physique dur sont les principaux éléments qui déclenchent des actions agressives dans le sport. Toutes les recherches faites à ce sujet le confirment. Dès lors, quoi de plus normal que de réduire les sports de ce type?

Les sports et les jeux mentionnés ci-après occupent, eux, une place importante dans le traitement thérapeutique par le sport: ils permettent un vécu intense, font oublier les soucis de la vie quotidienne, etc., mais sont également un champ d'expérience pour apprendre à «gérer son agressivité».



*Jeux sans gagnant/jeux de coopération (New games ou «petits jeux» par exemple)*

Il s'agit de jeux de mouvement et de contact physique, qui favorisent l'action commune au détriment de la performance compétitive. Même les jeux

d'équipe traditionnels peuvent se prêter à la coopération. Pendant le processus d'apprentissage, les étapes suivantes semblent s'imposer: donner par exemple, aux deux équipes de volleyball, des exercices qu'elles auront à réaliser ensemble:

- faire passer le plus de fois possible le ballon sans faute par-dessus le filet;
- faire le plus grand nombre possible de passes sans faute.

*Jeux sans contact physique/contact avec l'adversaire (jeux de raquette par exemple)*

Les participants se trouvant à une certaine distance les uns des autres, ces jeux peuvent être pratiqués sans «risques»:

- tous les jeux de raquette à l'exception du squash.

*Sports individuels (sports d'endurance par exemple)*

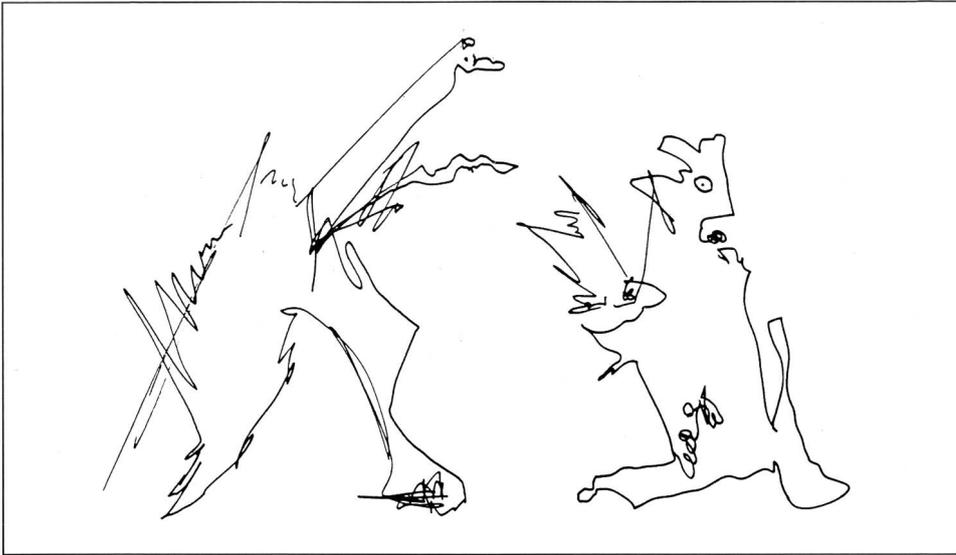
Courir, nager, danser, etc. sont des formes de sport qui déchargent, détendent, apportent le calme. Mais elles ne résolvent pas les problèmes liés à l'agressivité (expériences antérieures de frustration, conflits, etc.). Par contre, elles permettent de créer de meilleures conditions – la distance par exemple – pour pouvoir les aborder plus concrètement.

Par exemple: «...après le jogging, je me sens beaucoup plus calme; oui, maintenant, je me sens capable de parler de ma colère de tout à l'heure...»

Ou encore: «...aujourd'hui, nous avons réussi à être plus coopératifs dans le jeu; nous allons maintenant essayer de faire de même dans notre groupe de travail...»

### 2e objectif: gestion de la concurrence et du contact physique

Dans toutes les situations sportives où «gagner et perdre» est un élément déterminant, la transformation du principe de compétition en principe de coopération paraît artificielle. C'est pour cette raison que nous ne voulons pas nous rabattre confortablement sur des activités sportives qui évitent, dès le départ, tout conflit potentiel. Au contraire, nous mettons au centre du travail thérapeutique le sujet qui pose un problème aux participants (c'est-à-dire les jeux d'équipe à contact physique, la possibilité de perdre et de gagner). Nous voulons offrir à nos patients des moyens d'aborder et d'assimiler les sentiments qui surgissent lors du comportement compétitif (dans la victoire et dans l'échec). Un comportement «souhaité» ne peut pas être construit uniquement en éliminant les formes de jeu et de thérapies qui menacent le fair play.



Les victimes de la drogue sont de plus en plus nombreuses. En Suisse, leur nombre est passé de 136 en 1986 à 196 en 1987. Et on peut dire que ce n'est que la partie visible de l'iceberg, puisque ces chiffres ignorent toutes celles et tous ceux qui sont décédé(s) des suites d'une maladie issue de la toxicomanie.

Jeux d'équipe avec ballon, petits jeux, grands jeux

### Objectif

Etre capable de jouer ensemble/les uns contre les autres, dans des jeux d'équipe à contact physique.

### Orientation du contenu

- Prendre suffisamment de temps pour introduire le jeu (pas seulement comme soi-disant récompense après l'effort);
- Introduire des exercices de coordination, surtout dans la phase de mise en train; améliorer les conditions de jeu.

Exercices à deux, à contact physique, les objectifs étant les suivants:

- être capable de bien s'évaluer soi-même ainsi que son partenaire/adversaire
- connaître des situations de force/de faiblesse dans le cadre de règles de jeu établies
- savoir doser ses forces
- supporter une pression et faire contre-pression.

### Exemples pratiques

- «Lutter» sur un tapis: se mettre réciproquement les mains sur les épaules et lutter; celui qui risque de tomber doit être rattrapé au dernier moment par le plus fort.
- Jeux de réaction tels que jeux de poing, jeux de main, duels du genre Far-West: sentir ce que peut supporter le partenaire/adversaire, s'imaginer ce qu'on pourrait supporter soi-même; signaler les douleurs et ne pas se croire obligé de jouer à l'homme fort.
- Bataille de coussins sur un banc suédois renversé: comme «gag», tournoi-pyjama entre groupes d'habitation ou groupes de travail (installer un guichet pour les paris).

Exercices et jeux de groupe à contact physique

### Exemples pratiques

- Formes de jeux ressemblant à «l'homme noir»: les joueurs forment deux groupes qui se font face, dos au mur; après le coup d'envoi, chacun doit essayer d'atteindre le mur opposé. S'empêcher mutuellement d'y parvenir. Variantes possibles:
  - en marchant, en courant
  - par groupes de nombre égal, de nombre inégal
  - bras-dessus – bras-dessous
  - sans indications particulières; fixer certaines limites si le jeu devient trop dur.

*Attention:* enlever les lunettes, éliminer les obstacles.

- Balle assise/balle au chasseur: jouer d'abord avec des balles en caoutchouc mousse; les joueurs reçoivent une raquette de tennis de table, avec laquelle ils apprennent à parer la balle (plutôt que d'avoir un réflexe de protection ou de peur); au départ, elle ne doit être lancée que de façon indirecte. Ne pas laisser de côté ceux qui ont été touchés, créer des possibilités pour les réintégrer dans le jeu, les libérer.
- Lutter sur le banc suédois: par une pression émise à partir du centre, on tente de déloger les joueurs placés au bout du banc; ceux-ci résistent le plus longtemps possible.
- Le «renard dans la tanière» (ancien jeu d'enfants...): le renard sort de sa tanière (cerceau, marque au sol) et, avec son ruban, cherche à toucher un joueur dans le champ; celui-ci devient renard et doit se réfugier dans la tanière en suivant un parcours précis; jusqu'à ce qu'il l'ait atteint, les autres lui tapent les fesses avec leur ruban noué au bout.

- Jeux de gardiens dits aussi jeux de gardiens-attaquants: exercer des situations isolées, se battre pour le ballon au centre, pour le ballon en vol, pour le ballon qui roule; situation 2:1, deux joueurs s'entraînent, le troisième envoie le ballon, fait office d'entraîneur/d'observateur/d'animateur.
- Petits jeux: ballon-château, balle à deux camps, balle dribblée, balle à travers le cercle, tchoukball.
- Grands jeux: basketball, volleyball, football, hockey en salle.

Des notions telles que compétition, concurrence et succès doivent perdre peu à peu de leur importance au cours du processus d'apprentissage du jeu; il faut avant tout s'exercer et jouer avec fair play, avec plaisir et engagement personnel.

### Indications méthodologiques et pédagogiques

#### Règles:

- Changer les règles du jeu pour en développer ou en modifier l'évolution. Elles doivent être compréhensibles, simples, jouables et «évidentes». De continues interruptions gênent le jeu, enlèvent le plaisir de jouer et rendent à nouveau agressif.
- Introduire des règles ayant pour base la coopération et la concurrence.
- Introduire des règles de jeu pour structurer ce dernier, par exemple en vue de prévenir les agressions et les blessures: ralentir le jeu – jouer au pas; introduire différentes règles concernant les contacts; si on touche l'adversaire, on doit passer son tour ou on perd immédiatement le ballon (attention: tactiquement difficile à réaliser!).
- Chercher des possibilités d'intégrer des joueurs plus faibles (équipe en surnombre: 6 contre 4; obligation de faire le coup d'envoi...) tout en stimulant quand même les plus forts (équipe en infériorité numérique: 4 contre 6, handicaps).

## Rituels

Formation inhabituelle des groupes, rituels de salutation et d'adieu, parodie de célébration de la victoire, jeux de rôles, par exemple.

Avant le jeu, convenir de certains gestes de réconciliation (comme rituel) en cas de «foul», ou après des contacts physiques violents.

## Exemple

Après un «clinch», le joueur concerné crie «stop!», ce qui provoque immédiatement un arrêt du jeu. Tout d'abord, les adversaires se serrent la main en signe de réconciliation, puis se mettent d'accord sur celui qui aura le droit de tirer le coup de réparation (c'est-à-dire celui qui est en tort); si, en dix secondes, il n'y a pas eu accord, les deux joueurs doivent automatiquement rejoindre le banc de pénalisation pour une minute.

## Jeu de «paradoxe»

Les interventions directes se font en fonction du degré de docilité des participants. On peut partir du principe que les explications logiques, les appels à la raison, les conseils et les propositions sont en général bien acceptés, c'est-à-dire qu'ils sont suivis d'un changement de comportement.



Dans les cas, par contre, où une forte résistance aux changements est constatée et où on se trouve face à des schémas de comportement négatifs cachés et répétitifs, l'utilisation du «paradoxe» fait souvent des miracles puisqu'elle a pour résultat l'inverse de ce qui est visé. Surprise et confusion sont les premières réactions qui suivent généralement le jeu du «paradoxe»; toutefois, l'absurdité du comportement proposé est très rapidement perçue.

## Exemple

Dans les jeux d'équipe, Ernest a fait preuve, à plusieurs reprises, d'un comportement rude et brutal, surtout à l'encontre de plus faibles que lui. Son «instinct de poursuite» prenait par trop l'aspect d'un rapport de force à sens unique; ni règles ni rituels ne lui ont permis d'acquiescer une façon de jouer plus loyale. Au lieu de lui redire constamment mon opposition à sa manière de se comporter, je lui ai fait la proposition d'attaquer avec force les joueurs plus faibles que lui, afin qu'ils apprennent à se défendre. De plus, il aurait ainsi la possibilité de décharger sa colère sans courir de risque. En même temps, quelques joueurs du groupe (plutôt faibles) reçurent pour mission de l'interroger avec sérieux et sans cynisme sur sa façon de gérer son agressivité, afin qu'ils puissent s'en inspirer pour eux-mêmes...

Le «truc» a fait son effet! Ernest lui-même a reculé devant une invitation aussi effrontée de se défouler au détriment des autres. Peu de temps après, il est venu vers moi et m'a fait savoir qu'à l'avenir, il essaierait de jouer plus prudemment et avec plus d'égards pour les autres. Mes conseils par trop absurdes (paradoxe) ont eu pour conséquence, chez lui, un comportement de jeu plus loyal. ■



## Unihockey, un vrai plaisir!

**NOUVEAU:** Manche «FIBER» et palette «FIBER SUPER» (hauteur 75 mm) livrées séparément.



| Prix par pièce                           | Fr.   |
|--|-------|
| Canne Unihockey «FIBER»                  | 21.50 |
| Canne de gardien Unihockey               | 17.50 |
| Balle Unihockey (blanche ou rouge)       | 2.—   |
| Goal Unihockey (120 x 180 cm) avec filet | 285.— |
| Filet Unihockey                          | 59.—  |
| Autocollant Unihockey                    | 2.—   |
| Sacoche Unihockey                        | 45.—  |

**unihoc**®

Pour d'autres produits UNIHOC, demandez s.v.p. notre prospectus!

Un set «UNIHOC FIBER» contient:  
10 cannes Unihockey (5 noires, 5 blanches)  
2 cannes de gardiens Unihockey  
5 balles Unihockey

**Prix du set Fr. 198.—**

Représentant général et vente pour la Suisse:

**EST**

Freizeit, Sport und Touristik AG  
6315 Oberägeri  
Téléphone 042 72 21 74

