COACHING & SPORT SCIENCE REVIEW

Fédération Internationale de Tennis
www.itfcoachingreview.com
Août 2015. Année 23. Numéro 66. 17-19
ISSN 2225-4757
https://doi.org/10.52383/itfcoaching.v23i66.136

La résilience chez les joueurs de tennis ayant un handicap

María Agustina Viola et Yanina Vicente (ARG)

ITF Coaching and Sport Science Review 2015; 66 (23): 17-19

RÉSUMÉ

Cet article vise à démontrer que les joueurs de tennis ayant des capacités différentes possèdent un niveau élevé de résilience et tirent de la pratique du tennis un grand nombre d'autres bienfaits, et qu'il convient donc de stimuler cette résilience tout en tenant compte de ces faits.

Mots clés: tennis adapté, capacités différentes, résilience, psychologie du sport
Article reçu: 22 avril 2015
Article accepté: 15 juillet 2015
Auteur correspondant:
María Agustina Viola
Email: agusviola26@hotmail.com

INTRODUCTION

Le sport pour les personnes ayant un handicap (personnes en fauteuil roulant, personnes amputées, personnes atteintes du syndrome de Down, etc.) est un sujet qui a pris de plus en plus d'importance au fil des années. Aujourd'hui en Argentine, ainsi que partout dans le monde, il existe des associations, des fondations, des écoles ou des clubs qui intègrent la pratique du tennis à leurs programmes destinés aux personnes souffrant de différents handicaps. Parmi les plus importantes organisations en activité, nous pouvons citer le Comité international paralympique (CIP), qui est l'instance dirigeante des handisports pratiqués par des athlètes handicapés, ainsi que les organisations internationales des sports pour personnes handicapées (IOSD) que sont les cinq fédérations sportives internationales suivantes: CPIsRA, IBSA, INAS-FID, ISMWSF, ISOD. En ce qui concerne le tennis adapté, la Fédération internationale de tennis (ITF), par l'intermédiaire de son programme « Wheelchair Tennis Development Fund », dirigé conjointement avec la Johan Cruyff Foundation, apporte son soutien à plus de 39 fédérations dans le but de promouvoir ce sport. En Argentine, l'Asociación Argentina de Tenis Adaptado (association argentine de tennis adapté) a été fondée en 1997.

CADRE THEORIQUE

Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), le handicap est un terme générique utilisé pour désigner les déficiences, les limitations de l'activité et les restrictions à la participation. Les déficiences sont les problèmes qui touchent une fonction ou une structure du corps ; les limitations de l'activité désignent les difficultés qu'une personne éprouve à exécuter des actions ou des tâches ; enfin, les restrictions à la participation sont les problèmes qu'une personne rencontre lorsqu'elle doit prendre part à des situations vitales. Le handicap est par conséquent un phénomène complexe qui découle de l'interaction entre les caractéristiques corporelles d'une personne et les caractéristiques de la société où elle vit. Parce que la situation de handicap amène avec elle de nombreux changements dans la vie d'une personne, cette dernière doit recourir à divers mécanismes pour s'adapter à cette nouvelle situation et apprendre à vivre avec les restrictions que ces changements occasionnent. Certaines personnes sont capables d'apprendre et de tirer parti des traumatismes qu'elles vivent. C'est à ce moment que le concept de résilience entre en jeu (Suriá Martínez, 2012). Il en existe différentes définitions, mais l'élément commun à chacune d'elles est la capacité d'affronter et de surmonter l'événement traumatisant et d'en tirer profit. Il est intéressant de noter que la résilience n'est pas une caractéristique statique de la personnalité, mais qu'elle peut évoluer avec le temps et selon les circonstances. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'il est possible de travailler sur les facteurs qui favorisent le processus de résilience. Le sport peut se révéler un outil essentiel dans cette optique. D'un point de vue psychologique, le sport aide les personnes handicapées à oublier, l'espace d'un moment, les barrières auxquelles elles se heurtent et à renforcer leurs dispositions mentales (affect, émotions, contrôle, perception, cognition) ; d'autre part, il crée des conditions propices à l'autoperfectionnement dans le cadre desquelles la personne se fixe des cibles qu'elle réussit de mieux en mieux à atteindre et à réajuster jour après jour (Zucchi, 2001).

CIBLES, EQUIPEMENTS ET METHODE

Le but de cet article est de démontrer que les joueurs de tennis ayant des capacités différentes possèdent un niveau élevé de résilience. À cette fin, nous avons utilisé l'Échelle de résilience (Wagnild et Young, 1993) et interviewé des joueurs de tennis ayant des capacités différentes âgés de 15 à 45 ans, de sexe masculin et de sexe féminin. Atteints d'un handicap moteur (acquis ou congénital), les sujets de notre étude pratiquent le sport dans un fauteuil roulant ou avec une prothèse.

RESULTATS

Les résultats sur l'Échelle de résilience indiquent que le niveau de tous les joueurs se situe au-dessus de 121 points, ce qui correspond à un niveau moyen ou élevé. Huit des sujets ont même obtenu un score au-dessus de 145, ce qui témoigne d'un niveau élevé de résilience. Ces observations confirment l'hypothèse selon laquelle les personnes ayant des capacités différentes qui pratiquent le tennis possèdent un niveau de résilience supérieur. Les sujets ont ensuite été répartis en sous-groupes: hommes/femmes, joueurs pratiquant le tennis en fauteuil roulant/en position debout, handicap acquis/congénital, sujets jeunes/adultes. Aucune différence significative n'a été mise en évidence entre ces sous-groupes,

même si les adultes de plus de 35 ans ont obtenu des scores plus élevés que les jeunes et que les résultats des joueurs pratiquant le tennis adapté en position debout étaient supérieurs à ceux des joueurs en fauteuil roulant.

CONCLUSIONS ET SUJETS DE DISCUSSION

Outre les résultats obtenus sur l'échelle mentionnée ci-dessus, il est important de s'arrêter sur les enseignements essentiels que les interviews nous ont apportés. En effet, nous avons découvert que la pratique du tennis favorisait non seulement la résilience, mais également un certain nombre d'autres facteurs. Il est surprenant de voir le nombre de joueurs qui ont déclaré que la pratique du tennis les avait aidés à être plus indépendants, à montrer qu'ils sont capables de faire des choses par eux-mêmes. Voici quelques exemples de témoignages qui vont dans ce sens: « En raison de mon handicap, j'ai tiré parti de cette situation, mais le tennis m'a appris que je pouvais être moi-même » (Lucas, 15 ans), « Le tennis m'a appris à être indépendant, à accueillir la vie à bras ouverts et à l'affronter » (Matías, 23 ans).

D'autres mettent en avant le sentiment de « ne pas se sentir moins important que les autres », insistent sur l'importance de montrer qu'ils sont capables, eux aussi, de faire comme les autres, les personnes « normales », comme les appelle Lucas. « J'avais l'impression que les gens normaux, si je peux m'exprimer ainsi, ceux qui n'ont pas un handicap, pouvaient faire du sport, mais... pourquoi moi je ne le pouvais pas ? » Il insiste de nouveau sur ce point lorsqu'il encourage les autres à jouer: « Une personne avec un handicap ou des capacités différentes peut faire les mêmes choses, voire plus, qu'une personne normale. Donc, le conseil que je donnerais à une personne handicapée, c'est d'avoir le courage de poursuivre ses objectifs, de faire ce qu'elle a envie », conclut-il. Et Matías de poursuivre: « J'ai le sentiment que le tennis me donne la possibilité d'y arriver, de courir. Je ne pensais pas être en mesure d'y arriver avec la prothèse, mais j'ai découvert que j'en étais capable. »

Un autre élément positif aux yeux des joueurs tient à l'aspect à la fois physique et social du tennis ; selon eux, cela les aide à ne pas « se morfondre toute la journée », cela leur permet de faire de nouvelles connaissances et de lier de nouvelles amitiés: « Le sport m'aide beaucoup, je suis en contact avec beaucoup de personnes ; on ne s'en aperçoit pas toujours, mais ça aide énormément, ces personnes vous apprennent beaucoup et, vous aussi, vous leur apprenez beaucoup de choses. Il ne s'agit pas seulement de venir ici et de jouer au tennis et puis c'est tout, vous rentrez chez vous et il y a beaucoup de choses qui vous trottent dans la tête. » (Florencia, 25 ans). « Moi, en ce qui me concerne, je peux aider d'autres enfants avec mon expérience ; c'est vraiment ce qui compte le plus, non ? [...] La vérité, c'est que ça m'a aidé, parce que je me suis rendu compte qu'il y a beaucoup de personnes dans une situation comparable à la mienne ; que vous soyez amputé, en surpoids, blanc ou noir, certaines personnes font preuve de discrimination à votre égard et lorsque vous êtes victime de discrimination, vous vous repliez sur vous-même. Je dis à ces personnes: rassemblez-vous, créez un groupe de personnes comme vous et vous apprendrez. » (Jessica, 35 ans).

Il est également important de ne pas baisser les bras, de ne pas adopter une attitude défaitiste par rapport à la vie, comme le dit Leonel: « Le conseil que je leur donnerais, c'est de ne pas rester chez eux, assis ou au lit à ne rien faire, mais plutôt de vivre leur vie car la vie continue. Il est primordial, quelles que soient les circonstances, de persévérer et de trouver quelque chose à faire, car la vie est furtive et traîner n'est d'aucune utilité. »

Nous pensons que le tennis peut être une source de réconfort pour les personnes ayant des aptitudes différentes: « Le fait de savoir que maintenant je peux être sur un court de tennis et que je peux continuer de jouer jusqu'à la fin de ma vie, ça me comble de joie. Dans mon cas, le tennis me fait oublier la douleur chronique que je ressens en raison de mon accident. Les médecins voulaient que je prenne de puissants analgésiques pour mes douleurs, j'ai mal pratiquement tout le temps, mais quand je joue au tennis, JE N'AI PAS MAL. »

Notre étude a été conduite seulement auprès de joueurs atteints de handicaps moteurs, notamment des joueurs en fauteuil roulant et des joueurs pratiquant le tennis adapté en position debout, mais nous devons reconnaître que le champ d'étude est beaucoup plus vaste. Il serait intéressant que nos travaux de recherche soient étendus à d'autres types de handicaps, mais aussi qu'ils portent sur un échantillon plus large et d'autres bienfaits, et nous entendons travailler dans cette direction. Parmi les autres voies à explorer dans le cadre de notre recherche continue, citons la possibilité d'analyser les différences entre les personnes ayant des capacités différentes qui pratiquent un sport et celles qui n'en pratiquent pas.

Notre démarche vise à soutenir et à favoriser la pratique sportive chez les personnes ayant des capacités différentes et à diffuser les connaissances dans ce domaine.

RÉFÉRENCES

Dramisino, H., (2007). Resiliencia y deporte. Sinopsis, año 23 vol.43, 23-25.

Ospina Muñoz, D. E., (2007). La medición de la Resiliencia. Revista de Investigación y Educación en Enfermería, vol. XXV, núm. 1, 58-65.

Rodríguez, M., Pereyra, M. G., Gil, E., Jofré, M., De Bortoli, M, Labiano, L. M., (2009). Propiedades psicométricas de la escala de Resiliencia versión argentina. Evaluar, 9, 72-82.https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.465

Ruiz, R., De la Vega, R., Poveda, J., Rosado, A., Serpa, S. (2012). Análisis psicométrico de la Escala de Resiliencia en el deporte del fútbol. Revista de psicología del deporte, vol. 21, núm. 1, 143- 151.

Suriá Martínez, R., (2012). Resiliencia en jóvenes con discapacidad. Boletín de psicología, vol. 105, 75-89.www.aata.org.ar

www.itftennis.com, (2013), Wheelchair tennis development has a positive impact, says report.
Zucchi, D. G, (2001). Deporte y discapacidad. Revista Digital (www. efdeportes.com), año 7 vol. 43.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)

ITF Academy

Droits d'auteur (c) María Agustina Viola et Yanina Vicente 2015

Ce texte est protégé par une licence *CreativeCommons 4.0*

Vous êtes autorisé à Partager — copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats — et Adapter le document — remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation, y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de:

Attribution: Vous devez créditer l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été effectuées à l'Oeuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Oeuvre.

Résumé de la licence - *Texte intégral de la licence*