**Variables psychologiques questionnaires Ut4M 2023**

Q35) **Épanouissement**

êtes vous d’accord avec les propositions suivantes ?

**Méthodologie :** Faire une moyenne, en utilisant les 8 réponses pour créer la variable « épanouissement »

**Interprétation :** Plus le score est élevé plus cela signifie que l’individu est épanouie

Q36) **Priorités**

Êtes-vous d'accord avec les propositions suivantes ?

**Méthodologie :** Faire une moyenne en utilisant les résultats des 12 questions

**Interprétation :** Plus le score est élevé plus cela signifie qu’il existe des conflits entre vie personnelle et pratique de l’activité sportive

Q37) **Motivation**

*Behavioural Regulation in Sport Questionnaire*, VF par Van Hoye, Ramanoel, Heuzé & Sarrazin (2010)

Indiquez dans quelle mesure chacun des énoncés suivants correspond actuellement à l'une des raisons pour lesquelles tu pratiques ce sport. Je pratique le trail :

**Méthodologie :**

Il faut créer différents types de score de motivation (5) en moyennant de la manière suivante :

Motivation intrinsèque : 2/7/12/17

Motivation identifiée : 4/9/14/19

Motivation intégrée : 3/8/13/18

Motivation introjectée : 5/10/15/20

Motivation externe : 6/11/16/21

A terme possibilité d’additionner certains types de motivation pour créer 2 variables : motivation intrinsèque et motivation extrinsèque

**Interprétation :**

Suivant le type de motivation les raisons de pratique seront différentes, les comportements aussi

**Q69) – Force Mentale**

[*Progress Toward Construct Validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)*](https://econtent.hogrefe.com/doi/full/10.1027/1015-5759.25.3.186)

Indiquez votre accord / désaccord avec chaque affirmation ci-dessous.

**Méthodologie :**

Construction de différentes variables (4)

Force mentale générale : moyenne de la réponse à tous les items

Confiance : moyenne des réponses aux items 13, 5, 11, 6, 14, 1

Consistance : moyenne des réponses aux items : 3, 12, 8, 10

Contrôle : moyenne des réponses aux items : 2, 4, 9, 7

**Interprétation :**

**Q38) Discours Interne**

TOPS , Hardy 1999

Chacune des questions qui suivent décrit une situation spécifique que vous pouvez rencontrer pendant vos entraînements ou pendant vos compétitions. Indiquez sur l'échelle suivante à quelle fréquence ces situations s'appliquent à vous.

**Méthodologie :**

Construction de différentes variables

Utilisation du Discours interne en général : moyenne de tous les items

Utilisation du Discours interne à l’entrainement : moyenne des items 1, 2, 3, 4

Utilisation du Discours interne en compétition : moyenne des items 5, 6, 7, 8

**Interprétation :**

Plus le score est élevé plus l’individu à l’habitude d’utiliser le discours interne

Q39) **Anxiété pré-compétitive**

Adaptation de Smith, Ronald E.; Smoll, Frank L.; Cumming, Sean P.; Grossbard, Joel R. (2006). *Measurement of Multidimensional Sport Performance Anxiety in Children and Adults: The Sport Anxiety Scale-2.*

Reportez dans quelle mesure chaque énoncé indique comment vous vous sentez habituellement avant ou pendant une compétition sportive.

**Méthodologie :**

Construction de différentes variables

Anxiété générale : moyenne de tous les items

Anxiété somatique : moyenne des items 1, 4, 7, 9, 10

Anxiété cognitive : moyenne des items 2, 3, 5, 6, 8

**Interprétation :**

**Q42) Passion**

Vallerand, R. J. (2015). Psychology of Passion: A dualistic  
model. New York, NY : Oxford University Press ; Échelle de passion

Indiquez à quel point chaque énoncé correspond à la relation que vous entretenez avec la pratique du trail-running en général.

**Méthodologie :**

Passion harmonieuse : moyenne des items 1, 3, 5, 7, 9, 11

Passion obsessive : moyenne des items 2, 4, 6, 8, 10, 12

**Interprétation :**

**Q62 Addiction**

Traduction française du Exercice Addiction Inventory (Griffiths, Szabo and Terry, 2005)

Pour chacune des propositions suivantes, indiquez à quel point chacune est vraie pour vous

**Méthodologie :**

Faire une addition du score de tous les items

**Interprétation :**

Si le score est égal ou supérieur à 24 l’individu est « à risque de dépendance à l’exercice physique

Donc possibilité de créer 2 catégories ensuite « à risque » et non « à risque »