Transcender la peur dans les sports extrêmes

Etude de la propension à se valoriser par l'auto-handicap

Alexandre GODON(1), Isabelle JOING(2),
Matthieu CRUNELLE(3) et Guillaume COUDEVYLLE(4)

(1)(2)(3) Laboratoire URePSSS (ULR 7369), Université de Lille
(4) Laboratoire ACTES (EA 3596), Université des Antilles

DOI : https ://doi.org/10.17184/eac.8323

Résumé : L'objet de ce chapitre est de présenter les résultats d'une étude sous un angle psychologique, portant sur l'utilisation des stratégies d'auto-handicap qu'elles soient revendiquées ou comportementales, par les pratiquants de trottinette freestyle, en comparaison avec des pratiquants d'athlétisme (sport considéré comme traditionnel). Soixante-trois sportifs (44 pratiquants de trottinette freestyle et 19 pratiquants d'athlétisme) ont répondu à un questionnaire sur l'utilisation de stratégies d'auto-handicap dites revendiquées et comportementales. Les résultats révèlent que les « trottiriders » utilisent significativement plus de stratégies d'auto-handicap que les pratiquants d'athlétisme, dans un motif de valorisation de soi. L'utilisation de ces stratégies permettrait de rendre leur succès encore plus impressionnant. La discussion porte sur le caractère psychologique et conatif de l'extrémophilie.

Mots-clés : Sports extrêmes, stratégies d'auto-handicap, valorisation de soi

Abstract: This chapter's aim based on psychology science is on the strategies used by athlete to protect their self-esteem, whether claimed or behavioral, by freestyle scooter riders, in comparison track and field athletes (considered to be a traditional sport). Questionnaires were used to identify the use of claimed and behavioral self-handicap strategies. Sixty-three athletes took part in the study (44 freestyle scooter riders and 19 track and field athletes). Results showed that the scooter riders used significantly more self-handicapping strategies to enhance their self-esteem than track and field athletes. This result can be interpreted in terms of a higher self-esteem than traditional sports (track and field), leading to the use of these strategies to make their success even more impressive.

Keywords: Extreme sports, self-handicap strategies, self-enhancement

1 Introduction

Les conditions extrêmophiles correspondent à des milieux où les organismes vivants sont contraints de s'adapter pour survivre à des situations environnementales extrêmes. Dans ces circonstances, certains contextes sportifs pourraient constituer des

conditions extrêmophiles dans lesquelles les pratiquants s'adaptent pour éviter de mourir. La particularité est que les pratiquants de telles activités choisissent eux-mêmes de se mettre en danger.

La spécificité des sports extrêmes comparativement à d'autres sports est le fait qu'en pratiquant, il est possible d'engager son intégrité physique. Tenter une figure acrobatique en trottinette *freestyle* en haut d'une rampe de plusieurs mètres de hauteur peut en effet comporter un risque. Ce risque, inhérent à la pratique, est élevé en raison de l'engagement physique et mental du sportif. D'une certaine manière, un tel engagement de pratique sans se blesser demande au pratiquant d'analyser le risque et le cas échéant, de modifier son comportement et son état d'esprit pour survivre. La question est de savoir si cette analyse du risque est biaisée par les motivations des pratiquants. Comprendre les motivations sous-jacentes de certains pratiquants de sports extrêmes qui adoptent des comportements hors du commun apparaît donc particulièrement important. Les conséquences en matière de santé publique, visant à réduire le nombre d'accidents dans ce type de discipline sportive, a déjà été montré (Michel *et al.*, 2010).

En parallèle, il est fréquent de voir certains comportements émerger à l'approche d'une compétition, d'un match, ou encore même lors d'une démonstration filmée, comme cela peut-être le cas lors de la réalisation d'une figure acrobatique dans les sports extrêmes. Certains vont par exemple choisir un risque démesuré au regard de leur sentiment de compétence et/ou du contexte sécurisé de la pratique. On suppose alors que la prise de risque est un trait de personnalité particulier qui doit encore faire l'objet de recherche, pour identifier ce qui relève d'une adaptation psychologique contextuelle, et d'une dimension plus profonde dans l'histoire et le parcours du sujet. Les travaux de Michel *et al.* (2010) évoquent déjà quelques pistes sur le fait que les personnes se libèrent d'une tension intérieure extrême, et sont dans un rapport quasiment compulsif avec la recherche de la stimulation et de l'éprouvé.

Les stratégies d'auto-handicap (SAH) ont été décrites pour la première fois par Berglas et Jones (1978). Elles consistent à expliquer des échecs à venir, potentiels, par des justifications et anticipations d'obstacles. Les personnes sont ainsi amenées à créer ou à revendiquer des obstacles qui influent leur apprentissage ou leur performance (DeGree et Snyder, 1985 ; Hirt, Deppe et Gordon, 1991 ; Leary et Shepperd, 1986 ; Snyder et Smith, 1982 ; Snyder *et al.*, 1985) dans un contexte d'accomplissement (Heckhaunsen, 1974) où l'estime de soi est mise en jeu (Snyder et Smith, 1982). Les SAH se déclinent par des déclarations d'excuses (fatigue, blessure, maladie), ou par des comportements où la personne se place elle-même en difficulté (sortir tard la veille, consommer alcool et/ou stupéfiant, prendre un risque démesuré dans leur activité), ou utiliser à la fois ces types de déclarations et comportements (Coudevylle *et al.*, 2015, 2023). Les personnes utilisent des excuses dans un motif de protection de l'estime de soi en justifiant un potentiel échec, ou dans un motif de valorisation de l'estime de soi rendant le succès encore plus impressionnant (Tice, 1991). L'étude de DeGree et Snyder (1985) a montré que les SAH utilisées dans un motif de protection de soi ou de valorisation de soi étaient utilisées dans les activités de tous les jours et dans les sports traditionnels. Mais dans le cas de sports extrêmes, qu'en est-il ? En

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

raison de la forte mise en jeu du soi, engagée dans ces activités sportives telles que la trottinette *freestyle*, on fait l'hypothèse que les SAH sont d'autant plus intenses et fréquentes. Dès lors, prendre un risque démesuré correspond-il à une mauvaise évaluation de ce risque ou à un comportement d'auto-handicap ? Un comportement d'auto-handicap n'est pas nécessairement un comportement à risque. Il peut l'être mais ce n'est pas systématique. Il existe en effet différents types de comportements d'auto-handicap comme la réduction d'effort avant une épreuve ou le fait de choisir une tâche inadaptée par rapport à son sentiment de compétence (soit très facile, soit très difficile) pour masquer son incompétence supposée (Coudevylle *et al.*, 2015) et qui n'engagent aucun risque pour l'intégrité physique. Cela étant, le problème se pose dans le contexte des sports extrêmes où choisir une tâche inadaptée (figure, acrobatie) pour protéger ou valoriser son évaluation de sa compétence peut se traduire par un risque élevé d'accident. Choisir de réaliser une tâche très difficile au regard de son sentiment de compétence relève-t-il d'un excès de confiance, d'une mauvaise analyse du risque ou d'une volonté d'impressionner ses pairs ? Ce n'est pas l'action qui est risquée en tant que telle, mais les circonstances dans lesquelles cette action est réalisée. Un militaire des forces spéciales qui va sauter en parachute d'un avion prendra moins de risque au regard de son niveau d'expertise, de la vérification de son matériel et de l'analyse des conditions météo qu'un groupe d'adolescents sautant d'une falaise dans une rivière sans avoir évalué l'environnement au préalable. Le risque ne résulte pas du caractère impressionnant ou ostentatoire du comportement de la personne mais plutôt de l'absence d'analyse de ce risque au regard du contexte et de son sentiment de compétence. Le pratiquant se met lui-même en danger pour protéger son évaluation de compétence (le fait d'échouer reviendrait à laisser entendre que la figure était trop difficile sans remettre en cause sa compétence) ou pour valoriser celle-ci en cas de réussite, en dépit du risque encouru et de la difficulté de la figure. Il fait le choix de protéger son intégrité psychologique à défaut de protéger son intégrité physique. Dans une certaine mesure, le pratiquant se place lui-même en condition extrêmophile pour des raisons motivationnelles alors qu'il aurait la possibilité d'opter pour une action plus sécurisée. Ceci étant, avant de chercher à démontrer ce processus de nature psychologique, il apparaissait nécessaire à travers la présente étude de vérifier au préalable si la propension aux SAH des pratiquants était plus importantes dans les sports extrêmes comparativement à une discipline plus traditionnelle comme l'athlétisme. La compréhension sous un angle psychologique, de l'attrait de ce sport extrême, dans des possibles traits de personnalité spécifiques, reste une zone d'ombre dans les recherches qu'il s'agira de documenter par notre étude.

1.1 Sports extrêmes et danger vital : fondements théoriques

Au cœur des sports extrêmes, le haut risque est dû aux environnements de pratiques. Plusieurs chercheurs essayent de saisir ce possible « mouvement de société », qui revient à se mettre en danger dans une pratique sportive. L'augmentation du nombre de pratiquants de sports extrêmes est sans doute associée 1) au désir de sensations fortes, d'excitation ou de recherche d'adrénaline, même si ces propos sont des simplifications excessives (Brymer et Oades, 2009) ; 2) à un but d'enrichissement personnel pour favoriser l'accomplissement de soi (Brymer *et al.*, 2013) ; 3) à l'intérêt des jeunes occidentaux envers les sports informels et non institutionnalisés qui se démocratisent

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

(Active Marketing Group, 2007). Comme pour la majorité des sports extrêmes, la trottinette *freestyle* voit son attractivité augmenter (Kunwar, 2021), mais les données manquent encore quant à l'accidentologie chez les pratiquants de trottinette *freestyle* et de sports urbains similaires. Cet ensemble de pratiques connaît la plus grande croissance au cours de ce siècle et correspond à des « *sports d'action et d'aventure, consistant en une relation personne-environnement inimitable, avec des possibilités exquises de perception et de mouvement menant à la réflexion existentielle et à l'accomplissement de soi dans le cadre de la forme de vie humaine* » (Immonen *et al.*, 2018, p. 2). Il est constitué de « *sports qui requièrent des compétences extra-originales, du courage et la capacité d'agir dans une situation à haut risque de détérioration de la santé y compris le risque de mort* » (Muszkieta et Gembiak, 2004, p. 478).

Au regard des fondements théoriques, il est possible de retrouver l'approche par contraintes de Newell (1986) avec les contraintes d'ordre environnemental, liées à l'activité et à la tension dans le soi. Les contraintes peuvent parfois être des éléments facilitateurs faisant émerger des possibilités d'action (Gibson, 1979). En vue du manque de données concernant la trottinette *freestyle*, il est supposé que les contraintes environnementales peuvent être la météo, la force de gravité, la température et l'humidité, et que les contraintes de l'activité peuvent correspondre, par exemple, à l'exécution d'une figure qui n'est pas la même d'un *skatepark* à un autre car les modules sont différents. Vis-à-vis du soi, la figure à réaliser peut-être perçue différemment en fonction de la morphologie, de la taille, du sexe et de l'âge de la personne. Davids *et al.* (2008, 2013) ajoutent une contrainte d'ordre socio-culturel, représentant le soutien familial et la reconnaissance de la pratique, de l'échelle locale à l'échelle nationale. En effet, il a été montré que les pairs peuvent constituer des obstacles à l'adaptation au milieu extrémophile, avec un discours ambiant qui relève de la crainte et de l'inquiétude « fais attention », plutôt que de l'encouragement et de la confiance « amuse-toi » (Riedrich et Dor, 2022). Cependant, un tel discours peut être régulateur pour les pratiquants afin d'analyser davantage leur environnement et mieux préparer leur comportement en vue de prendre un risque plus mesuré. L'ensemble de ces contraintes constitue un réseau d'interactions permettant d'expliquer l'hétérogénéité du niveau des pratiquants, et la potentielle utilisation de SAH dans des conditions extrêmophiles.

Au sein des sports extrêmes, se déclinent les sports d'actions avec la réalisation de figures acrobatiques (trottinette *freestyle*, *bodyboard*, *snowboard freestyle*), et les sports d'aventures sans réalisation de figures acrobatiques (ski hors-piste, *paddle race*), dans lesquels les émotions sont souvent présentes au vu des risques encourus. Selon Brymer *et al.* (2013), l'émotion la plus présente dans l'environnement de pratique des sports extrêmes est la peur. Ces auteurs remarquent que les individus pratiquant ces sports essaient de tisser une relation avec la peur pour la transcender, alors que les individus ne pratiquant pas ces sports cherchent à s'éloigner de cette émotion considérée comme aversive. En réussissant à transcender cette peur, les possibilités d'actions qu'offre l'environnement semblent plus claires et permettent à l'individu de percevoir et de générer des actions liées à sa pratique. Par conséquent, ces interactions illustrées par Immonen et collaborateurs (2017) vont faire émerger un style de participation authentique chez les pratiquants de sports extrêmes (voir Figure 1).

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

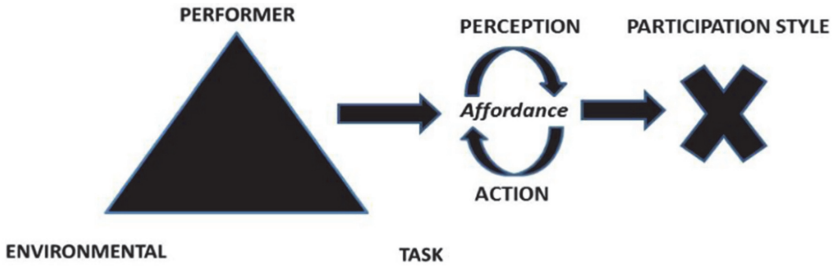


FIGURE 1 – Les fondements théoriques des sports extrêmes (Immonen *et al.*, 2017, p. 4)

Ces travaux susmentionnés permettent de faire l'hypothèse que les contraintes d'ordre environnemental, socio-culturel, de l'activité et du soi semblent pouvoir offrir un espace de compréhension dans l'émergence des SAH.

1.2 Sports extrêmes et quête de sensation

Selon Didry (2020), les sports extrêmes sont multiples et se décomposent en sous-catégories avec les sports de glisse en milieu urbain (*skate, roller, trottinette freestyle*), en milieu aquatique (*surf, bodyboard, paddle*) et en milieu montagnard (ski, *snowboard*, vtt). Au sein des différents milieux de pratiques, il peut y avoir des sports orientés vers la pratique *freestyle* (réalisation de figures acrobatiques) ou *freeride* (sans réalisation de figures acrobatiques) (voir Figure 2).

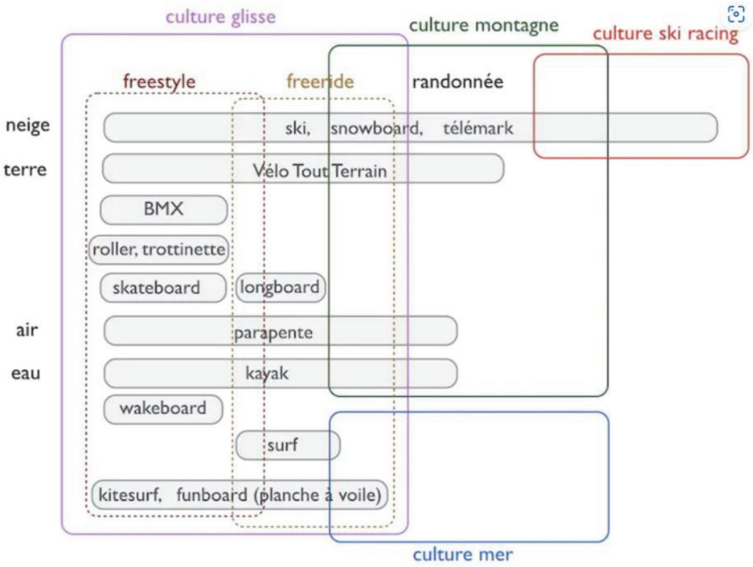


FIGURE 2 – Modélisation du classement des sports extrêmes (Didry, 2020)

Les pratiquants de sports extrêmes se distinguent et ne peuvent pas être regroupés sous une même classe, car les compétences de la discipline pratiquée et la personna-

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

lité requise varient en fonction de ces sports (Barlow *et al.*, 2013). En étant un des facteurs principaux expliquant les différences entre les pratiquants, la personnalité se définit comme un *« ensemble durable de traits et de styles qu'elle présente. Ces caractéristiques représentent (a) les dispositions (c'est-à-dire les tendances naturelles ou les inclinaisons personnelles) de cette personne, et (b) les façons dont cette personne se diffère de la "personne normale standard" dans sa société.* ») (Bergner, 2020 p. 4). La recherche de sensations fortes et d'aventure (Rowland, Franken et Harison, 1986) comme trait de personnalité d'ouverture voire d'extraversion (John *et al.*, 2008) s'avère être la raison principale de la pratique des sports extrêmes : chaque pratiquant a ses propres caractéristiques intrapersonnelles, lesquelles correspondent à une quête de sensations différentes, soit un *« besoin de sensations et d'expériences variées, nouvelles et complexes, la volonté de prendre des risques physiques, sociaux, juridiques et financiers, afin de vivre des situations excitantes* » (Zuckerman, 2009, p. 455). Il a été montré que la recherche de sensations fortes se construit à partir de 4 dimensions : (a) la recherche de danger et d'aventure (b) recherche d'expérience (c) désinhibition et (d) susceptibilité à l'ennui (Zuckerman, 2009). En ce sens, il y aurait une certaine forme de personnalité (on parle de traits de personnalité) qui est propre à la pratique de sports extrêmes, la « recherche de danger » permettant de faire une différence chez les adeptes de sports extrêmes par rapport aux autres pratiquants sportifs.

2 *Comportementale* ou *revendiquée* : la stratégie d'auto-handicap en question

Les SAH sont de nature *comportementale* ou *revendiquée*. Les premières consistent à adopter un comportement contre-productif avant la réalisation d'une performance, quand les secondes visent à désigner tout obstacle, réel ou imaginé, avant la réalisation de celle-ci. Adopter de tels comportements peut influencer l'individu à faire des choix peu pertinents qui vont se répercuter sur son apprentissage, sa performance et sa capacité à s'adapter à son environnement. Dans ces deux types d'auto-handicap, les obstacles peuvent être internes (mauvaise préparation, fatigue) ou externes (musique distrayante, problèmes familiaux). De plus, il apparaît que l'usage des SAH est différentiel selon le sexe : les hommes ont tendance à utiliser davantage des stratégies d'auto-handicap comportemental (Hirt *et al.*, 1991), alors que les stratégies d'auto-handicap revendiqué sont utilisées de manière égale entre les deux sexes (McCrea, Hirt et Milner, 2008). Ainsi, la pratique majoritairement masculine de la trottinette *freestyle* mobilise une utilisation plus importante des stratégies d'auto-handicap comportemental chez ces pratiquants. De cette manière, il se pourrait que l'adoption d'attitudes inappropriées à la réalisation d'une bonne performance, couplée à des contraintes extrêmophiles, peut engendrer des risques de blessures voire la mort.

Si les SAH se manifestent avant la réalisation d'une figure acrobatique en trottinette *freestyle*, la performance et/ou l'apprentissage de nouveaux savoir-faire est compromis. Dans cette condition, l'abandon de ce sport extrême met une forte tension chez le sujet : entre impossibilité de transcender la situation et attirance pour le dépassement de soi (Brymer *et al.*, 2013 ; Leary et Kowalski, 1990 ; Tice, 1991, 1993 ; Zuckerman et Tsai, 2005). Les prises de risques augmentent face à ce dilemme.

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

En condition de compétition, les chercheurs ont montré qu'une activité réalisée en condition publique aura tendance à faire émerger plus vivement les SAH qu'une même tâche réalisée en condition privée (Arkin et Baumgardner, 1985 ; Higgins, 1990 ; Shepperd et Arkin, 1989). Ainsi, la médiatisation de ces sports extrêmes, majoritairement individuels, engage une image de soi davantage mise en jeu : le mécanisme de défense consiste à se protéger en cas d'échec ou à rendre un succès encore plus valorisant (Leary et Kowalski, 1990 ; Tice, 1991, 1993). Dans ce cas, le contexte d'accomplissement (Heckhaunsen, 1974) est important car le résultat dépend de l'individu et non d'une performance collective ; l'incertaine réussite est due à la complexité des enchaînements, laquelle est socialement valorisée autour de l'exploit du pratiquant.

Les caractéristiques singulières des sports extrêmes amènent à poser un ensemble de questions. Dans un premier temps, il est intéressant de se demander dans quelle mesure les SAH sont mobilisées là où l'éventualité d'un échec conduit à une blessure grave voire à la mort. De quelle nature sont les SAH mobilisées selon le profil du risque ? Certains sportifs choisissent-ils des sports extrêmes pour se valoriser ou pour se protéger grâce aux SAH ? L'objet de la présente recherche est d'examiner les usages des SAH en comparant la pratique de la trottinette *freestyle* à celle d'un sport de référence traditionnelle (athlétisme).

3 Méthode

Il s'agit d'une recherche exploratoire comparatiste à visée descriptive sous un angle psychologique : l'objectif est d'examiner l'usage des SAH revendiquées/comportementales selon les pratiquants d'un sport extrême et d'un sport traditionnel pris pour référence. Ainsi, l'examen de l'intensité et de la fréquence d'utilisation de ces stratégies semble nécessaire. Par conséquent, il sera possible de déterminer si elles sont majoritairement présentes dans des sports où les contraintes environnementales génèrent des menaces au développement, ou si elles se manifestent de manière équivalente peu importe l'environnement dans lequel le pratiquant évolue.

3.1 Participants

L'étude recrute des participants de sports extrêmes et de sports traditionnels (63 participants ; 19 pratiquants d'athlétisme et 44 pratiquants de trottinette *freestyle*), vivant en France hexagonale, principalement dans le nord de la France. La moyenne d'âge des pratiquants d'athlétisme est de 19,7 ans ($ET = 1{,}95$) : il y a 12 hommes et 7 femmes. La moyenne d'âge des pratiquants de trottinette *freestyle* est de 17 ans ($ET = 3{,}26$) : il y a 42 hommes et 2 femmes. Le manque d'homogénéité dans la répartition de l'âge et du sexe des pratiquants, s'explique par une population très jeune en trottinette *freestyle,* et une pratique davantage masculine chez les pratiquants de trottinette freestyle. Sur le plan de l'expertise des sports, on identifie des personnes relativement expertes dans les sports (7 pour la trottinette *freestyle* et 0 pour l'athlétisme), mais également spécialistes (7 pour la trottinette *freestyle* et 9 pour l'athlétisme). Par ailleurs, 18 pratiquants de trottinette *freestyle* et 9 d'athlétisme, sont également considérés comme compétents, ou se débrouillant (11 pour la trottinette *freestyle* et 1 pour l'athlétisme). Puis, 1 pratiquant de trottinette *freestyle* et 0 d'athlétisme sont considérées comme

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

relativement débutantes. Les critères d'inclusion pour participer à cette étude sont : a) avoir minimum 15 ans ; b) pratiquer l'une des 2 activités suivantes : la trottinette *freestyle* ou l'athlétisme ; c) être francophone (pour faciliter la compréhension des questions) ; d) ne pas être atteint de troubles visuels ou cognitifs.

3.2 Outil de recueil de données

Les participants ont complété un questionnaire en deux parties. La première partie du questionnaire correspond à l'*Échelle d'Auto-handicap Revendiqué en Sport* (EARS) (Finez, 2008). Cet outil est validé scientifiquement (global revendiqué = 0.86 ; valorisation de soi = 0,85 : protection de soi = 0.79) sur un panel de sportifs d'une moyenne d'âge de 20,6 (ET = 3,9) : il se compose d'une échelle de Likert en sept points (1 = tout à fait en désaccord ; 7 = tout à fait d'accord) qui se présente sur huit items, qui vise à comprendre les motifs sous-jacents aux SAH. Il est destiné à évaluer la tendance dispositionnelle des sportifs à employer les SAH revendiquées dans un motif de protection de soi ou de valorisation de soi. De plus, ces dimensions ont été validées par analyse factorielle confirmatoire (Finez, 2008). Ce test permet de prédire les réactions des sportifs confrontés à différentes classes de situations. Quatre items décrivent des stratégies utilisées dans un motif de protection (« *Lorsque les conditions d'une compétition sont défavorables, je le fais savoir avant l'épreuve, de cette manière, si j'échoue les autres penseront que j'ai échoué en partie à cause de cet obstacle* »). Quatre items exposent des stratégies utilisées dans un motif de valorisation (« *Lorsque les conditions d'une compétition sont défavorables, je le fais savoir avant l'épreuve, de cette manière, si je réussis malgré cet obstacle, les autres me trouveront encore meilleur(e)* »). Ainsi, les sportifs présentant les scores les plus élevés sur l'EARS sont ceux qui revendiquent le plus d'obstacles lorsqu'ils rencontrent une situation menaçante.

La deuxième partie du questionnaire correspond à l'*Échelle d'Auto-handicap Comportemental en Sport* (EACS) (Finez, 2008). Cet outil également scientifiquement validé (global comportemental = 0.88 ; valorisation de soi = 0.86 ; protection de soi = 0.75, condition privée = 0.76 ; condition publique = 0.83) auprès de sportifs d'une moyenne d'âge de 19,9 (ET = 3). Il se compose de seize items positionnés sur une échelle de Likert en 7 points afin de mesurer la tendance à employer les SAH comportementales. Quatre items décrivent des stratégies employées pour des motifs de protection (« *…si j'échoue, ça ne voudra pas dire que je suis mauvais, mais juste que je me suis mal préparé* »). Quatre items exposent des stratégies utilisées pour des motifs de valorisation du soi (« *si je réussis, ce succès sera davantage lié à mon talent qu'à ma préparation* »). Quatre items correspondent à des stratégies destinées à gérer l'image publique de compétence (« *les personnes de mon entourage penseront que j'ai potentiellement les moyens de faire mieux* »). Quatre items décrivent des stratégies employées pour gérer l'image privée de compétence (« *je peux difficilement connaître les résultats que j'obtiendrai le jour où je serai mieux préparé* »). L'échelle de niveau 1 (jamais) à 7 (souvent) permet de discriminer les motifs des pratiquants à utiliser les SAH comportementales. L'ensemble de ces dimensions a été validé par analyse factorielle confirmatoire (Finez, 2008). Une phase de pré-test de l'outil a été réalisée sur un échantillon de 20 participants âgés de 20 ans en moyenne. A l'issue de cette

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

phase de pré-test, le terme de « session » a été associé à celui de compétition pour satisfaire aux terminologies des différents sports.

3.3 Mode de recueil des données

L'accès au questionnaire par *QR code* s'opère 1) dans des magasins ou structures de trottinette *freestyle* dans les Hauts-de-France puis 2) par le biais des réseaux sociaux des enseignes nationales et enfin 3) sur les lieux de pratique.

TABLEAU 1 – Modalités de recrutement des enquêtés

	Outils utilisés	Diffusion numérique	Diffusion en magasins ou structures adaptées
Athlétisme	Lien internet	Moodle FFSU Clubs de la métropole lilloise	/
Trottinette *freestyle*	QR code	Réseaux sociaux	Nomadeshop Paris Bastille La Cabane de la glisse (Lille) Hotmer France, Halle de la glisse

3.4 Analyse des données

Les analyses statistiques ont été effectuées grâce au logiciel *Jamovi.* La variable indépendante était le type de pratique (trottinette freestyle *vs* athlétisme) et les variables étudiées, à savoir les SAH revendiquées et comportementales. Le test de *Shapiro-Wilk* a été utilisé pour vérifier la normalité des données ; celui de *Levène* pour l'homogénéité des variances. Des ANOVAs sont utilisées pour étudier les variations de moyenne des scores de stratégies d'auto-handicap en lien avec les diverses activités pratiquées. Le taux de significativité est fixé à 5% au sein de notre étude pour limiter la marge d'erreur et avoir des résultats statistiquement fiables et reproductibles.

4 Résultats

Le tableau 2 restitue les scores moyens de stratégies d'auto-handicap revendiqué et comportemental. Le score global moyen de stratégies d'auto-handicap revendiqué est de 32.4/56 ($ET = 9.79$), le score global moyen d'auto-handicap comportemental de 67.3/101 ($ET = 14.58$). Le score moyen de valorisation de soi à travers des stratégies d'auto-handicap revendiqué est de 17.0 ($ET = 6.11$), le score moyen de protection de soi des stratégies d'auto-handicap revendiqué qui est de 15.4 ($ET = 6.11$).

Concernant les SAH comportementales, le score moyen de valorisation de soi est de 17.2 ($ET = 5.22$) et le score moyen de protection de soi est de 16.2 ($ET = 4.68$). Les scores des conditions privée et publique sont assez similaires, avec une légère tendance à adopter les SAH : le score moyen en condition privée est de 15.1 ($ET = 6.50$) et le score moyen en condition publique qui est de 14.5 ($ET = 4.97$).

En se référant à la figure 3, les scores globaux moyens de SAH revendiquées et comportementales sont présentés en fonction de chaque activité physique et/ou sportive (athlétisme, trottinette *freestyle*). Ces scores ont une tendance à être supérieurs à la moyenne des scores globaux de l'EARS, situés à 28 pour le revendiqué, et à 56 pour le comportemental (EACS). De ce fait, ces résultats révèlent que les pratiquants de

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

TABLEAU 2 – Statistiques descriptives des scores moyens de SAH revendiquées et comportementales

Statistiques descriptives

	N	Manquants	Moyenne	Médiane	Ecart-type	Minimum	Maximum
Score global de SAH revendiqué	63	6	32.4	34.0	9.79	0.00	53.0
Score protection de soi	63	6	15.4	15.0	6.11	0.00	28.0
Score valorisation de soi	63	6	17.0	18.0	6.11	0.00	28.0
Score global de SAH comportemental	50	19	67.3	69.0	14.58	16.00	96.0
Score de protection de soi	50	19	16.2	17.0	4.68	4.00	26.0
Score de valorisation de soi	50	19	17.2	18.5	5.22	4.00	26.0
Score de condition publique	50	19	14.5	15.0	4.97	0.00	21.0
Score condition privée	50	19	15.1	15.5	6.50	0.00	28.0

sports traditionnels et extrêmes revendiquent et/ou adoptent des attitudes altérant modérément leurs performances.

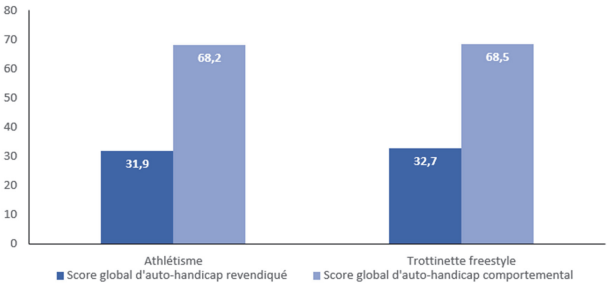


FIGURE 3 – Scores globaux d'auto-handicap revendiqué et comportemental en fonction de l'activité sportive pratiquée

Les tests de *Shapiro-Wilk* et de *Levène* révèlent que les conditions de normalité et d'homogénéité des variances ne sont pas respectées. De ce fait, le test ANOVA unidirectionnelle de *Kruskal-Wallis* a été choisi et complété par une comparaison pair-à-pair entre les pratiquants de trottinette freestyle et d'athlétisme. L'hypothèse était de démontrer qu'il y avait une proportion de SAH plus élevée dans les sports extrêmes comparativement aux sports traditionnels. Seule la dimension de valorisation de soi présente une différence significative en fonction des activités physiques et/ou sportives pratiquées (athlétisme, trottinette *freestyle*). Le tableau 3 indique une significativité faible ($X^2 = 6{,}82$, $p < .033$) de la dimension de valorisation de soi, au sein des stratégies d'auto-handicap revendiqué, ainsi qu'une valorisation de soi, pour la stratégie d'auto-handicap comportementale faible mais significative ($X^2 = 9{,}855$, $p < .007$). La taille de l'effet est faible pour l'auto-handicap revendiqué ($r = 0.09887$), et moyenne pour l'auto-handicap comportemental ($r = 0.20112$). Ainsi, cette dimension se démarque des autres, avec un effet faible sur les sports traditionnels pour la dimension revendiquée (athlétisme, *X= 3,86, ET=* 1,496) et extrêmes (trottinette *freestyle, X= 4,78, ET= 1,384)*, et comportementale (athlétisme, *X= 3,58, ET=* 1,121) et extrêmes (trottinette *freestyle, X= 4,87, ET= 0,996).*

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

Par ailleurs, le tableau 3 indique les résultats pour le score global de stratégies d'auto-handicap revendiqué (protection et valorisation) et pour le score global d'auto-handicap comportemental (protection et valorisation en condition publique/privée). Plus les scores de ^{2} sont élevés, plus la différence est significative entre la variable de valorisation de soi et les sports pratiqués.

TABLEAU 3 – ANOVA Unidirectionnelle de Kruskal-Wallis pour les dimensions d'auto-handicap revendiqué et comportemental en fonction des activités pratiquées

	χ^2	ddl	p	ε^2
Score global auto-handicap revendiqué	0.163	2	0.922	0.00236
Score protection de soi	4.223	2	0.121	0.06120
Score valorisation de soi	6.822	2	0.033	0.09887
Score global auto-handicap comportemental	1.472	2	0.479	0.03004
Score de protection de soi	0.718	2	0.698	0.01466
Score de valorisation de soi	9.855	2	0.007	0.20112
Score de condition publique	1.204	2	0.548	0.02457
Score condition privée	3.539	2	0.170	0.07223

La comparaison pair-à-pair (*cf.* tableau 4) du score de valorisation de soi pour les stratégies d'auto-handicap revendiqué révèle qu'il n'y a pas de différences significatives entre les différentes pratiques. Cependant, pour les SAH comportementales il y a une différence significative (p =.002) sur cette même dimension (valorisation de soi) entre les pratiquants d'athlétisme et de trottinette *freestyle.*

TABLEAU 4 – Comparaison pair-à-pair du score de valorisation de soi pour l'auto-handicap revendiqué et comportemental

	W	p
Valorisation de soi auto-handicap revendiqué	2.01	0.155
Valorisation de soi auto-handicap comportemental	4.31	0.002

Les résultats révèlent que les athlètes ($n = 19$) ont un score moyen de valorisation de soi de 15.4 ($ET = 5.98$) tandis que les pratiquants de trottinette *freestyle* ($n = 44$) obtiennent un score moyen de valorisation de soi de 18.1 ($ET = 5.89$) (*cf.* Figure 4). Ainsi, les résultats mettent en évidence un score de valorisation de soi élevé chez les pratiquants de trottinette *freestyle*. Les résultats montrent que la revendication d'obstacles avec un motif de valorisation de soi est moins importante chez les pratiquants d'athlétisme que les pratiquants de trottinette *freestyle*. De même, les athlètes ($n = 18$) obtiennent un score moyen de valorisation de soi de 14.3 ($ET = 4.49$) tandis que les pratiquants de trottinette *freestyle* ($n = 28$) ont un score moyen de valorisation de soi de 19.3 ($ET = 4.18$). Les résultats montrent que les SAH comportementales avec un motif de valorisation de soi sont moins importantes chez les pratiquants d'athlétisme que de trottinette *freestyle*.

Au regard de la figure 5, aucune différence significative n'est mise en évidence. Cependant, des tendances aux stratégies d'auto-handicap pourraient émerger entre les « experts » et les « spécialistes » et entre les « débrouillés » et les « spécialistes » avec un effectif plus conséquent.

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

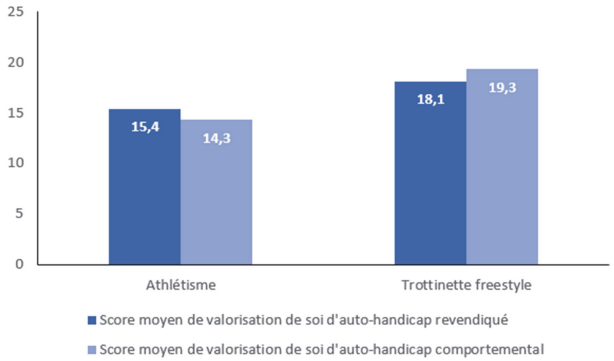


FIGURE 4 – Scores moyens d'auto-handicap revendiqué et comportemental pour la valorisation de soi en fonction des activités pratiquées.

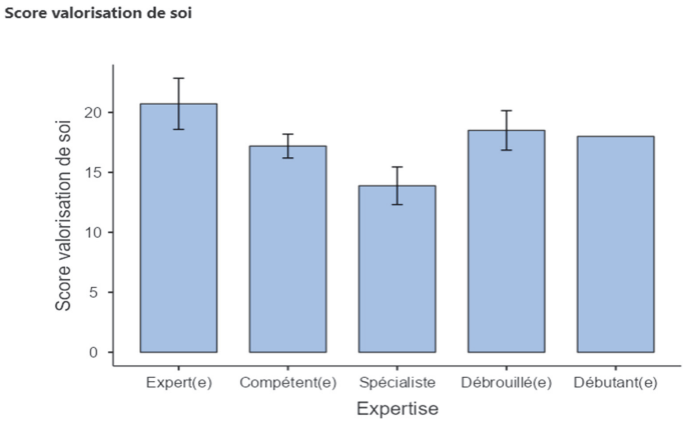


FIGURE 5 – Diagramme en barre des scores de « valorisation de soi » en fonction de l'expertise des pratiquants.

Enfin, au regard du tableau 5, des ANOVAs ont été réalisées sur les stratégies d'auto-handicap revendiqué et comportemental. Elles n'ont montré aucun effet principal du sexe ($P > .05$) en fonction des activités pratiquées (athlétisme *versus* trottinette *freestyle*).

TABLEAU 5 – Comparaison pair-à-pair du score de valorisation de soi pour l'auto-handicap revendiqué et comportemental en fonction du sexe

	W	p
Valorisation de soi auto-handicap revendiqué en fonction du sexe	1.12	0.430
Valorisation de soi auto-handicap comportemental en fonction du sexe	1.18	0.405

5 Discussion

Cette étude permet une comparaison dans l'utilisation des SAH revendiquées et comportementales entre une activité sportive traditionnelle (l'athlétisme) et une activité

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

sportive extrême. Il s'agit de comprendre, par une étude exploratoire, si certaines dimensions de la personnalité peuvent expliquer l'attirance et la pratique de sports extrêmes. L'hypothèse d'une différence significative dans l'utilisation des SAH était émise. Les résultats indiquent que seule la dimension de valorisation de soi dans les stratégies d'auto-handicap revendiqué et comportemental connaît une différence significative entre les pratiquants de trottinette *freestyle* et d'athlétisme. Ainsi, les pratiquants de trottinette *freestyle* utilisent, comme les pratiquants d'athlétisme, de telles stratégies afin de se valoriser en cas de réussite, néanmoins, les premiers ont des scores encore plus élevés que les seconds. En somme, les pratiquants de trottinette *freestyle* font partie de ce que Tice (1993, p. 47) décrit comme des « *personnes avec une estime de soi élevée qui sont préoccupées par la valorisation de soi et utilisent l'auto-handicap dans le but de valoriser leur estime et leur réputation* ». Bien qu'un échantillon plus important soit nécessaire pour confirmer la tendance de différence d'utilisation des SAH revendiquées entre les pratiquants de trottinette *freestyle*, ces résultats restent intéressants car ils mettent en valeur l'état d'esprit global dans lequel se situent les pratiquants de ce sport. Les sports extrêmes amèneraient à des formes de personnalité extrémophile, dont la valorisation importante pourrait devenir un facteur d'actes impulsifs plutôt que d'actes réfléchis.

Les SAH sont autant mobilisés dans les sports extrêmes que dans les sports traditionnels mais elles ne se manifestent pas de la même manière chez les pratiquants. La manifestation de ces stratégies revendiquées et comportementales est identique pour plusieurs dimensions (protection de soi, condition publique, condition privée) selon les sports traditionnels et les sports extrêmes, excepté en ce qui concerne la valorisation de soi. Un élément d'explication concernerait le fait que les *trottiriders* ont une estime de soi plus élevée que les athlètes et qu'ils utilisent les SAH pour rendre leur succès encore plus impressionnant (Leary et Kowalski, 1990 ; Tice, 1991, 1993). Contrairement aux travaux d'Elliot *et al.* (2006) ou de Kuczka et Treasure (2005), nos résultats tendent à montrer que le sexe ne présente pas d'effet différentiel sur les SAH. Nous expliquons cela par le fait que les pratiquantes féminines en trottinette *freestyle* et en athlétisme était trop peu pour faire émerger cet effet. Finalement, ces stratégies peuvent engendrer des conséquences dramatiques par leurs caractères contre-productifs à l'apprentissage et/ou à la performance (Hirt, Deppe et Gordon, 1991 ; Leary et Shepperd, 1986) surtout en condition quasi-extrêmophile, où la moindre erreur peut engendrer des obstacles à la survie ou des menaces au développement.

Également, ces résultats permettent une contribution importante à la théorie des SAH, en démontrant que seule la dimension de valorisation de soi se distingue des autres dimensions, entre les pratiquants de sports extrêmes évoluant dans des conditions extrêmophiles, et les pratiquants de sports traditionnels vivant dans des environnements moins menaçants. Ainsi, cette étude s'inscrit dans une logique de compréhension holistique des SAH chez les pratiquants de sports extrêmes. Nous attirons l'attention des intervenants et des pratiquants sur cette étude, afin de mieux appréhender ces environnements de pratiques, en considérant les potentiels dangers existants (prise de risque démesurée, excès de confiance au regard du lieu de pratique).

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

Une des limites majeures de cette étude concerne le nombre de participants (n = 63), ainsi que l'homogénéité dans la répartition des pratiquants. Un échantillon plus important est nécessaire pour confirmer ou infirmer les premiers résultats obtenus et étudier l'effet d'autres variables susceptibles d'impacter les stratégies d'auto-handicap, telles que le sexe ou le niveau d'expertise dans l'activité. De plus, le niveau d'expertise a été auto-rapportée par les pratiquants et non testé dans le cadre d'une étude expérimentale. Des entretiens permettraient également d'affiner ces premières données descriptives, en mettant notamment en valeur des zones d'ombre de nos données, concernant les conduites à risques (Michel *et al.*, 2009) même si l'on sait que le rapport au risque relève, non pas d'une logique (ou d'un illogisme), mais de la cohabitation d'une pluralité de facteurs qui déterminent une ou plusieurs formes de rationalité mises à contribution dans tel ou tel contexte (Massé, 2007, p. 19). Il convient également d'analyser l'effet de ces stratégies sur d'autres pratiques sportives extrêmes ou les styles de participations sont totalement distincts de la trottinette freestyle, tels que le *base-jump*.

Conclusion

Ce travail permet de soulever de nouvelles questions dans le rapport entre trait de personnalité et conditions extrêmes et extrémophiles dans les sports à risques : le choix de réaliser telle ou telle figure ou telle ou telle action pourrait résulter d'une volonté de protéger et/ou de valoriser l'auto-évaluation de ses compétences. Si cela était avéré, ce type de motivation aurait pour conséquence d'amener les pratiquants à se placer eux-mêmes dans des conditions extrêmophiles accidentogènes de manière totalement inutile. Cependant, quelques interrogations demeurent et méritent d'être éclaircies. Est-ce-que les comportements à risques sont adoptés quotidiennement ou en fonction d'un contexte donné ? Est-ce que la prise de risque dépend de la personne, de sa personnalité et de son parcours et/ou dépend-t-il du contexte qui accentue ou fait émerger certaines pratiques ? La notion de risque rend la pratique physique et/ou sportive extrême. Le risque est présent « *à l'intérieur de nos propres sociétés, voire à l'intérieur de nous-mêmes. Le risque, c'est nous, à travers nos habitudes de vie, nos choix, nos pratiques polluantes, nos comportements en matière de sexualité, de conduite automobile ou d'alimentation* » (Massé, 2007, p. 20) et potentiellement au sein des pratiques physiques et/ou sportives extrêmes. Par conséquent, il semble que le risque se manifeste comme une pluralité de formes logiques (ou illogiques) qui met en tension une « psychologie rationnelle et ordinaire de l'extrême », qui semble s'exprimer dans certains contextes (Massé, 2007). Ainsi, ces comportements peuvent être adoptés à la fois dans la pratique physique et dans le quotidien des individus. « *le risque ne réfère pas qu'aux insécurités ontologiques et aux anxiétés, mais aussi aux opportunités de modification de la société qui le génère* » (Beck, 2000, p. 226). De la sorte, une analyse psychologique régulière auprès des pratiquants de sports extrêmes semble une recommandation à mettre en avant. Tout excès de confiance et toute volonté de valorisation peut, dans les sports extrêmes, se révéler tout aussi dramatiques qu'opportune à de nouveaux changements sociaux. Des formations en psychologie quant aux pratiques extrêmes et aux états associés de mise en tension

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

entre ordinaire de vie et spécificité des contextes, pourrait être une piste importante dans la formation des futurs psychologues qui accompagnent les sportifs.

Références

Active Marketing Group (2007). *Action Sports : The Action Sports Market.* The Action Sports Market – ACTIVE Network Rewards2009/Action+Sports.pdf · Connecting with Action Sports Enthusiasts Active Marketing Group provides Insight and Access to Active Lifestyle.

Arkin, R. M. and Baumgardner, A. H. (1985). Self-handicapping. In J. H. Harvey and G. Weary (Eds.), *Attribution : Basic issues and applications* (p. 169–202). Academic Press.

Barlow, M., Woodman, T. and Hardy, L. (2013). Great expectations : different high-risk activities satisfy different motives. *Journal of Personality and Social Psychology*, *105*(3), 458–475.

Beck, U. (2000). Risk Society Revisited. Theory Politics and Research. In B. Adam, U. Beck and J. van Loon (éds.), *The Risk Society and Beyond : Critical Issues for Social Theory* (p. 211-229). Sage Publications.

Berglas, S. and Jones, E. E. (1978). Drug choice as a self-handicapping strategy in response to non-contingent success. *Journal of Personality and Social Psychology*, *36*, 405–417.

Bergner, R. M. (2020). What is personality ? Two myths and a definition. *New Ideas in Psychology*, *57*, 100759.

Bouchat, P. and Brymer, E. (2019). Base-jumping fatalities between 2007 and 2017 : Main causes of fatal events and recommendations for safety. *Wilderness & Environmental Medicine, 30*(4), 407–411.

Brymer, E. and Oades, L. G. (2009). Extreme sports : A positive transformation in courage and humility. *Journal of Humanistic Psychology*, *49*(1), 114–126.

Brymer, E. and Schweitzer, R. (2013). Extreme sports are good for your health : a phenomenological understanding of fear and anxiety in extreme sport. *Journal of Health Psychology, 18*(4), 477–487.

Coudevylle, G.R., Collado, A., Sinnapah, S., Kotbagi, G. et Bouchard, J.-P. (2023). Consommation de substances psychoactives chez les adolescents : addiction ou stratégie d'auto-handicap ? *Revue de l'infirmière*, *72*(293), 45–46.

Coudevylle, G. R., Gernigon, C., Martin Ginis, K. A. et Famose, J.-P. (2015). Les stratégies d'auto-handicap : fondements théoriques, déterminants et caractéristiques. *Psychologie française, 60*(3), 263–283.

Davids, K., Brymer, E., Seifert, L. and Orth, D. (2013). A constraints-based approach to the acquisition of expertise in outdoor adventure sports. In K. Davids, R. Hristovski, D. Araújo, N. Balague Serre, C. Button and P. Passos (Eds.), *Complex Systems in Sport* (p. 332–344). Routledge.

Davids, K. W., Button, C. and Bennett, S. J. (2008). *Dynamics of Skill Acquisition : A Constraints-Led Approach*. Human Kinetics.

DeGree, C. E. and Snyder, C. R. (1985). Adler's psychology (of use) today : Personal history of traumatic life events as a self-handicapping strategy. *Journal of Personality and Social Psychology*, *48*(6), 1512–1519.

Didry, N. (2020). Êtes-vous un « rider » sans le savoir ? *The Conversation*, 5.

Elliot, A. J., Cury, F., Fryer, J. W. and Huguet, P. (2006). Achievement goals, self-handicapping, and performance attainment : A mediational analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *28*(3), 344-361.

Finez, L. (2008). *Comprendre et prédire les stratégies d'auto-handicap revendiqué dans le domaine du sport : une approche interactionniste*. [thèse de doctorat, Université de Reims], Reims.

Gibson, J. (1979). *The Ecological Approach to Visual Perception*. Houghton Mifflin.

Hirt, E. R., Deppe, R. K. and Gordon, L. J. (1991). Self-reported *versus* behavioral self-handicapping : Empirical evidence for a theoretical distinction. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(6), 981–991.

Immonen, T., Brymer, E., Davids, K., Liukkonen, J. and Jaakkola, T. (2018). An ecological conceptualization of extreme sports. *Frontiers in Psychology*, *9*.

Immonen, T., Brymer, E., Orth, D., Davids, K., Feletti, F., Liukkonen, J. and Jaakkola, T. (2017). Understanding action and adventure sports participation-an ecological dynamics perspective. *Sports Medicine – Open*, *3*(1), 18.

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901

John, O. P., Naumann, L. P. and Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative big five trait taxonomy. *Handbook of personality : Theory and research*, *3*(2), 114-158.

Kuczka, K. K. and Treasure, D. C. (2005). Self-handicapping in competitive sport : Influence of the motivational climate, self-efficacy, and perceived importance. *Psychology of Sport and Exercise*, *6*(5), 539-550.

Kunwar, R. (2021). Extreme Sport : Understanding the Concept, Recognizing the Value. *Journal of Tourism & Adventure*, *4*(1), 89–123.

Leary, M. R. and Kowalski, R. M. (1990). Impression management : Literature review and two component model. *Psychological Bulletin*, *107*, 34–47.

Leary, M. R. and Shepperd, J. A. (1986). Behavioral self-handicapping vs. self-reported handicaps : A conceptual note. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*, 1265–1268.

Massé, R. (2007). Le risque en santé publique : pistes pour un élargissement de la théorie sociale. *Sociologie et sociétés*, *39*(1), 13-27.

McCrea, S. M., Hirt, E. R. and Milner, B. J. (2008). She works hard for the money : Valuing effort underlies gender differences in behavioral self-handicapping. *Journal of Experimental Social Psychology*, *44*(2), 292–311.

Michel, G., Cazenave, N., Delpouve, C., Purper-Ouakil, D. et LeScanff, C. (2009). Profils de personnalité et fonctionnement émotionnel dans les sports extrêmes : à propos d'une étude exploratoire chez des BASE-jumpers. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique, 167*(1), 72-77.

Michel, G., Bernadet, S., Aubron, V. et Cazenave, N. (2010). Des conduites à risques aux assuétudes comportementales : le trouble addictif au danger. *Psychologie française*, *55*(4), 341-353.

Muszkieta, R. and Gembiak, M. (2004). Uwarunkowania i motywy uprawiania sportów ekstremalnych. *Edukacja poprzez sport.*

Newell, K. M. (1986). Constraints on the development of coordination. In M. G. Wade and H. T. A. Whiting (Eds.), *Aspects of coordination and control* (p. 341–360). Martinus Nijhoff.

Riedrich, Y. et Dor, F. (2022). *La préparation mentale du sportif*. Broché.

Shepperd, J. A. and Arkin, R. M. (1989). Determinants of self-handicapping : Task importance and effects of pre-existing handicaps on self-generated handicaps. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *15*, 101–112.

Snyder, C. R. and Smith, T. W. (1982). Symptoms as self-handicapping strategies : The virtues of old wine in a new bottle. In G. Weary (Ed.), *Integrations of Clinical and Social Psychology* (p. 104–127). Oxford University Press.

Snyder, C. R., Smith, T. W., Augelli, R. W. and Ingram, R. E. (1985). On the self-serving function of social anxiety : shyness as a self-handicapping strategy. *Journal of Personality and Social Psychology*, *48*(4), 970–980.

Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement ? Self-handicapping motives and attributions differ by trait self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(5), 711–725.

Tice, D. M. (1993). The social motivations of people with low self-esteem. In R. Baumeister (Eds.), *Self-Esteem* (p. 37–53). Springer US.

Zuckerman, M. and Tsai, F.-F. (2005). Costs of self-handicapping. *Journal of Personality*, *73*(2), 411–442.

Zuckerman, M. (2009). Sensation seeking. In M. R. Leary and R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (p. 455–465). New York.

Published in : N. WALLIAN, M.-P. POGGI et G. LEFER SAUVAGE (Eds.), *Les savoirs de l'extrême. Médiation-appropriation en contextes*, Editions des archives contemporaines, ISBN : 9782813004901, doi : 10.17184/eac.9782813004901