Portrait des effets de la participation à un sport organisé de compétition chez des athlètes présentant un trouble du spectre de l'autisme ou une déficience intellectuelle

Josiane Lefrançois et Mélina Rivard
Université du Québec à Montréal

Objectif

Cette étude vise à documenter la perception des athlètes présentant une DI et/ou ayant reçu un diagnostic d'autisme, de leurs parents et de leurs entraineurs face aux effets de leur participation à un sport d'équipe compétitif sur la **sphère sociale**, sur la **santé psychologique** ainsi que les **freins et facilitateurs** liés à l'entrainement.

Méthode

Participants

Les participants proviennent de la même association de cheerleading et sont impliqués dans une équipe "spéciale" ou dans une équipe "régulière".

- 2 athlètes ayant reçu un diagnostic d'autisme
- 2 parents
- 2 entraineurs d'une équipe "spéciale"

Mesures

Entrevues semi-structurées

Thèmes abordés:
- Les habiletés et les interactions sociales
- La santé psychologique
- Les freins et facilitateurs liés à l'entrainement

Analyses

Données extraites à partir de l'analyse thématique du contenu.

Résultats

Les participants ont rapporté des effets du sport d'équipe de compétition sur: 1) ***la santé psychologique****; et 2)* ***la sphère sociale.*** *Les participants ont aussi rapporté des* ***freins*** *et* ***facilitateurs*** *liés à l'entrainement.*

Santé psychologique

- Les participants ont rapporté des effets positifs sur **l'estime de soi,** sur le niveau de **timidité** et sur l'**anxiété.**
- Les athlètes ont rapporté vivre un **sentiment de fierté et d'accomplissement** lors de la réussite de nouveaux mouvements et lorsqu'ils reçoivent des médailles.
- Les athlètes ont rapporté des **effets observés à l'école**, notamment sur la **concentration**, sur **l'organisation** et sur **leur niveau d'énergie.**

Parent: « *Son estime de soi hum … a monté je crois, pas toujours mais … comme quand il y avait des moments où elle se sentait mal, elle se sentait comme si elle n'avait pas d'amis ou quoique ce soit, elle irait à une pratique de cheerleading et elle se sentirait comme OK ça va. J'ai des amis, des personnes m'aiment, je suis capable de faire des choses donc je trouve que c'était bon pour ça.* »

Sphère sociale

- Les participants ont rapporté des effets positifs sur **l'inclusion sociale de l'athlète** (sentiment d'appartenance à un groupe, intégration des athlètes dans les évènements, travail d'équipe, etc).
- Les participants ont rapporté des effets positifs sur **les habiletés sociales** (création d'amitiés, opportunités d'apprentissages sociaux, interactions sociales, intérêt de discussion partagé)

Entraineur: «*C'est quand même la même équipe ça fait … 3-4 ans que c'est la même équipe fait qu'ils sont quand même vraiment proches et je pense qu'ils vont tous à la même école. Fait que ça les aide vraiment beaucoup. Je sais qu'ils se parlent vraiment beaucoup et qu'ils se voient à l'extérieur aussi. Fait que c'est comme une petite famille et ils viennent s'entraîner aussi ensemble* »

Freins

- Difficultés reliées à l'entrainement (anxiété de performance, sport exigeant physiquement, peurs)
- Incompréhension des entraineurs face aux besoins des athlètes
- Capacité d'attention/mémoire des athlètes
- Manque d'accessibilité et d'adéquation de l'environnement pour les besoins sensoriels et physiques
- Manque d'assistants pendant les pratiques
- Manque de communication avec les parents
- Manque d'athlètes
- Anxiété/rigidité des athlètes
- Le côté financier du sport
- Les blessures

Facilitateurs

- Flexibilité et capacité d'adaptation des entraineurs
- Relation entre athlètes, parents et entraineurs
- Entrainements structurés
- Faire des pauses
- Avoir un assistant
- Soutiens visuels/démonstrations
- Les anciens athlètes aident les nouveaux
- Avoir des pratiques plus longues ou plus de pratiques
- Beaucoup de répétitions
- Utilisation d'un langage adapté

Discussion

Nous avons constaté des différences quant aux réponses des participants selon qu'ils sont impliqués dans une équipe régulière (inclusive) ou "spéciale" (intégrative), particulièrement pour les freins et les facilitateurs. Par exemple, un des entraineurs d'une équipe spéciale a rapporté comme facilitateur "de faire des pauses ou des jeux" lorsque les athlètes manquent de disponibilité, alors que l'athlète faisant partie d'une équipe régulière a rapporté qu'elle aurait besoin de faire des pauses lorsqu'elle ressent une surcharge sensorielle. Ces différences au niveau des enjeux que vivent ces athlètes peuvent être expliquées par le contexte dans lequel ces athlètes se retrouvent. Dans le contexte d'une équipe "spéciale", ce sont les entraineurs qui doivent s'adapter aux besoins des athlètes, entre autres pendant les entrainements et les compétitions. Dans le contexte où un athlète qui présente une DI et/ou ayant reçu un diagnostic d'autisme ferait partie d'une équipe régulière de haut niveau, les participants ont rapporté que ce serait aux athlètes de s'adapter aux exigences, au fonctionnement et aux attentes de l'équipe. Ce phénomène pourrait être expliqué par un manque de connaissance de la part des entraineurs concernant la DI et le TSA, par le manque de ressources afin de faciliter l'intégration de ces athlètes dans des équipes régulières et par le manque de mesures d'adaptation disponibles dans un contexte sportif inclusif.