

## Des scientifiques québécois à connaître : Stéphane Perreault

STÉPHANE PERREAULT, Ph.D., professeur au Département des sciences du loisir et de la communication sociale de l'UQTR

Stéphane Perreault a toujours eu un double intérêt pour les sciences du sport et la psychologie. Il a réussi, à travers ses études et son travail, à concilier ses deux passions. Aujourd'hui, il s'intéresse tout particulièrement à professionnaliser et à valoriser le métier d'entraîneur. « C'est en valorisant le métier de coach qu'on pourra s'assurer d'encadrer les athlètes adéquatement ». Stéphane Perreault croit aussi à l'importance de la valorisation du sport d'élite pour offrir aux jeunes des modèles inspirants et motivants.

### SPÉCIALISATION

Culture et comportement — Motivation intrinsèque et extrinsèque —  
Psychologie du sport — Relations intergroupes

### VISION

« Nous avons des enjeux de société majeurs liés à l'inactivité et au vieillissement de la population. Conséquemment, beaucoup d'acteurs du monde des sciences de l'activité physique se concentrent sur les problématiques de l'obésité et de la sédentarité, des enjeux non négligeables certes. Mais je crois aussi — pour ma part — à l'importance du sport d'élite. Il faut aussi travailler pour les athlètes de pointe et valoriser leur travail et l'excellence. C'est ce qui permet à une société d'avoir des modèles éloquents, capables d'inspirer les jeunes. »

### CLIN D'ŒIL — PARCOURS

Stéphane Perreault a hésité entre les sciences du sport et la psychologie. Il a d'abord choisi la seconde voie pour son baccalauréat et a ensuite concilier ses deux passions en effectuant une maîtrise en psychologie du sport à McGill. Intéressé par les questions de motivation et de relations intergroupes, Stéphane Perreault a, par la suite, fait un doctorat en psychologie sociale à l'UQAM, et des études post-doctorales dans le même sens. Aujourd'hui professeur à l'UQTR, Stéphane Perreault est amené à enseigner tant dans le domaine de la psychologie sportive que dans celui de la psychologie sociale.

## QUELQUES PROJETS ACTUELS

Stéphane Perreault s'intéresse à la fois aux questions de motivation (momentum psychologique, stratégies de gestion du stress, passion, *burn out*); de dynamique intra-groupe; qu'à des questions d'ordre méthodologiques (comment mesurer la performance).

Il travaille actuellement sur un projet d'encadrement, de professionnalisation et de valorisation du travail de l'entraîneur. Dans ce cadre, il a bâti une « boîte à outil » de l'entraîneur comprenant des orientations professionnelles claires basées sur des connaissances scientifiques; une façon d'assurer une formation continue aux acteurs du milieu sportif et d'engendrer, par le fait même, une reconnaissance du travail des coachs sportifs.

Avec son assistante de recherche, Marie-Michèle Lapointe, il mène également une étude sur la passion harmonieuse et la passion obsessionnelle.

Stéphane Perreault mène également un projet pour évaluer la place réservée aux athlètes féminines dans le milieu du soccer. Une façon de mettre en lumière le peu de moyens financiers qui leur sont réservés.

Et plus globalement, il mènera une étude qui évalue – via les sites web de diverses associations sportives – la place réservée aux athlètes féminines de diverses disciplines (hockey, soccer, gymnastique, etc.) pour voir si le traitement qui leur est réservé est différent de celui des athlètes masculins. Cela, pour sonder la place qui est donnée aux femmes dans un monde sportif majoritairement masculin.

## QUELQUES PROJETS ANTÉRIEURS

Antérieurement, Stéphane Perreault a mené des recherches sur les divers sujets suivants :

***Étude sur le momentum sportif : quand on a le vent dans le voile, on performe***

***Étude sur les stratégies de coping dans les sports en fauteuil roulant.***

Perreault S et RJ Vallerand (2007) **A test of self-determination theory with wheelchair basketball players with and without disability.** Adapt Phys Activ Q 24(4):305-16.

***Étude sur le burn out sportif auprès de 2000 athlètes***

## PISTES À EXPLORER

Stéphane Perreault a de nombreux champs d'intérêts. Il a ainsi plusieurs horizons qu'il aimerait éventuellement explorer.

Les programmes de sport-études ont connu une avancée au Québec. La formule semble être concluante. Elle devrait être un modèle pour d'autres formules de même nature : musique-études, communications-études, etc.

Depuis toujours on dit que le sport forge le caractère. Il serait intéressant de vérifier si cette croyance est avérée.

## CONSTATS ET DÉCOUVERTES

« Il n'y a jamais eu autant d'opportunités de faire du sport. Toutefois, certaines recherches indiquent que la trop grande pluralité de choix peut engendrer de la démotivation. Il faut donner le goût du sport aux jeunes, le goût du jeu. Et cela ne passe pas – selon moi – par les sports virtuels (comme la Wii par exemple) des jeux qui entretiennent l'idée d'instantanéité au détriment des efforts que sous-entend la pratique d'activités physiques. »

## SINGULARITÉ

Stéphane Perreault croit à l'importance du sport d'élite et travaille à la valorisation des cadres sportifs. Pour lui, les programmes de sport-études sont un premier pas dans la bonne direction et témoignent de la volonté du gouvernement d'épauler les athlètes d'élite. Seulement, de l'autre côté du spectre, il y a, selon le professeur Perreault, un manque de reconnaissance du travail des entraîneurs. Le boulot de « coach » en est un qui se fait souvent avec une bonne dose de bénévolat. Il est grand temps, selon Stéphane Perreault, de standardiser leur travail pour assurer la qualité des services rendus par les entraîneurs et, conséquemment, engendrer une reconnaissance réelle de leur parcours professionnel.

## Quelques publications et communications scientifiques

Perreault S et D Royer (2003) **Technological developments in disability sports**. In : RD Steadward, GD Wheeler et EJ Watkinson (sous la dir. de), Adapted Physical Activity. Edmonton: The University of Alberta Press, p. 541-58.

Benjamin A et S Perreault (2002) **L'expérience de loisir en milieu aquatique**. Loisir et Société 25:139-54.

Miquelon P, S Perreault et M Abbondanza (2001) **Activités récréatives et performance: Jouer ensemble pour mieux travailler en équipe**. Loisir et Société 1:245-79.

Vallerand RJ et S Perreault (1999) **Intrinsic and extrinsic motivation in sport: Toward a hierarchical model.** In : R Lidor et M Bar-Eli (sous la dir. de), Sport psychology: Linking theory and practice. F.I.T. Publications, U.S.A.

**Encadrement de projets étudiants**

Jean-Sébastien Breton, analyse des « pep talk » dans les films de sport

Marie-Michèle Lapointe, analyse de la place des femmes dans le sport

Catherine Cardinal et Guy Thibault