



République Algérienne Démocratique et populaire

Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique

Université Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem

Institut d'éducation physique et sportive

Département Entraînement Sportif

Etude présentée pour l'obtention du diplôme de Master

Spécialité : « Préparation physique »

Thème

La Perception de l'Impact du Stress sur la Prise de décision

Chez les entraîneurs de football

(Cas des entraîneurs de la wilaya d'El Bayadh)

Présenter par l'étudiant:

Messahel Amar Benameur

Encadrer par :

Pr Sebbane Mohammed

Année universitaire : 2019/2020

Dédicace

Je dédie ce modeste travail à :

Celle qui m'a donnée la vie, ma très chère et tendre mère

Mon père qui a été mon ombre durant toutes mes années d'études

Mon adorable sœur

Mes grands frères

Toute la famille MESSAHÉL

Tous mes amis sans exception

Tous ceux qui me sont chers

AMAR

Remerciements

D'abord, je veux remercier le bon Dieu, car il est avec moi Compte Tenu du courage et de la patience nécessaire de mener à bien Ce modeste travail qui intéresse mon futur intellectuel et professionnel.

Ensuite, j'adresse mon profond remerciement à mon encadreur le Professeur SEBBANE Mohammed pour l'aide qu'il ma fournie tout au long de cette Recherche, et d'avoir été toujours disponible pour répondre a mes Questions et de m'avoir aidé à finir ce modeste travail.

Enfin, je voudrais remercier ma famille et mes amis qui ont Soutenu toujours, ainsi que tous les professeurs (STAPS) qui ont Contribué à notre formation et m'ont accompagné durant toutes ces Années. Et à tous ceux qui ont participé de près ou de loin à L'élaboration de ce travail de recherche.

AMAR

SOMMAIRE

Dédicaces

Remerciements

La liste des tableaux

La liste des figures

1- Introduction.....	1
2- Problématique.....	3
3- Objectifs de la recherche.....	3
4- Hypothèses.....	3
5- Importance de la recherche.....	4
6- Mots clefs.....	4
7- Etudes similaires.....	5

Partie Théorique : Revue de Littérature

Chapitre 1 : Le stress

1-Introduction.....	10
2- Définition du stress	11
3- Les types de stress	12
3-1 Le stress objectif	12
3-2 La Le stress névrotique (nerveux)	12
3-3 Le stress agité (libre).....	12
3-4 Le stress pathologique (de maladie)	12
3-5 Le stress d’hystérie.....	12
3-6 Le stress personnel et habituel (régulier)	12
4- Les symptômes du stress	13
4-1 Symptômes psychologiques	13
4-2 symptômes physiques	13
5- Composantes du stress.....	14
5-1 Composantes émotionnelles.....	14
5-2 Composantes de connaissance	14
5-3 Composante physiologique.....	14

6- La notion de concurrence.....	14
7- Les caractéristiques psychologiques de bigoterie (intolérance)	14
8- Définition du stress dans les compétitions sportives.....	15
9- Causes du stress en compétition.....	16
9-1-Influence des spectateurs	18
9-2- Les défaites financières de l'équipe.....	18
9-3-État émotionnel inapproprié pendant les matchs.....	18
9-4- Peur de la défaite.....	18
9-5- Peur d'un concurrent.....	19
9-6 Peur de responsabilité.....	19
10- Méthodes d'orientation pour traiter le stress dans les compétitions sportives	19
11- Conclusion.....	20

Chapitre 2 : Approches théorique de la prise de décision

1- Introduction.....	20
2- Approches théorique de la prise de décision.....	21
2-1 La théorie de : Jean-François Gréhaigne, Paul Godbout & Daniel Bouthier (2001).....	21
2-2 La théorie de : Joseph Baker , Jeane Cote & Bruce Abernethy (2003).....	21
2-3 La théorie de : Minna Blomqvist, Tomi Vääntinen & Pekka Luhtanen (200.....	22
2-4 La théorie de : AC Macquet (2009).....	22
 Conclusion	
3- : Le processus de prise de décision	
3-1 - Introduction.....	23
3-2 -Le concept de la prise de décision.....	23
3-3 Caractéristiques du processus de la prise de décision.....	24
3-4- Les caractéristiques individuelles indispensables pour la prise de décision efficiente	26
3.4.1-L'expérience.....	26
3.4.2 -L'aptitude à évaluer les informations correctement.....	26
3.4.3- La créativité.....	27
3-5 -Conclusion.....	27

Partie Pratique

Chapitre 1 : Moyens et Méthodologie de la recherche

1- Procédé de la recherche.....	29
2- La population.....	29
3- L'échantillonnage.....	29
4- L'homogénéité de l'échantillon.....	29
5- Domaine de la recherche.....	30
5-1- Domaine humain.....	30
5-2 -Domaine temporelle.....	30
5-3 -Domaine spatial.....	30
6- Variables de la recherche.....	30
6-1 -Variable indépendante.....	30
6-2 -Variable dépendante.....	30
7- Les outils de la recherche.....	31
7-1- Analyse bibliographique et documentaire.....	31
7-2- Le questionnaire.....	32
7-2-1 Structure de notre questionnaire.....	32
8- L'étude statistique.....	32
9- Difficultés de la recherche.....	33

Chapitre 2:Analyse et Discussion des Résultats

1- Les résultats du questionnaire.....	34
2- Les résultats de la première question.....	34
3- Les résultats de la deuxième question.....	35
4- Les résultats de la troisième question	41
5- Les résultats de la quatrième question.....	46
6- Conclusions.....	47
7- Discussion des hypothèses.....	48
8- Conclusion générale.....	50
9-Recommandations	51
10- Bibliographique.....	52

La liste des tableaux :

N°	Titres des Tableaux	Page
01	Les études similaires	5 /6/7
02	Nombres d'entraîneurs par équipe	32
03	test d'égalité des variances	32
04	La Comparaison entre les moyennes calculées des réponses des entraîneurs et la moyenne arithmétique idéale	36
05	critères n° 1 (b.1)	37
06	critères n°2 (b.2)	37
07	critères n°3 (b.3)	38
08	critères n°4 (b.4)	38
09	critères n°5 (b.5)	38
10	critères n°6 (b.6)	38
11	critères n°7 (b.7)	39
12	critères n°1 (c.1)	43
13	critères n°2 (c.2)	43
14	critères n°3 (c.3)	43
15	critères n°4 (c.4)	44
16	critères n°5 (c.5)	44
17	critères n°6 (c.6)	44
18	critères n°7 (c.7)	44
19	Le pourcentage de correspondance des réponses des entraîneurs avec la bonne réponse.	49

La liste des figures :

N°	Titre des figures	Page
1	Figure N°1 (b.1)	39
2	Figure N°2 (b.2)	40
3	Figure N°3 (b.3)	40
4	Figure N°4 (b.4)	41
5	Figure N°5 (b.5)	41
6	Figure N°6 (b.6)	42
7	Figure N°7 (b.7)	42
8	Figure N°8 (c.1)	45
9	Figure N°9 (c.2)	45
10	Figure N°10 (c.3)	46
11	Figure N°11 (c.4)	46
12	Figure N°12 (c.5)	47
13	Figure N°13 (c.6)	47
14	Figure N°14 (c.7)	48

1-Introduction générale :

Dans la vie quotidienne, il n'est pas facile de prendre instantanément ou du moins très rapidement la décision réfléchie qui s'impose pour mener à terme les choix les plus pertinents. En effet, « la prise de décision est un processus cognitif complexe, différent de la réaction instinctive et immédiate, visant à la sélection d'un type d'action parmi différentes alternatives. Ce processus est théoriquement basé sur des critères de choix et sur une analyse des enjeux et des options et conduit à un choix final. Le résultat peut être une action ou une opinion d'un choix » (Van Hoorebeke D, 2008).

Même dans le sport où la prise de décision est motrice, cela le rend particulièrement difficile pour les entraîneurs parce qu'ils sont responsables des décisions qui peuvent souvent être utiles et avoir de bons ou de mauvais résultats pour l'équipe. C'est ce que nous percevons le plus souvent dans les sports collectifs tels que le football.

L'examen de la littérature sur la prise de décision en sport permet de relever deux points de vue épistémologiques distincts et complémentaires. Le premier, qualifié de « cognitif » considère la décision comme un processus de traitement de l'information, reposant sur la mobilisation de bases de connaissances pour mieux identifier et interpréter les indices pertinents dans l'environnement (Schmidt & Lee, 2005). Le second que nous qualifierons de « naturaliste » considère la décision comme un processus d'adaptation à la situation courante (Ross et al., 2006).

Les études sur la prise de décision ont majoritairement adoptées une épistémologie cognitive et ont distinguées les processus cognitifs et/ou perceptifs de l'expertise (Tenenbaum & Bar-Eli, 1993). En sports collectifs, la majorité des études portent alors sur les processus utilisés par un seul joueur confronté à des tâches de prise de décision réalisées dans un contexte expérimental.

Les approches naturalistes constituent une alternative dont le but est de prendre en compte la complexité du contexte des sports collectifs, en incluant notamment sa dimension interindividuelle. L'objet d'étude est alors élargit à la notion « d'activité » (Bedny et al. 2001). La décision en sports collectifs est alors définie comme une activité de reconnaissance de situation typique, réalisée sous influences (partenaires et adversaires).

Les chercheurs étudient l'activité en « situation naturelle » pour mettre à jour des effets du contexte. L'étude de la prise de décision sera donc particulièrement dépendante du point de vue théorique adopté, et plus particulièrement de la place accordée au contexte dans l'étude et la compréhension de ce phénomène.

L'intérêt des psychologues du sport, des chercheurs, des entraîneurs et des athlètes dans le domaine de l'entraînement a augmenté avec la préparation psychologique et s'est notamment accru en raison de son importance dans l'amélioration du niveau de performance physique et d'habileté pendant les phases d'entraînement, ainsi que son importance juste avant les compétitions sportives.

En effet, certains peuvent penser que le sujet de la préparation psychologique est l'un des sujets modernes qui a suscité des scientifiques dans le domaine de la psychologie du sport, mais la réalité confirme que l'intérêt pour cette dernière était à l'avance, néanmoins son utilisation s'est largement répandue au début des années 70 après avoir été scientifiquement vérifiée de son efficacité à atteindre l'excellence dans le sport,

mais à ce jour, il n'a pas été pleinement mis en œuvre dans le domaine du sport. C'est ce qui nous a incité à essayer de rechercher la nature du stress et sa relation avec la prise de décision chez les entraîneurs en sélectionnant une catégorie d'entraîneurs de football comme échantillon de notre recherche.

Dans cette modeste étude, nous avons choisi d'aborder cette question plus particulièrement en football parce que d'une part, c'est un des sports les plus populaires au monde et que d'autre part, le processus décisionnel et du stress sont à chaque instant importants pour la performance sportive individuelle et collective.

Notre mémoire se compose d'une partie théorique et d'une partie pratique

La revue de littérature explore deux chapitres :

Le premier chapitre : le stress et **le second chapitre :** Les approches de la prise de décision.

Pour la partie pratique, celle-ci contient deux chapitres :

Le premier chapitre : Moyens et Méthodologie de la recherche et

Le second chapitre : Analyse et Discussion des Résultats.

2. Problématique

Le football est de loin le sport le plus populaire au monde à l'heure actuelle. Les règles sont simples à comprendre. Le football permet à un athlète de faire l'étalage de nombreuses qualités qui peuvent varier du tout au tout. Observer les joueurs doués techniquement est un vrai régal pour les yeux, pas seulement des athlètes, mais aussi les entraîneurs du football qui sont en réalité au centre du jeu et qui peuvent faire ou pas de leur équipe la meilleure. (cnrtl centre national de ressources textuelles et lexicales 2011, Le football)

Mais comme cela se remarque dans tous les sports, en football aussi il y a des problèmes Tactiques, techniques, de gestion et cognitive tels que "la prise de décision" ainsi que psychologique tels que le « stress », particulièrement chez les entraîneurs.

Parce que les entraîneurs prennent les décisions les plus influentes sur l'équipe, ils sont plus au centre De l'activité sportive que l'athlète lui-même. Ce qui m'a amené à poser les questions suivantes :

1. Comment le stress chez les entraîneurs affecte-t-il le processus de la prise de décision ?
2. Quels sont les types de stress qui influencent la prise de décision de l'entraîneur ?
3. L'expérience de l'entraîneur influence t-elle son stress et sa prise de décision ?

3. Objectifs de la recherche :

A l'ombre des questions qui ont suscités notre réflexion, je me suis fixé les objectifs suivants :

1. Montrer la perception de l'impact du stress sur les entraîneurs lors de la prise de décision.
2. Aider l'entraîneur à maîtriser le stress avant et pendant le match
3. Permettre à l'entraîneur d'identifier clairement les objectifs de l'équipe et les atteindre de manière professionnelle.
4. Aider l'entraîneur à prendre des décisions efficientes et efficaces.
5. Promouvoir le rôle de la prise de décision sur la performance sportive de l'équipe.

4. Hypothèses

Les hypothèses de départ formulées à cet effet sont les suivantes :

1. Le stress chez les entraîneurs affecte positivement leur processus de prise de décision.
2. Les types de stress influencent la prise de décision de l'entraîneur à des degrés variés.
3. L'expérience de l'entraîneur influe positivement son stress et sa prise de décision.

5. Importance de la recherche :

L'importance de cette recherche est de faire de l'entraînement à la prise de décision un facteur clé dans l'entraînement moderne et la formation des entraîneurs dans ce domaine. Nous voulons montrer l'importance des processus mentaux (tels que la prise de décision) et psychologiques (tels que le stress) en football pour les entraîneurs et les joueurs et leurs incidences directes sur la performance sportive.

Par ailleurs, de plus en plus de programmes de formation sont mis en place pour canaliser le stress des entraîneurs tout en développant le processus de prise de décision.

6. Définition des Concepts clés : Prise de décision – Stress - Entraînement sportif - Football.

1. **La prise de décision** : « C'est la capacité de faire des choix satisfaisants qui tiennent compte de nos besoins et de la réalité, un défi qui n'est pas toujours simple à relever. Elle concerne l'étape ultime d'une série de processus cognitifs et consiste à opérer un choix entre diverses alternatives possibles ». (Guillaume HARENT 2007).
2. **Le stress** : Le stress désigne une réaction d'adaptation à une perturbation de l'équilibre mental et du bien-être. Lors d'un stress, le corps tente de monopoliser toutes ses facultés pour dominer la situation ou, à l'inverse, la fuir. Un stress est différent d'une personne à l'autre. Selon la personne, le stress est vécu et combattu de manière différente. La réaction de stress est variable selon la tolérance du sujet. Lorsque la réaction au stress est de courte durée, adaptée à la situation, et responsable d'un comportement cohérent, il s'agit d'une réaction normale. Mais quelquefois, cet état de stress peut devenir anormal lorsque sa durée est prolongée, son intensité importante, ou lorsqu'il survient dans des situations bénignes. Le stress peut avoir des répercussions sur la santé (maladie cardiaque...) et des conséquences psychologiques (dépression...), sociales, familiales et professionnelles. L'état de stress

et l'anxiété sont généralement liés. Le stress peut amener une anxiété et les personnes anxieuses risquent de développer un stress. » (Bulletin de psychologie 2005 pages 69 à 72)

3. **Entraînement sportif** : « L'entraînement sportif est une opération spécifique de l'éducation sportive générale programmée afin d'arriver à rendre l'individu au niveau le plus élevé dans un type d'activité choisi comme il participe dans une grande mesure à préparer l'individu à travailler et à produire et à défendre la nation » (Mohammed Hassan Alaoui 1994 p 35,36 – Martin 1977). « L'entraînement sportif se comprend à partir d'un contenu qui est la préparation physique, technique, de planification, intellectuel, de sentiment, et psychologique du sportif sur la base d'exercices physiques déterminés à l'avance. Cette idée nous permet de bénéficier à chaque fois de la possibilité de développement et d'amélioration constante. Il en est de même pour l'entraînement en sport scolaire et de traitement ainsi que des améliorations structurelles et progressives dans la capacité de performance » (Aspects fondamentaux de l'entraînement de Matveiev L.P 1983).
4. **Le football** : Sport opposant deux équipes de onze joueurs dont chacune s'efforce d'envoyer un ballon de forme sphérique à l'intérieur du but adverse en le frappant et le dirigeant principalement du pied

Les articles	L'auteur et la date	Le thème	Les outils de recherche	Les résultats
<p align="center">Article n° 1</p>	<p>- Martin ROY, Ph.D. Jean-Pierre. - BRUNELLE, Ph.D. Gino PERREAULT, B.Sc. Jean-François. - DESBIENS, Ph.D. Carlo. - SPALLANZANI, Ph.D. Sylvain TURCOTTE, M.Sc.</p> <p align="center">2006/2</p>	<p>* Démarche systématique afin de fournir aux sportifs des moyens de qualité pour développer leur potentiel dans un environnement propice à la réalisation de leurs objectifs.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - modeling vidéo - la présentation de l'information complexe dès le début - l'entraînement variable qui implique des variations au niveau des paramètres d'une même habileté, ou d'un programme moteur - l'entraînement aléatoire - le feedback vidéo - zone de feedback hors limites - le questionnement 	<p>- Les outils utilisés ont donné des résultats positifs ; la prise de décisions a été développée pour les joueurs ; l'entraînement à la prise de décisions a donné un meilleur taux de réussite à court terme.</p>
<p align="center">Article n° 2</p>	<p align="center">- <u>Christine Le Scanff</u></p> <p align="center">Janvier 2005</p>	<p>* Les différentes formes de stress et leur influence sur la performance sportive</p>	<p>- un questionnaire</p>	<p>- Pour comprendre comment le stress influence la performance du sportif, les différentes définitions du stress et les champs scientifiques dont elles dépendent sont précisés. À l'origine du concept, le stress biologique est abordé en premier. Ce domaine ne permet cependant pas de rendre compte des facteurs de stress, ni de la variabilité interindividuelle. Le stress psychologique permet une meilleure compréhension de la subjectivité du sujet et de ses capacités de</p>

				faire face, mais néglige les aspects organisationnels. Le stress professionnel permet de mieux comprendre ce dernier aspect. Chacun de ces domaines autorise une compréhension plus complète de la réalité vécue par l'athlète et nécessite une approche particulière de la gestion du stress.
Article n°3	- <u>Perniaux Alexandre.</u> <u>Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation</u> 2019	* stress-burnout à la lumière des profils motivationnels chez les entraîneurs belges de football. .	- un questionnaire en ligne.	La question de recherche obtient sa réponse dans le sens où cette étude démontre les effets préventifs de la motivation intrinsèque et les effets négatifs de la motivation sur le burnout. Ce mémoire encourage dès lors les organisations et les clubs à favoriser la mise en place d'un climat autonome dans leur gestion quotidienne afin de prévenir au mieux l'augmentation du stress et du burnout dans la population des entraîneurs de football. .
Article n°4		* Les facteurs	- entrevues individuelles	- Il a ainsi été possible d'identifier neuf attributs psychologiques prédominants provenant des discours de chacune des parties. Plus précisément, ces neuf facteurs

	<p><u>Boisvert, Mylène</u></p> <p>2012/10/11</p>	<p>psychologiques de performance au hockey selon les gardiens de but et leurs entraîneurs</p>	<p>semi-dirigées menées auprès de sept gardiens de but et huit entraîneurs des gardiens de but issus de la Ligue de hockey junior majeur du Québec (LHJMQ)</p>	<p>psychologiques reliés à l'atteinte d'une performance athlétique hors pair seraient les traits de personnalité, la résilience, le niveau de confiance, la passion, l'état d'esprit optimal, l'éthique au quotidien, un niveau de concentration optimal, la relativisation des événements et le contrôle des émotions. De manière générale, nos résultats vont dans le même sens que les conclusions tirées des autres études sur les différents aspects mentaux des athlètes de niveau élite</p>
<p>Article n°5</p>	<p>_ Cyril Bossard. _ Gilles Kermarrec. _ Camille De Koekelare. _ Denis Pasco. _ Jacques Tisseau.</p> <p>Avril 2011</p>	<p>* Analyser l'activité décisionnelle de joueurs de football en situation d'entraînement pour développer un modèle de joueur virtuel.</p>	<p>(a) la retranscription des données. (b) la sélection et l'identification des unités significatives. (c) le découpage du déroulement de l'activité en situations vécues. (d) l'identification des situations et des schémas. (e) la modélisation de la dynamique de l'activité décisionnelle. (f) la validité de l'analyse.</p>	<p>- Les résultats ont permis d'identifier 16 schémas caractéristiques de l'activité décisionnelle des joueurs de football en situation de contraintes temporelles. - Ces schémas constituent des structures d'arrière-plans articulant des composantes perceptives et cognitives, et qui facilitent la reconnaissance rapide de situations pendant la contre-attaque.</p>

7.1 Résumé des études similaires

Les études similaires précédemment citées nous ont permis de renforcer notre approche sur le thème abordé dans le présent travail grâce aux divers approfondissements apportés par les chercheurs dans les cinq articles que nous avons présentés.

Ils nous ont confirmé que le phénomène de prise de décision est le plus fréquent dans le monde du sport moderne que ce soit dans les sports collectifs ou les sports individuels et cela tant pour les entraîneurs que pour les joueurs. C'est l'adoption d'une bonne prise de décision qui développe le niveau de l'individu et de l'équipe pour atteindre un niveau supérieur et réaliser des performances.

Concernant la convergence de notre présent travail avec les différents articles ci-dessus présentés, nous citerons d'abord : les outils de recherche : le questionnaire comme technique abordée dans le 1^{er} article, le 2 et le 3eme. Les divergences entre notre approche et les approches des articles, ces derniers n'ont pas abordés le phénomène de la prise de décision de manière particulière pour les entraîneurs mais l'ont abordé pour les joueurs. Les moyens employés dans ces articles sont des programmes virtuels comme outils de recherche (exemples : Modeling vidéo et l'analyse).

A partir de cela, nous déduisons que le phénomène de la prise de décision et sa relation avec le stress est en constante évolution et il est possible qu'il devienne une science propre en elle-même dans le domaine de la psychologie sportive. Toutefois, on observe un manque de données scientifiques en ce qui a trait à la psychologie du sport chez les entraîneurs de football. Cette étude constitue donc un premier pas dans l'identification des processus mentaux et psychologiques influençant la performance des entraîneurs.

Il est souhaitable que les chercheurs s'y consacrent plus encore, particulièrement, sur le thème que nous abordons, cela, dans le sens du développement des outils de recherche qui le concernent.

Partie Théorique

Chapitre 1 : Le stress

1. Introduction :

Dans le domaine du sport l'entraîneur se trouve confronté en général à un grand nombre de situations en liaison directe et étroite avec le stress et particulièrement dans les compétitions sportives et ce qui s'y rapporte comme attitudes et événements et de stimulations pouvant avoir des effets de façon claire et nette sur le comportement de l'entraîneur en général et au le niveau de ses capacités et ses compétences ainsi que ses relations avec les autres. Et parmi les cadres théoriques qui se sont intéressés au stress on trouve " Cattell " en 1966 qui est considéré comme le premier à avoir souligné qu'il existe deux types de stress se manifestant comme état et comme indice. Mais c'est "Sil berger" qui s'est intéressé à l'élaboration des deux types de stress et de jeter les bases théoriques de leur distinction. De ce point de vue, on considère que le déclenchement du stress se produit dans les situations perçues par l'individu et évaluées comme menaçantes et de ce fait, la durabilité de l'état de réponse et celle de stress associé sont liées à la persistance de l'individu de façon continue dans son évaluation de la situation de menace.

Les individus marqués par un fort stress sont des sujets qui considèrent les situations comme menaçantes comportant l'échec et la faiblesse, comparativement aux individus pour lesquels l'indice de stress est bas.

Ainsi la concentration sur une plus grande attention est considérée comme un indice psychologique important chez les entraîneurs. Cet indice est la base de la réussite tant dans l'apprentissage que dans l'entraînement et la compétition sous ses diverses formes. La dispersion dans la concentration ou du moins le manque de concentration marque profondément et négativement la performance du fait que beaucoup d'entraîneurs considèrent que la cause du déclin du niveau de leur performance est liée au manque de concentration.

De cette façon la préparation psychologique des entraîneurs dans le domaine du football est considérée comme une opération éducationnelle et pédagogique fondamentale visant à mener l'entraîneur à une préparation exemplaire, modèle, pour la compétition sportive. Et parmi les démarches permettant de faire face au stress de compétition et d'organisation de l'énergie et d'entraînement de nombreuses performances psychologiques, l'entraînement de relaxation, la représentation mentale et la maîtrise de concentration de l'attention et que peuvent engendrer les opérations d'entraînement mentales des entraîneurs.

Oussama Kamel Rateb a indiqué en 1995 que l'entraînement mental occupe une grande place dans le domaine sportif. Son importance est plus significative afin de rendre l'efficacité sportive moins exposée à la consultation et permettra plus de maîtrise face à la spontanéité, à se confronter aux situations difficiles, à agir avec calme et retardera les signes de fatigue.

2. Définition du stress :

Les psychologues se sont dispersés dans la définition du stress. Leurs explications se sont multipliées et leurs points de vue ont divergé quant aux moyens employés pour s'en débarrasser. Mais malgré leurs différences, ils se sont entendus sur le fait que le stress est le point de départ des maladies psychiques et mentales (Abd El Dhaher 1994 p 271)

D.Oussama Rateb l'a défini ainsi : « Le stress est le sentiment permanent de la peur et la nervosité. Il se manifeste parfois comme le stress que manifestent les étudiants avant l'examen. Mais parfois le stress durcit et influence l'activité de l'individu et où l'on ne sait pas sa cause directe. » (D. Rateb 2004 p18).

Selon Taimoor le stress est "une irritation psychologique et physique et dans le même temps il est caractérisé par une peur du danger et un sentiment de " mal à l'aise " et d'une nervosité imminente (Essayid Abderrahman 1986 p442).

Dans la définition de Richard Swin 1979 il est possible de définir le stress comme : "une situation de réaction malheureuse créée par l'existence d'un danger et il est possible de considérer le stress comme étant dû au déséquilibre des sentiments personnels et la crainte, et de cette façon le stress est le signe ou l'indice de la présence d'un danger existant."

Nezzar Taleb à définit le stress comme étant un état émotionnel en cas d'absence de pâleur du visage et dans cette situation le stress est négatif externe." (Nezzar – Lewiss 1993 p209)

3. Les types de stress :

Le savant psychologue Sigmund Freud subdivise le stress en deux types : le stress objectif et le stress névrotique (nerveux) et d'autres scientifiques y ajoutent le stress personnel habituel (normal).

3.1 Le stress objectif :

Pour Freud, le stress objectif est une réaction à un stress externe connu et le danger dans ce type réside dans le milieu extérieur et l'on peut le nommer stress habituel ou vrai, véritable (Allaoui 1992 p178).

3.2 Le stress névrotique (nerveux) :

C'est une peur mystérieuse que l'individu ne peut pas ressentir ou en connaître les causes du fait qu'il se manifeste comme une réaction externe sur le plan de l'instinct et qui rejoint (Abdel Aziz 2005 p 49)

3.3 - Le stress agité (libre) :

C'est celui qui se rapporte aux pensées extérieures et attend de mauvais résultats.

3.4 - Le stress pathologique (de maladie) :

De connaissances anormales ou extrêmes" et ces craintes ou préoccupations sont inexplicables et injustifiables.

3.5 Le stress d'hystérie :

Ce type est clair dans certains cas accompagné parfois par des symptômes tels que des évanouissements et des difficultés à respirer. Dans ce genre de stress Hassan Alaoui y voit " une appréhension" accompagnant certaines valeurs d'appréhension auxquelles s'accroche l'individu et qu'il considère essentielles pour son existence.

Comme il voit que la réponse de stress est normale ou acceptable, et l'onde de risque y est proportionnelle, mais si elle n'est pas appropriée avec le risque objectif, elle est prise en compte au nombre des bénéfices de stress névrotique (Alaoui, 1992p. 279).

3.6- Le stress personnel et habituel (régulier) : C'est un stress interne tel la peur de l'individu à se réprimander ou s'il a fait une erreur et a l'intention de faire une erreur (Abd Edhahir, 1994, p. 391).

4. Les symptômes du stress :

Il existe deux types de symptômes de stress psychologique et physique.

4. 1- Symptômes psychologiques :

Les symptômes psychologiques du stress sont concentrés dans l'incapacité à prendre facilement la décision et la difficulté de mémorisation et un bon nombre d'études sont arrivées à ce que la capacité de se concentrer pour l'accomplissement d'un devoir déterminé demande un état psychologique normal. L'état de détresse produit peu d'efficacité dans la performance d'accomplissement en général et les symptômes psychologiques du stressé apparaissent sous de nombreuses formes, y compris les pensées d'intimidation, ce qui signifie des mots ou des idées répétés qui ne sont pas souhaitables et qui se présentent psychologiquement à l'esprit avec empressement, et dont l'élimination est difficile et il s'agit généralement de pensées d'un résultat agressif ou liées à des motivations difficiles à maîtriser, telles que le sentiment d'une personne qui sent qu'il va nuire à ses enfants. Ce comportement ne correspond pas au comportement habituel de la personne on les appelle ainsi enfants compulsifs (Al-Qamish, Al -Maatiyah, 2007, p. 263)

4. 2- symptômes physiques :

Les divers symptômes physiques résultent de l'évolution des organes viscéraux dans le corps et en relation avec les centres de sensibilité dans le système nerveux.

Cela entraîne des perturbations au niveau du système digestif, des difficultés à avaler, une mauvaise digestion et parfois des nausées et des vomissements, des diarrhées, la perte d'appétit, la déshydratation et des troubles au niveau du système circulatoire tels que battements cardiaques rapides, palpitations et sensation d'irrégularité dans les battements cardiaques, l'hypertension artérielle, pâleur faciale et troubles du système nerveux, tels que sensation de maux de tête, la nervosité excessive, tremblements, insomnie, incapacité à dormir et troubles respiratoires tels que troubles respiratoires, des épisodes d'appétit et un malaise dans la poitrine et l'incapacité à inhaler l'air et des perturbations sur le niveau de l'appareil digestif et d'autres

déséquilibres tels que douleur au niveau des jambes et des bras, sensation de lourdeur, fatigue, faiblesse générale et manque d'énergie vitale (Mufti ,2000 , pages 103-104).

5 Composantes du stress :

5.1 Composantes émotionnelles:

Il s'agit notamment de sentiments tels que la peur, la panique ,le stress et l'auto-terreur.

5.2 Composantes de connaissance :

Se manifestent dans les effets négatifs de ces sensations avec bonne impression de la situation, l'attention, la concentration, le souvenir et la réflexion objective. Et la résolution du problème réside dans le dépassement de l'inquiétude et la méfiance dans la capacité à bien se performer et à se sentir puissant en pensant aux conséquences de l'échec, pour éviter l'inefficacité et de la déception d'une perte d'appréciation .

5.3 Composante physiologique:

Se manifeste dans un état actif du système nerveux récepteur, entraînant inévitablement des divers changements physiologiques , une augmentation des impulsions dont une augmentation des battements cardiaques , la respiration rapide, la sueur, l'hypertension et constriction des vaisseaux sanguins, comme les chercheurs l'ont expliqué.

Néanmoins l'anxiété peut être distinguée clairement par rapport aux autres émotions par la présence d'accompagnements physiologiques (Alaoui ,1992p. 278).

6. La notion de concurrence:

La compétition sportive est un stand de compétition individuelle ou de groupe soumis à des règles qui définissent le comportement. Cette situation demande que l'athlète s'occupe de tout ce qu'il possède comme capacités physiques, mentales et émotionnelles afin de soutenir sa possession de ces capacités et de les distinguer de celles dont disposent ceux qu'il affronte (Fawzi, 2003, p)

7. Les caractéristiques psychologiques de bigoterie (intolérance) :

Malgré toutes les caractéristiques positives des compétitions sportives, il existe des caractéristiques négatives qui distinguent les compétitions sportives. L'on en citera :

* Les manifestations sportives inconscientes ou irresponsables sont marquées par l'intolérance, la bigoterie qui est une tendance d'adversité agressive sans preuves logiques. Cette situation privilégie la domination de la spontanéité sur la réflexion intelligente, émotivité qui influe sur le niveau de performance ce qui se manifeste par un manque de rigueur, la précipitation et la tendance à tourner sur soi-même.

* Les compétitions sans pédagogie peuvent conduire à utiliser des méthodes et des mesures qui sont sportivement ou socialement inacceptables ,comme la consommation de pilules ou médicaments stimulants motivés par le contournement de la règle du jeu incompatible avec la pratique sportive.

* Les compétitions non dirigées pédagogiquement et en inégaux partenaires conduisent à la violence entraînant des troubles à forte charge émotionnelle et à des atteintes psychologiques.

En général, la compétition inconsciente mène souvent à l'extrémisme dans le travail physique pendant l'entraînement et aussi dans les compétitions ce qui limite la santé physique et psychologique des joueurs (Fawzi, 2003, p. 211).

L'échec en compétition non pédagogique a un impact très négatif sur la vie de l'athlète en raison de la corrélation de la compétition dans ce cas et des objectifs extrêmes difficiles à éviter.

La compétition sportive a également certains aspects négatifs, qui se caractérisent par une violence excessive, une agression et des troubles émotionnels négatifs

Pour les concurrents ,ou lorsqu'il y a une différence entre les concurrents, ,cela rend la victoire ou le succès limité à une équipe spécifique ou lorsque la compétition sportive se transforme en une lutte pour l'accès (Allaoui H, 2003, p)

8. Définition du stress dans les compétitions sportives :

C'est l'une des émotions les plus importantes et en la considérant sur cette base c'est l'un des phénomènes psychologiques les plus importants qui affectent la performance et que cet effet soit d'être positif et poussera les athlètes à faire plus ou à entraver leur performances (Dr Ratib ,2000 ,01 p. 15).

Le stress dans la compétition sportive est défini comme " un état émotionnel désagréable par rapport aux indicateurs résultant de la peur ou de l'anticipation du danger ".

Et le stress à travers cette définition "est l'étape de la consultation dans laquelle l'individu se prépare à se défendre et à la préserver ce qui signifie dans ce cas la stimulation physiologique et technique qui conduit à la production de l'énergie cinétique ou intellectuelle potentielle de l'individu recherchée en son sein pour se défendre, ou préventive d'un danger (Fawzi, 2003, p. 243).

Le stress diffère de l'excitation dans le fait qu'il induit un degré d'activation émotionnelle désagréable. Le terme stress est donc utilisé dans la description d'un complexe de sévérité du comportement et de direction d'irritabilité décrit dans le stress négatif car il décrit des sensations subjectives désagréables (Dr Ratib 01,2000)

Le stress est connu également comme " une réponse aux peurs, conflits et préoccupations qui résultent de la frustration réelle ou attendue des efforts consentis, afin de satisfaire les besoins et de ce qui leur est rattaché comme stimulants ou motivations et des incitations et si le cas n'a pas amélioré le stress qui est un état psychologique caractérisé par la tension, la peur et l'inquiétude et que pour certaines choses, et parfois plus importantes et ambiguës , et ainsi le stress est sentiment quelle que soit la peur ou l'insatisfaction ou l'impression de situation d'étroitesse qu'il comporte" (Dr Ratib, 1990, p. 157).

Le stress est une réaction composite de tension interne et le sentiment de la peur et l'attente du risque, il est expérience chargée d'émotion désagréable perçue par la personne comme quelque chose émise de l'intérieur.

Dans le domaine sportif l'entraîneur et le joueur font face à plusieurs situations et événements liés étroitement et directement à des stimuli ce qui peut avoir des répercussions claires sur le comportement du joueur et de l'entraîneur sportif et sur le plan de leurs capacités et leurs performances ainsi que sur le plan de leurs relations avec les autres.(Allaoui .M 2002 p379)

9. Causes du stress en compétition :

Absence du rôle joué par l'entraîneur dans l'opération de conseil :

Il existe de nombreux avis qui ont porté sur le rôle de l'entraîneur sportif quant à l'équipe et il est logique que la relation entraîneur joueur demande des efforts de la part de chacun d'eux. Néanmoins dans la réalité et en général, la responsabilité de la réussite dans la relation entraîneur joueur tombe sur les bras de l'entraîneur ainsi que sur sa position. Sur cette base se clarifie le rôle de l'entraîneur comme suit :

- La construction claire des rôles et responsabilités de tous les membres de l'équipe dans la mesure où l'entraîneur doit connaître les possibilités des joueurs ainsi que de leurs diverses capacités physiques, de performance, tactiques, psychologiques pour qu'il puisse délimiter le rôle et les responsabilités de chacun d'eux.
- Savoir déterminer l'adaptation et le retour en compétition des joueurs blessés.
- Savoir remarquer l'état des joueurs et délimitation de ceux qui demandent d'être aidés et soutenus socialement pour leur permettre de venir à bout de leurs craintes.
- Entraînement des jours dans des situations de compétition similaires à celles de celle réelle pour leur permettre de faire face aux pressions de la compétition réelle et l'on citera un exemple de ce type : permettre aux joueurs de s'habituer à jouer dans des situations de présence de nombreux spectateurs (public) pour les habituer à vaincre leurs craintes et sans peur/
- De même faire participer les joueurs à mener des compétitions expérimentales avec des équipes externes et dans des conditions climatiques difficiles comme pendant la pluie, la chaleur élevée ou pendant le froid, etc.
- Doter les joueurs d'une perspicacité de mener le jeu dans des conditions de pression psychologique liées à la compétition. Ce qui peut les aider à l'adaptation aux conditions attendues en compétition.
- L'entraîneur doit employer diverses méthodes de soutien moral envers les joueurs parce que chaque joueur possède son individualité qui le différencie des autres. Ce qui impose de ne pas suivre le même style de conseil avec tous les joueurs.

- La collaboration totale avec le psychologue sportif. L'entraîneur doit savoir que celui-ci n'est pas un concurrent mais un facteur d'aide pour le soutenir permettant de faciliter aux jours le dépassement de leurs difficultés et problèmes et l'amélioration de leurs prestations sportives.
- Porter une plus grande attention pour mieux connaître les pré requis des émotions et de comportement et les réactions ainsi que les problèmes qu'ils vivent (2002 p 148, 149).

9.1 Influence des spectateurs :

Le soutien des spectateurs (du public) influence les joueurs et l'entraîneur du fait que les diverses réactions et émotions des joueurs et de l'entraîneur varient selon l'ampleur de ces causes et de ces variables. Le joueur qui voit des dizaines ou des centaines de spectateurs est différent du joueur qui voit des dizaines de milliers de spectateurs et l'entraîneur qui est en face de ses supporters est différent de celui qui se trouve confronté aux supporters de l'adversaire et il en est de même pour l'entraîneur ou le joueur qui se trouve face à un public fanatique et qui l'injurie ou devant un public contre lui ou face à un public qui a un esprit sportif dans sa façon de supporter ou un style inacceptable sportivement. (Fawzi 2003 P 233).

9.2 Les défaites financières de l'équipe:

Ce cas inapproprié, peut apparaître par le nombre d'entretiens infructueux, et après le nombre de défaites financières, et le manque d'atteinte de petits succès. La confiance en soi commence à perdurer et la volonté pour gagner s'évapore, et donc les joueurs et les entraîneurs qui possèdent ce sentiment négatif entrent dans une situation appelée de désintégration ou préparation psychologique à la défaite, et il apparaît devant eux que cet objectif ou cette victoire est impossible, malgré leur volonté de le faire (Allawi H, 2003, p. 233)

9.3 État émotionnel inapproprié pendant les matchs:

Cette situation se produit lorsqu'un ensemble de buts est marqué tôt ou avant la fin de la partie.

9.4 Peur de la défaite:

Cette situation peut survenir avant le début d'un match important ou crucial pour la plupart des joueurs et des entraîneurs lorsque leurs idées sont trop axées sur le résultat du match et la possibilité d'une défaite et ses conséquences. La base de cet état émotionnel inapproprié est due à la peur de la défaite.

9.5 Peur d'un concurrent:

Cette difficulté survient lorsque l'équipe reçoit plus d'informations sur l'adversaire, en particulier les aspects forts de celui-ci qui mènent directement le match, et au moment où les informations sur les aspects de sa vulnérabilité sont moindres et leur acquisition difficile ou limitée ainsi que la réflexion sur les moyens efficaces pour y faire face et les surmonter.

L'état de peur du concurrent peut également survenir lorsque l'équipe joue avec concurrent qui la met à un plus haut niveau ,avec de plus grandes performances, une plus grande tactique de jeu et cette situation conduit à la défaite psychologique en face de l'adversaire.

9.6 Peur de responsabilité:

Cette difficulté apparait chez certains joueurs et entraîneurs particulièrement lorsque lors d'événements importants l'attaque se renforce et se multiplient les tirs au but et apparait le fait de se débarrasser de la balle de peur de la responsabilité. Cette situation apparait aussi lorsque la préparation psychologique est mauvaise et les joueurs sont menés de manière illogique et quand l'information prépondérante repose sur la nécessité de gagner à tout prix et cela particulièrement au niveau des moyens d'information de masse (journaux, médias...)

Cela crée chez les joueurs et les entraîneurs ce sentiment profond de la responsabilité et sa crainte et plus importante est la peur du résultat du match . (Allawi H, 2003, pages 234-235)

10. Méthodes d'orientation pour traiter le stress dans les compétitions sportives :

La compétition nécessite la nécessité d'utilisé par l'athlète et l'entraîneur le maximum de ses capacités et de ses processus mentaux et physiques pour essayer de fournir le meilleur niveau possible.

Les directives les plus importantes pour traiter le stress de la compétition sont les suivantes:

10.1 Développement de compétences psychologiques.

10.2 Formation sur la confiance en soi.

10.3 Fixation des objectifs sportifs et essai de les atteindre par la persévérance.

10.4 Rappel des valeurs religieuses dont l'athlète a besoin, surtout avant la compétition, pour assurer la sécurité psychologique du joueur.

10.5 Orientation du groupe basée sur la discussion par les joueurs des problèmes associés au stress de la compétition sous forme de pyramide ou d'échelle du stress et la mise de chacun (exposition) en face des diverses, de multiples situations de compétition selon un scénario historique de façon à affaiblir le stress précédant la compétition sportive .

11. Conclusion :

Les évolutions dont le football a été témoin au cours des étapes de l'histoire, tant sur le terrain où il progresse que dans la manière de le pratiquer demandent que les responsables utilisent de nouveaux mécanismes. L'entraîneur lui-même est devenu obligé de suivre une formation nécessaire pour remplir le rôle qui lui est demandé dans les matchs, que ce soit en termes d'entraînement ou du côté psychologique. En particulier lorsque certains spécialistes et entraîneurs qui suivent le joueur en continu avant et après le match

continuent en plus la préparation psychologique du joueur, pour une performance acceptable sur le terrain et pour produire un résultat honorable du match.

Le joueur ainsi que l'entraîneur doivent avoir un bon degré d'alerte psychologique et faire face à différents facteurs et pressions psychologiques.

Chapitre 2: Approches théoriques de la prise de décision.

2. Introduction

Le sport est considéré comme un domaine fertile pour l'étude de la prise de décision selon certains auteurs de l'entraînement sportive moderne (Claude Jacques Metzler 2005, Francis Jordanne 1998, Douet 1998). Dans la mesure où la bonne performance dans toutes les situations n'est à considérer comme étant complète que sur la base d'une préparation exemplaire et idéale des moyens d'entraînement mis en œuvre. En effet, le processus de prise de décision est considéré comme l'un des plus importants processus afin d'optimiser les compétences des joueurs et d'améliorer leurs aptitudes.

En effet, il est admis que les opérations mentales tels que traiter, penser et analyser jouent un rôle important dans les activités du sportif et à sa disposition pour passer à l'application de telle ou telle démarche, afin d'évaluer et prendre la décision efficace et anticiper pour entreprendre le déroulement du jeu (Habbari 2003, Hammad 1998, Djebbari 2003 page 98).

Par ailleurs, la prise de décision exige la prédisposition à changer de comportement. Ce qui oblige de se concentrer sur la réflexion, l'analyse de la situation, la prise en compte des difficultés, les mesures à prendre activement et l'extrapolation dans le choix des actes, ainsi que des actions à engager pour améliorer et dépasser les lacunes enregistrées.

De plus , la prise de décision suppose l'aptitude à changer de comportement, son adaptation et le choix entre deux ou plusieurs alternatives après la réflexion et l'étude d'une attitude à prendre ou d'un problème à résoudre de telle ou telle façon d'une manière logique conformément aux impératifs de jeu variables pendant la compétition avec la rapidité de rétroaction des expériences en termes d'attitudes à adopter basées sur le vécu sportif individuel. Ainsi, c'est sur cette base que se clarifie l'importance de la rapidité de la prise décision en tenant compte des informations disponibles dans le milieu ambiant et des acquis antérieurs (Chaalane 1996).

Quant au domaine sportif, qui est considéré comme un domaine riche pour toutes ces hypothèses, le football, à l'instar des autres disciplines, est aussi considéré comme un grand jeu, du point de vue de sa popularité à travers ce qu'il comporte comme actes et mouvements à mettre en œuvre, comme situations de jeu complexes à mettre en place en se basant sur la compétence de la prise de décision intelligente dans diverses situations de jeu et demandant une base fondée de connaissances pendant le déroulement du jeu et à laquelle sont confrontés les joueurs et les entraîneurs pendant toute la compétition.

2.1 Approches théoriques de la prise de décision.

2.1.1 La théorie de : Jean-Francis Gréhaigne, Paul Godbout & Daniel Bouthier (2001)

Cette théorie est basée sur l'enseignement et l'apprentissage de la prise de décision dans les sports d'équipe. On dit que dans les sports d'équipe, en jouant bien signifie choisir la bonne voie d'action au bon moment et effectuer ce cours d'action efficace et cohérente tout au long du match.

La recherche sur la prise de décision dans le sport indique que bien que les experts prennent des décisions très précises basées sur des informations apparaissant plus tôt, ils ont tendance à avoir la vitesse, plutôt que la précision, l'avantage du contexte dans la prise de décision. À la lumière de la notion clé de configuration de jeu, des éléments qui sous-tendent la perception et l'interprétation et l'anticipation qui a suivi la prise de décision sont discutés.

Dans le cadre de paramètres enseignement-apprentissage, l'observation et la verbalisation sont présentées comme des stratégies clés pour susciter la réflexion critique et le développement des connaissances stratégiques et tactiques. Enfin, les auteurs présentent un modèle dynamique d'exploitation comportant des paramètres d'action.

2.1.2. La théorie de : Joseph Baker , Jeane Cote & Bruce Abernethy (2003)

Cette théorie est basée sur la pratique sportive spécifique et le développement de la prise de décision. Dans l'équipe d'experts "sports de salle", on dit que le rôle de la pratique spécifique au sport dans le développement de l'expertise de la prise de décision a été examiné dans les sports de hockey sur gazon, le netball et le basket-ball. Quinze décideurs experts et 13 athlètes non-experts expérimentés ont fourni des informations détaillées sur la quantité et le type de décisions spécifiques au sport et d'autres activités connexes de pratique qu'ils avaient entrepris tout au long de leur carrière. Les experts ont accumulé plus d'heures de pratique spécifique au sport dès l'âge de 12 ans.

A compter que pour les non-experts, les dépenses en moyenne concernaient environ les 13 ans et 4000 heures sur la pratique concentrée spécifique au sport avant d'atteindre la norme internationale. Une corrélation négative significative existait entre le nombre d'activités supplémentaires entreprises et les heures de formation spécifique au sport requis avant d'atteindre l'expertise.

2.1.3 La théorie de : Minna Blomqvist, Tomi Vääntinen & Pekka Luhtanen (2005)

Cette théorie est basée sur l'évaluation de la prise de décision des élèves du secondaire et la capacité "game-play" dans le football. On dit que l'évaluation de la prise de décision et la capacité de jeu et d'enquête sur la façon de la compréhension du jeu, évaluée par un test basé vidéo normalisé, correspond aux élèves du secondaire. Elle concerne la prise de décision et l'exécution des compétences de la capacité dans le jeu réel.

Les étudiants (N12), âgés de (14-15 ans) ont participé à un test de compréhension du jeu basé sur la vidéo et l'on a joué trois différents types de jeux (de trois contre trois) de football modifiés pendant dix minutes. Tous les matches ont été enregistrés sur vidéo et analysés à l'aide d'un instrument de codage mis au point pour l'examen des composantes de jeu de prise de décision et l'exécution des compétences. Les résultats ont révélés que les étudiants avaient déjà une conception de base des deux situations de jeu offensives et défensives. De plus, la compréhension du jeu des élèves et la capacité match-play se sont révélés être liés.

2.1.4 La théorie de : AC Macquet (2009)

Cette théorie est basée sur la reconnaissance dans le processus de prise de décision. Elle à concerné la prise de décision dans des conditions de pression temporelle. On vise à tester le modèle de décision induite par reconnaissance à l'égard du volley-ball. Sept joueurs experts masculins ont participé à cette étude. Un match a été enregistré sur bande vidéo; chaque joueur a été interviewé dans une interview d'auto-confrontation. L'analyse inductive et déductive a révélé trois principaux résultats. La première a montré que leur prise de décision est basée sur un processus de reconnaissance de la situation typique. Le second a souligné que ce processus avait quatre sous-produits: (a) les attentes, (b) les indices pertinents, (c) les objectifs plausibles, et (d) l'action typique. Les joueurs se rapportent également à ces sous-produits. Le troisième principal résultat a montré que, les décisions ont été largement arrangées au préalable. Ils se composaient d'une association entre une situation typique et une action typique, l'action typique a ensuite été adaptée à la situation actuelle. Les résultats sont discutés par rapport au modèle de décision induite par reconnaissance et à la recherche qui a examiné la prise de décision.

CONCLUSION

Le processus de prise de décision est à considérer comme la pierre angulaire pour la performance lors de la compétition dans la mesure où les décisions sont appliquées sur la base des informations relatives aux compétences acquises lors des entraînements. Par ailleurs, il y a lieu de faire le choix parmi des situations qui dépendraient des contraintes du facteur temps et de l'efficacité de la décision.

2.2. La compétence de prise de décision.

-Introduction

L'opération de construction de la décision est une partie essentielle dans la vie personnelle et professionnelle des individus. Certaines décisions prises par l'individu sont essentielles, importantes et complexes comme par exemple la décision pour un état de déclarer ou de participer à une guerre ou comme la décision du choix du partenaire de la vie, alors que d'autres sont simples comme que doit on mettre pour s'habiller ou qu'est ce que qu'on doit manger. Mais dans tous les cas, toutes les décisions demandent réflexion et traitement des données, cela à des niveaux différents. D'ailleurs, il est tout à fait logique de considérer que le temps de réflexion pour une prise de décision pour des questions importantes est plus long que pour celles considérées comme simples ou superficielles bien que cela ne soit pas toujours vrai dans certains cas (Ezzaghaouel Ezzaghaouel 2004 page 313).

2.2 .1 Le concept de la prise de décision:

2.2.1.1 La décision en langue arabe est ce qui est finalisé et arrêté face à telle ou telle situation et cette prise de décision est considérée comme une opération mentale complexe à travers laquelle s'opère un choix parmi tant d'autres pour arriver à trouver solution à un problème donné. Et il semble que la prise de décision s'identifie à (reflète) la résolution de problèmes à tel point que certains chercheurs considèrent ces deux paramètres comme similaires ou s'interpénétrant.

2.2.1.2 Il est connu que l'homme dispose d'un choix d'alternatif pour atteindre un objectif ou résoudre un problème. Et il semble que prendre une décision constitue une étape pouvant être précédée par des pas préliminaires, pas indispensables, mais qui permettent de clarifier la prise de décision à atteindre. Et il est logique que l'individu conscient s'assure de la justesse de sa décision à partir du suivi de ses résultats et de la détermination des traces qui s'ensuivent (Ezzaghaouel, 2004, page 314).

2.2.1.3 La décision prise par l'individu dans une situation donnée délimite le cheminement à suivre ou l'ensemble des répondants et des mesures à prendre pour atteindre son objectif ou résoudre un problème auquel il se trouverait confronté. Et il est possible d'avancer qu'une grande partie des comportements des individus proviennent automatiquement des décisions prises.

2.2.1.4 Dès lors que l'homme se trouve face à une situation précise donnée demandant tel comportement, il se trouve confronté à un arbitrage mental lui permettant de choisir les dispositions les plus favorables permettant les résultats les plus convenables ou permettant d'éviter les conséquences négatives ou de choisir les deux à la fois (El Maqsooud Echfi'i 2003, page 114).

2.2.1.5 De plus, pour certains chercheurs la prise de décision est déjà une opération de prise de position se traduisant par une position prise comportant le plus efficient des comportements dans une situation donnée.

2.2.1.6 Comme cette prise de décision s'opère sur la base d'un inventaire de toutes les alternatives possibles permettant d'atteindre l'objectif visé, il semble à partir de cette définition qu'une partie de la prise de décision constitue une réflexion argumentée (Erraouachid K , 2007 page 116)

2.2.1.7 A partir de l'exposition des définitions précédentes et d'autres encore, l'opération de la prise de décision est à considérer comme une opération mentale consciente et profonde comportant essentiellement le choix le plus efficient des alternatives qui se présentent ou l'issue d'un problème.

2.2.1.8 En plus de ce qui précède, certaines études et recherches montrent que la prise de décision constitue une opération organisée composée de plusieurs étapes successives comme la planification, la recherche, le choix, l'application et le suivi. Cette optique rend le concept de la prise de décision synonyme de celui de la construction de la décision (Essayed Mahmoud 1996, page 75).

2.2.1.9 La prise de décision est une série de comportements (réponses et actions) qu'entreprend l'individu pour choisir une alternative face à une évaluation dans la confrontation d'une situation ou l'issue d'une problématique donnée ; et à partir de cela, la proposition des solutions envisageables ou les choix possibles. Leur classement préférentiel est donc par la suite le choix des meilleurs possibles. D'un autre côté, certains chercheurs pensent que le concept de la décision diffère de celui de la construction de la décision puisque selon eux la prise de décision n'est qu'une étape de la décision et n'est qu'une étape se traduisant par le choix d'une alternative parmi tant d'autres disponibles alors que la construction de la décision constitue un concept plus large comportant toutes les étapes dont il a été question précédemment (Mahmoud Ferhane 2007 page 305) .

2.2.2 Caractéristiques de l'opération de la prise de décision :

Un bon nombre de caractéristiques constituent l'opération de la prise de décision et permettent d'en clarifier ses différents aspects et parmi elles ce qui suit (Ecchafii et Moussa 2000 page 15) :

2.2.2.1 Cette opération de prise de décision est une étape de celle de construction de la décision précédée par beaucoup de pas préliminaires qui constituent les bases de la décision réfléchie elle-même. Et la décision commence lorsque l'individu se trouve confronté à une mission ou à un problème et l'issue de cette situation demande de choisir un cheminement comportemental au bout duquel il y a lieu d'atteindre des objectifs déterminés. C'est ce qu'on appelle le sentiment de satisfaction d'un besoin pour prendre la décision, suivi par la détermination du problème et son analyse, la fixation des objectifs et la recherche des informations, l'extrapolation des alternatives comme réponses offertes et l'évaluation de celle convenable par

ce qu'elle comporte comme possibilités et comme objectifs et ce qu'elle comporte comme conditions et compte tenu de ce qui apparait comme limites et obstacles (ou difficultés) et circonstances données.

2.2.2.2 La prise de décision est composée de plusieurs éléments qui sont :

-Celui qui prend la décision est une personne qui dispose d'une mission à appliquer ou un problème qui nécessite une solution. Il détient une organisation valable, des pistes, des motifs, des intérêts, des vœux pour réaliser au mieux et un stock d'expérience et de connaissance, des sources et des informations, quelques aptitudes, des compétences et une réflexion limitée.

-Un ou des objectifs que l'individu vise à atteindre.

-Des conditions et situations entourant l'individu dont certaines appuient, d'autres sont favorables ou constituent des facteurs d'entraide ou même des écueils et expriment des besoins et des nécessités.

- Des pistes d'action ou alternatives que l'individu peut choisir.

-Des conséquences et résultats permettant de réaliser la résolution qui complète le choix.

2.2.2.3 L'opération du choix de la décision est intelligente pouvant être parfois profonde et complexe et composée, particulièrement lorsque la décision est importante, si elle comporte l'analyse d'un problème, la délimitation de ses aspects et l'aboutissement à des solutions que l'individu cherche à réaliser. Puis intervient l'assemblage des informations concernant cette situation problème ainsi que les méthodes de sa résolution dont certaines pourraient être des bases de données diverses, des sources ou des références écrites. Ou bien l'individu pourrait se référer aux avis des spécialistes puis lister les solutions possibles, faire la comparaison préférentielle entre ces alternatives en utilisant les méthodes d'addition ou de mise en rapport et de complétion. La résolution intelligente conduit à des prises de décision mûres alors qu'une réflexion hâtive et superficielle conduit à un résultat erroné et incompatible.

2.2.2.4 L'opération de prise de décision est une compétence intelligente possible à développer chez les individus ; elle est considérée comme une opération relationnelle dans la mesure où l'on peut entraîner l'individu à apprendre à prendre la décision qu'il faut par entraînement à la réflexion critique, à la sensibilité aux problèmes et à la planification et la conception des objectifs ; ainsi qu'un développement de la recherche sélective et l'assemblage des données tout en sachant qu'il n'est pas facile d'arriver à la prise de décision la plus efficace d'une manière complète mais qu'il est possible d'arriver à la décision compatible et correcte dans une situation donnée.

2.2.2.5 L'opération de la prise de décision se prolonge dans le facteur temporel et se caractérise par sa durabilité, car elle est en relation avec des facteurs et des situations qui se sont déroulées.

2.2.2.6 L'opération de la prise de décision se prolonge dans le temps (facteur temporel) et se caractérise par la durabilité; elle se caractérise par des facteurs et des situations qui se sont déroulées dans le passé et que l'on peut atteindre dans le présent à travers une série d'actes successifs raisonnables (intelligents), objectivés et qui se prolonge dans le futur. Et c'est sur cette base que le décideur s'appuie sur les projections à venir pour comparer entre les choix offerts et les solutions disponibles.

2.2.2.7 L'opération de prise de décision, par nature, se développe et varie (ou change) et cela apparaît à travers les variables qui affectent la problématique ou la mission auxquelles fait face l'individu puisque le problème change selon la variabilité des étapes de la prise de décision et change selon la diversité des informations que l'on peut atteindre. C'est ainsi que les caractéristiques du problème peuvent se différencier et prendre de nouvelles formes.

2.2.3 Les caractéristiques individuelles indispensables pour la prise de décision efficiente :

Il existe plusieurs types de caractéristiques que le décideur efficace peut prendre et qui se présentent comme suit (Ali, 1970 p15 - 16) :

2.2.3.1 L'expérience :

L'expérience joue un rôle important dans la prise des décisions efficaces; Cette situation d'habitudes à prendre des séries de décisions amène l'individu à s'acquiescer la réussite dans la prise ou l'échec, à prendre la nécessaire décision. Ainsi naissent chez lui des modèles de comportements divers, variés et convenables et il apparaît comme s'il était programmé pour adopter de tels comportements.

2.2.3.2 L'aptitude à évaluer les informations correctement :

Cette aptitude se base sur le raisonnement logique de l'individu, sa maturité et son aptitude à analyser avec équité intellectuelle et il est possible que ces caractéristiques personnelles évoluent avec l'âge dans beaucoup de situations. La sagesse de l'individu apparaît avec la pertinence dans le choix des informations décisives, dans la délimitation de leur importance et leur évaluation et également à travers l'évaluation de la prise de décision et ses répercussions. Cela, quand on prend en compte les différents paramètres des divers facteurs et selon que sont pris en considération les événements incertains à un niveau de logique correct et quand sont appliqués les indices compatibles dans la prise de décision. Cette situation devient plus claire quand sont écartés les constituants (de l'information) les moins indispensables mais sans omettre ou écarter ceux jugés importants.

Le décideur emploie les réalités de la connaissance générale qu'elles soient ou non complètes pour obtenir un nombre suffisant de croyances qu'il y a lieu d'évaluer et d'en délimiter l'importance relative.

2.2.3.3 La créativité :

On entend par créativité la capacité individuelle du décideur à regrouper les idées et les informations afin d'arriver à des décisions nouvelles et instructives. Il peut user de ses possibilités créatives afin de percevoir des aspects d'un problème que les autres n'ont pas la possibilité de voir.

Mais la capacité créative du décideur sera plus claire et plus significative pour créer des alternatives et de ce fait le décideur pourra user de ses expériences antérieures ainsi que celles des autres et ses capacités d'imagination et d'innovation pour proposer des solutions et des remplacements diversifiés. Ainsi, les solutions créatives deviendront une nécessité pour permettre la prise de décision particulièrement dans des situations non routinières et qui sollicitent des solutions nouvelles.

2.3 .Conclusion :

À travers ces théories et ces concepts, il est clair pour nous que le concept de prise de décision est courant dans le domaine de la psychologie du sport et joue un rôle très important dans l'entraînement sportif moderne. Il se trouve que décider mobilise pour une part la raison mais aussi le sentiment, les émotions, l'intuition et également ce que l'on appelle l'autre scène : l'inconscient. Il faut ajouter l'imagination car décider c'est se donner la possibilité d'entrevoir un monde autre, de se projeter dans une dimension dont on n'a pas une connaissance exhaustive et de parier sur un avenir ouvert. Décider c'est aussi s'engager, prendre des risques parfois et laisser une part au hasard. Cet engagement concerne l'existence individuelle comme la vie professionnelle au sein de l'organisation sportive.

Partie Pratique

Chapitre 1: Moyens et Méthodologie de la recherche

1- Procédé de la recherche :

Dans ce mémoire, l'étudiant a adopté l'approche descriptive.

2 – La population :

Elle est composée de 21 entraîneurs. 10 sont de **(Al-Taraji football club)** EL BAYADH, et 5 du **(MCEB)** Mouloudia Club EL BAYADH et 6 de **(raja football club)** EL BAYADH (voir le tableau ci-dessous) :

Tableau n° 2 : Nombres d'entraîneurs par équipe.

Les clubs	Nombre d'entraîneurs
(Al-Taraji football club)	10
(MCEB)	5
(raja football club)	6

3- L'échantillon (enquête préliminaire & expérimental)

07 entraîneurs ont participé volontairement à l'enquête préliminaire (04 de **(MCEB)** et 03 **(raja football club)**) alors que 14 entraîneurs des trois équipes ont répondu favorablement à notre questionnaire.

4- Fiabilité, validité et objectivité:

Afin de s'assurer de l'homogénéité de notre échantillon, nous avons distribué un questionnaire, puis nous avons collectés et évalués les résultats. Après une semaine, nous avons redistribué le même questionnaire à la même population, puis nous avons traité les informations à l'aide du Coefficient de corrélation de Pearson, le tableau ci-dessous montre les résultats de cette analyse :

Tableau n° 3 : test d'égalité des variances

Les axes	1	2	3	4
La validité	0.91	0.81	0.81	0.95
La fiabilité	0.95	0.90	0.92	0.97
R (calculée)	0.91	0.81	0.81	0.95
R (tabulée)	0.513677			

Puisque les valeurs de R calculée sont toutes plus grandes que la valeur de R tabulée, ceci montre que toutes les valeurs sont acceptables et ainsi nous pouvons déduire que le questionnaire à une validité et

une fiabilité qui répondent aux exigences de la recherche scientifique en matière d'utilisation des moyens et outils de recherche

5- Domaines de la recherche :

5-1. Domaine humain :

Le nombre total de l'échantillon expérimental est de 14 entraîneurs sur les trois équipes

(Al-Taraji football club) avec 10 entraîneurs (47.61%) et **(MCEB)** avec 5 entraîneurs (23.80%), **(raja football club)** avec 06 entraîneurs (28.57 %).

5-2 Domaine temporel :

J'ai entamé l'approche théorique de ce modeste travail au mois de novembre 2019, alors que

l'étude expérimentale (la distribution et la collecte du questionnaire) s'étalait du 12 février 2020 au 12 Mars 2020

5-3 Domaine spatial :

L'étude expérimentale s'est déroulée au complexe de Zakaria Majdoub à El-Bayadh. Jusqu'à l'épidémie du coronavirus quand toutes les infrastructures étaient fermées. Ensuite, nous avons fait un questionnaire électronique et l'avons distribué aux autres entraîneurs.

6- Variables de la recherche :

6-1 Variable indépendante :

La présente recherche a pour objectif principal de mesurer la variable indépendante qui est le stress.

6-2 Variable dépendante :

Le variable dépendant de cette recherche est la prise de décision.

7- Les outils de la recherche :

Pour explorer cette étude, nous avons utilisé les moyens et méthodes suivants :

7-1. Etat de l'art:

Ce procédé, nous a permis de collecter le maximum de données relatives à notre thématique. Nous avons Consulté et analysé environ une quarantaine d'ouvrages entre livres, documents, mémoires, revues et site web. Ceci nous à permis de mieux clarifier et cerner notre problématique et de déterminer nos hypothèses ainsi que les tâches concrètes de notre modeste travail.

7-2. Le questionnaire :

Puisque notre travail de recherche porte sur le rapport entre des aspects essentiels :

Le stress, la prise de décision et sa relation avec l'expérience d'entraînement, nous nous sommes attelés à concevoir un outil autre que seulement le questionnaire pour répondre efficacement aux nombreuses questions d'actualité, malheureusement, le manque de moyens (logiciels & programmes informatiques) ainsi que le virus corona, nous nous sommes retrouvés à utiliser un questionnaire qui est une technique plus quantitative que qualitative. Le questionnaire a été utilisé comme outil d'investigation à notre travail de recherche. Notre questionnaire a été expertisé au début par 04 enseignants chercheurs du domaine de l'entraînement sportif à l'institut d'éducation physique et sportive de l'université de Mostaganem et il avait pour objectif :

- ❖ D'approcher le processus de la prise de décision chez les entraîneurs et les facteurs internes et externes affectant leurs décisions.
- ❖ D'identifier les critères qui causent le stress avant et pendant le match et les types de stress qui affectent les décisions des entraîneurs.
- ❖ De vérifier quelles sont les étapes clés d'une bonne prise de décision efficace que l'entraîneur adopte pour optimiser sa performance.

7-2-1. Structure de notre questionnaire :

Notre questionnaire comporte quatre grands axes (A et B et C et D). Le premier est composé de questions formées de 7 groupes de propositions à classer en 5 niveaux d'importance Essentielle / Importante / Moyennement Importante / Peu importante / Inutile :

7-2-1-1- Le premier est composé de questions formées de 7 groupes de propositions à classer en 5 niveaux d'importance: Essentielle / Importante / Moyen. Importante / Peu importante / Inutile.

7-2-1-2- Le 2^{ème} concerne les critères celui qui cause le stress avant le match et les types du stress qui affectent les décisions des entraîneurs. Et aussi classés en 5 niveaux par rapport à son impact : Très souvent / Assez souvent / parfois / Presque jamais / jamais.

7-2-1-3- Le 3^{ème} concerne les critères qui causent le stress pendant le match et les types de stress qui affectent les décisions des entraîneurs, aussi classés en 5 niveaux par apport à son impact
Très souvent / Assez souvent / parfois / Presque jamais / jamais.

7-2-1-4- Le 4^{ème} concerne la remise en ordre des 6 étapes clés dans la prise de décision proposées à l'entraîneur.

Toutes ces questions permettent de relever la position de l'entraîneur. Ce questionnaire s'achève par un commentaire que l'entraîneur peut apporter sur le thème de la recherche.

8- L'Analyse statistique :

Pour réaliser l'ensemble des calculs de notre travail, nous avons eu recours aux méthodes statistiques pour une analyse descriptive des données.

1) Le pourcentage :

Après avoir récupéré les questionnaires distribués, nous avons compté les scores des réponses à chaque énoncé, puis nous avons calculé le pourcentage de chaque réponse selon l'effectif total.

L'effectif total \longrightarrow 100%

Fréquence des réponses \longrightarrow pourcentage (X)

$$X = \frac{\text{Fréquence des réponses} \times 100}{\text{L'effectif total}}$$

2) la moyenne arithmétique :

$$\bar{X} = \frac{x_1 + x_2 + x_3 + \dots + x_n}{n}$$

3) L'écart type :

$$S = \sqrt{\frac{\sum x^2 - (x^2)}{n}}$$

4) Le coefficient de corrélation de Pearson (R) :

$$(R) = \frac{n}{\sqrt{(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n})(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n})}}$$

9- Difficultés de la recherche :

Les difficultés majeures rencontrées durant ce travail de mémoire :

- 1) Le nombre restreint d'entraîneurs avec lesquels nous avons travaillé à cause de la pandémie de Corona. Cette restriction nous a obligé à ne pas généraliser nos résultats jusqu'à avoir un Échantillon plus représentatif.
- 2) La thématique actuelle sur laquelle nous n'avons que peu de connaissances.
- 3) Notre niveau limité dans le domaine des TIC nous a restreint lors de la conception d'un outil performant pour l'étude du processus de prise de décision.
- 4) En raison de la pandémie du corona et des décisions de prévention prises par les autorités, Ceux ci a provoqué la fermeture des infrastructures sportives et empêché les rassemblements et les réunions ceux qui Rendu difficile les déplacements et les contacts des entraîneurs.

Chapitre 2:Analyse et Discussion des Résultats

1- Les résultats du questionnaire :

Après avoir analysé et classé les réponses des entraîneurs, les résultats ont été les suivants :

2- Les résultats de la première question :

Les entraîneurs	Moyennes calculées des réponses des entraîneurs	La moyenne arithmétique idéale	La Comparaison
1	4.14	4.57	**
2	3.42		
3	3.57		
4	3.42		
5	3.57		
6	3.85		
7	4.00		*
8	3.28		
9	3.14		
10	3.42		
11	3.42		
12	3.71		
13	4.00		*
14	4.00		*

* = Les réponses les plus proches pour la moyenne arithmétique idéale.

Tableau n°4 : La Comparaison entre les moyennes calculées des réponses des entraîneurs et la moyenne arithmétique idéale.

Sur cette question, notre objectif était d'approcher les définitions chez les entraîneurs sur le concept de prise de décision. Nous avons donné aux entraîneurs sept concepts différents en fonction de leur importance, et nous avons divisé les degrés d'importance en cinq degrés pour chaque point de degré, essentielle avec 5 points / importante avec 4 points / moyennement importante avec 3 points / peu importante avec 2 points et inutile avec 1 point, et nous avons la réponse parfaite.

Pour savoir si les entraîneurs se sont familiarisés avec le concept de prise de décision, nous avons comparé la moyenne arithmétique idéale (pour notre réponse) avec les moyennes des réponses des entraîneurs calculées par (SPSS). Voyons la différence entre les moyennes. (Les réponses moyennes des entraîneurs proches de la moyenne arithmétique idéale)

$$\text{La moyenne arithmétique idéale} = \frac{b_1+b_2+b_3+b_4+b_5+b_6+b_7}{n} = \frac{5+5+4+5+4+4+5}{7} = \frac{32}{7} = 4.57$$

Remarque :

A partir du tableau nous avons noté que seulement quatre entraîneurs ont donné une définition exacte du concept de prise de décision.

3- Les résultats de la deuxième question :

Sur cette question, notre objectif était d'identifier les causes du stress d'avant match et les types de stress qui affectent les décisions des entraîneurs. Nous avons proposé 5 réponses: Très souvent / Assez souvent / parfois / Presque jamais / jamais. Nous avons proposé 3 réponses

Tableaux accompagnant la question n°2 :

Tableau n°5 : critères n° 1 (b.1)

b.1		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	2	14,3
Parfois	2	14,3
assez souvent	6	42,9
très souvent	4	28,6
Total	14	100,0

Tableau n°6 : critères n°2 (b.2)

b.2		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	1	7,1
Parfois	8	57,1
assez souvent	4	28,6
très souvent	1	7,1
Total	14	100,0

Tableau n°7 : critères n°3 (b.3)

b.3		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	5	35,7
Parfois	7	50,0
assez souvent	2	14,3
Total	14	100,0

Tableau n°8 : critères n°4 (b.4)

b.4		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
Jamais	4	28,6
presque jamais	3	21,4
Parfois	5	35,7
assez souvent	2	14,3
Total	14	100,0

Tableau n°9 : critères n°5 (b.5)

b.5		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	2	14,3
Parfois	6	42,9
assez souvent	5	35,7
très souvent	1	7,1
Total	14	100,0

Tableau n°10 : critères n°6 (b.6)

b.6		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	1	7,1
Parfois	6	42,9
assez souvent	6	42,9
très souvent	1	7,1
Total	14	100,0

Tableau n°11 : critères n°7 (b.7)

b.7		
Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	1	7,1
Parfois	1	7,1
assez souvent	8	57,1
très souvent	4	28,6
Total	14	100,0

Figures accompagnant la question n°2 :

1)

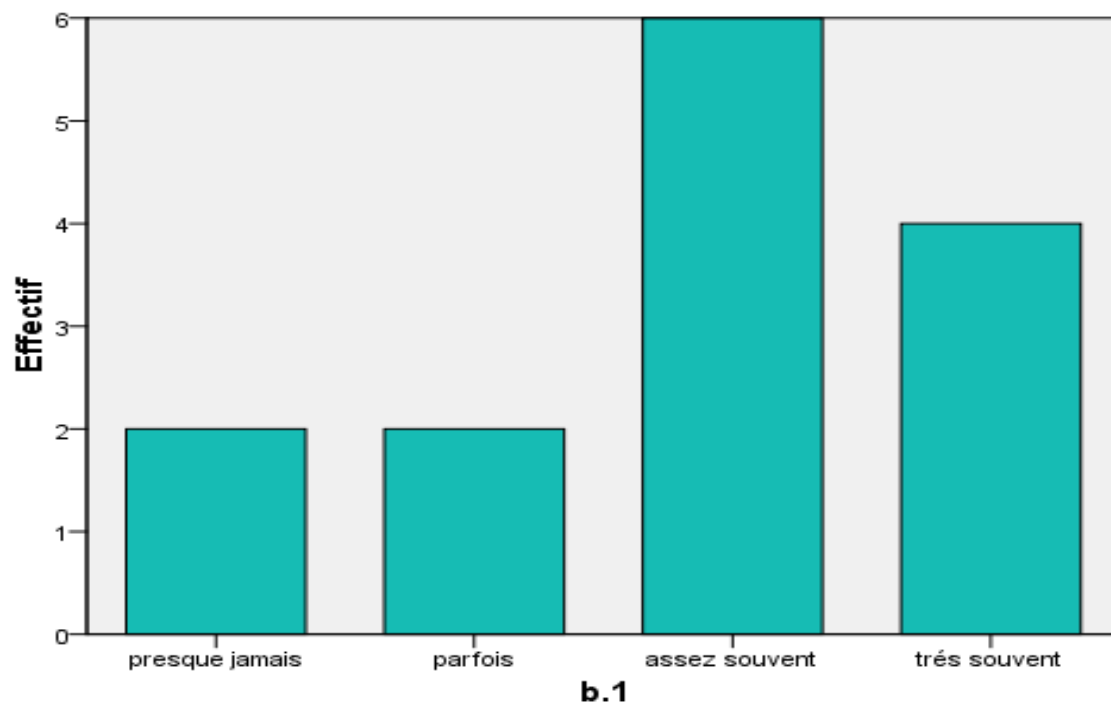


Figure N°1 (b.1)

2)

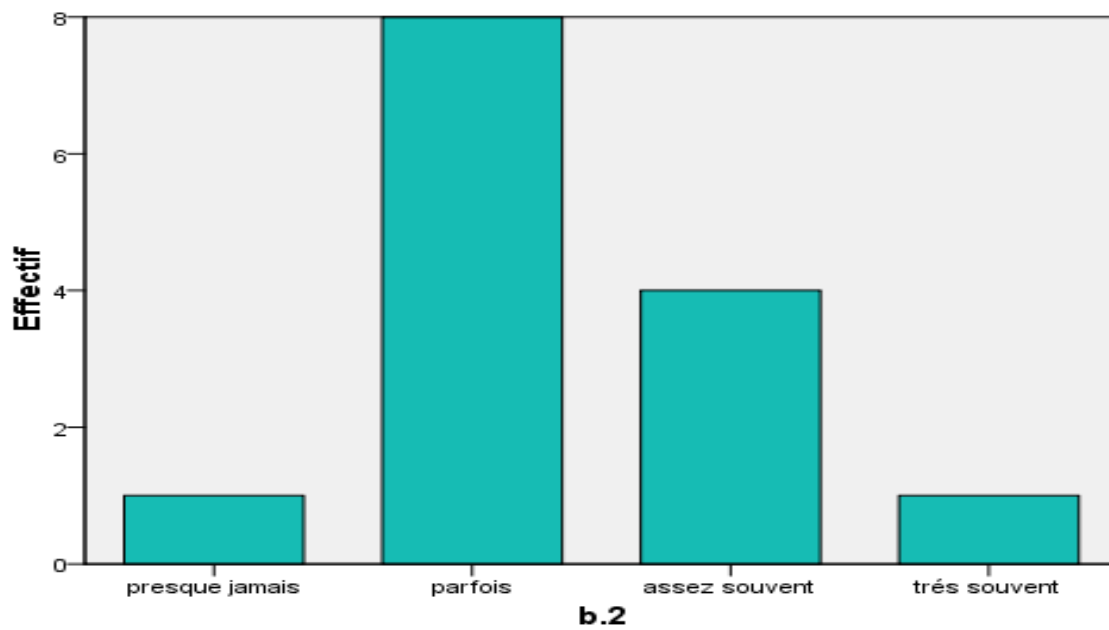


Figure N°2 (b.2)

3)

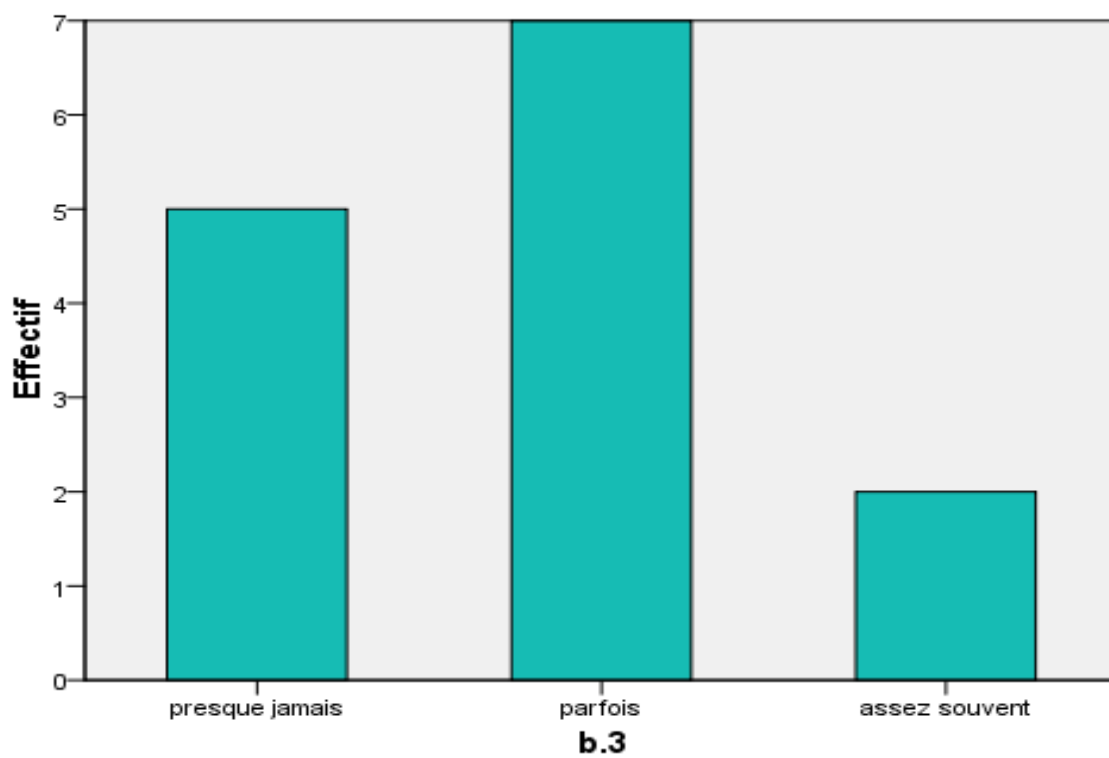


Figure N°3 (b.3)

4)

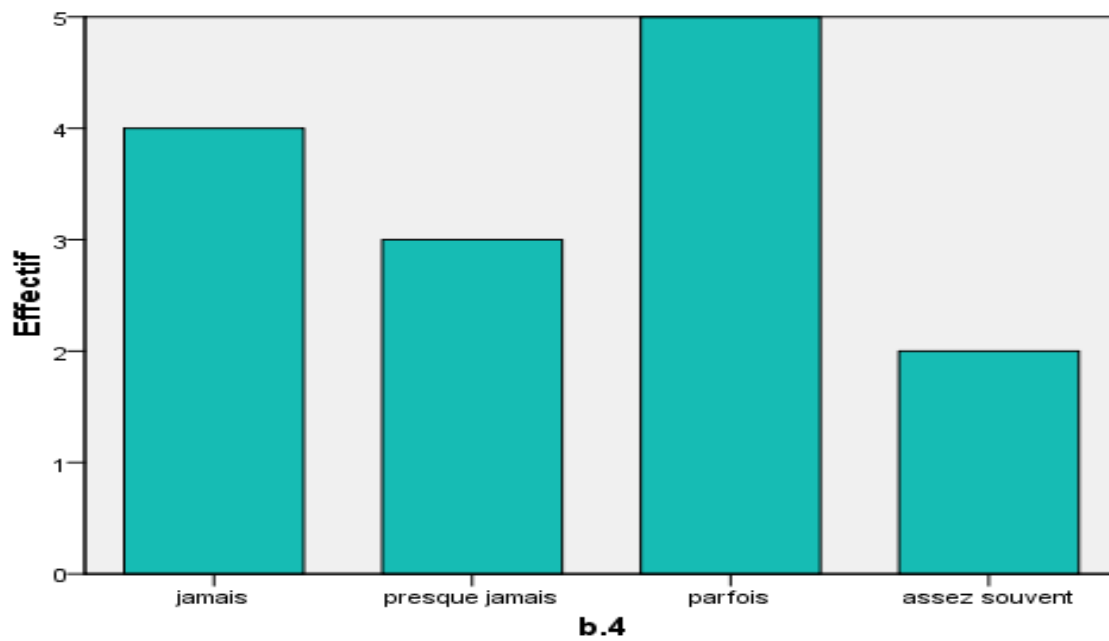


Figure N°4 (b.4)

5)

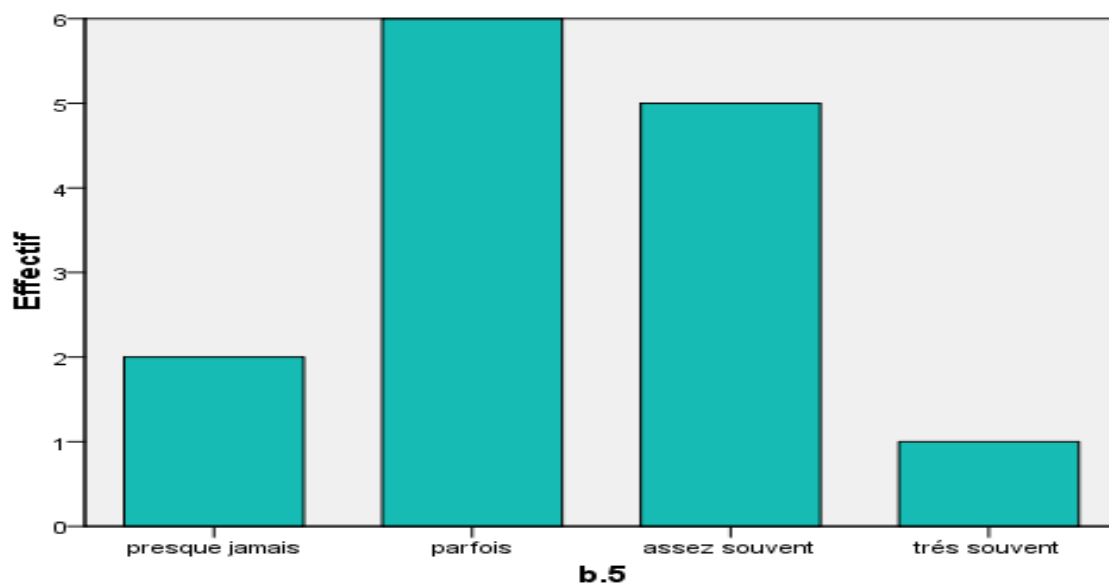


Figure N°5 (b.5)

6)

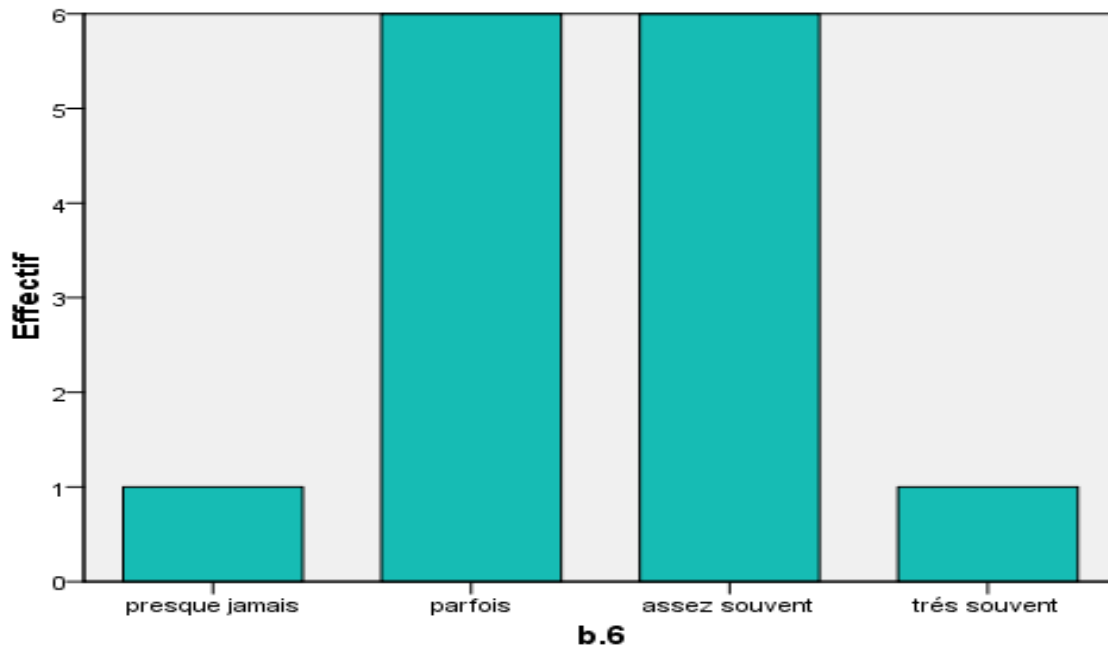


Figure N°6 (b.6)

7)

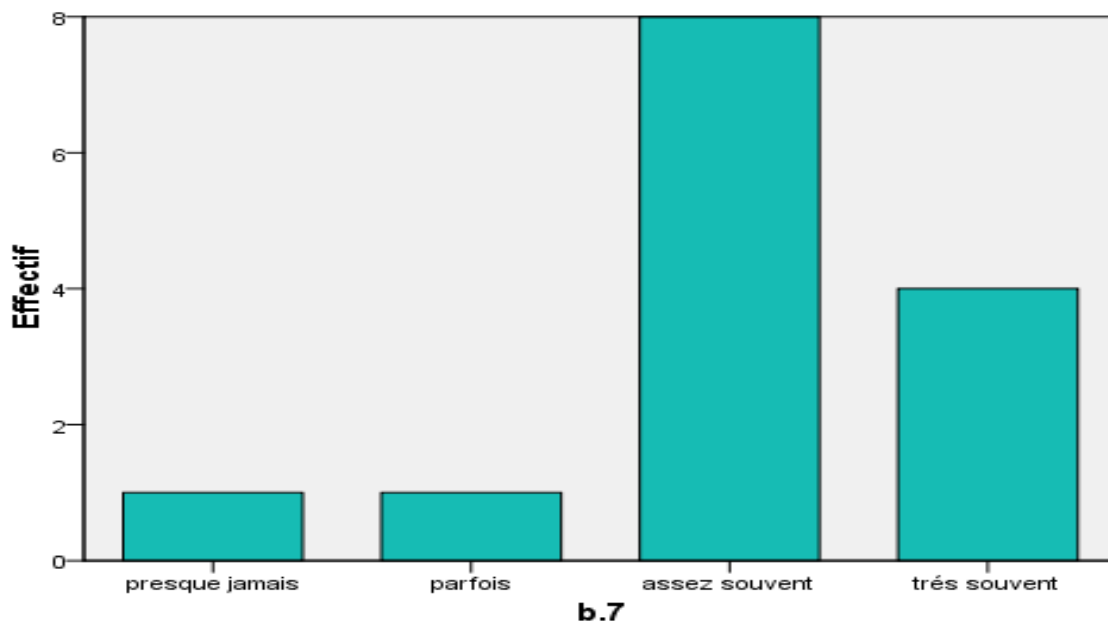


Figure N°7 (b.7)

4- Les résultats de la troisième question :

Sur cette question, notre objectif était de monter le critère celui qui cause le stress avant le match et les types du stress qui affectent les décisions des entraîneurs. Nous avons proposé 5 réponses: Très souvent / Assez souvent / parfois / Presque jamais / jamais. Nous avons proposé 3 réponses

Tableaux accompagnant la question n°3 :

Tableau n°12 : critères n°1 (c.1)

C.1

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
Jamais	2	14,3
presque jamais	4	28,6
Parfois	3	21,4
assez souvent	4	28,6
très souvent	1	7,1
Total	14	100,0

Tableau n°13 : critères n°2 (c.2)

c.2

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
Jamais	3	21,4
presque jamais	3	21,4
Parfois	2	14,3
assez souvent	5	35,7
très souvent	1	7,1
Total	14	100,0

Tableau n°14 : critères n°3 (c.3)

c.3

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
Jamais	3	21,4
presque jamais	3	21,4
Parfois	6	42,9
assez souvent	2	14,3
Total	14	100,0

Tableau n°15 : critères n°4 (c.4)**c.4**

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
Parfois	2	14,3
assez souvent	3	21,4
très souvent	9	64,3
Total	14	100,0

Tableau n°16 : critères n°5 (c.5)**c.5**

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
presque jamais	3	21,4
parfois	5	35,7
assez souvent	3	21,4
très souvent	3	21,4
Total	14	100,0

Tableau n°17: critères n°6 (c.6)**c.6**

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
jamais	1	7,1
presque jamais	1	7,1
parfois	5	35,7
assez souvent	5	35,7
très souvent	2	14,3
Total	14	100,0

Tableau n°18: critères n°7 (c.7)**c.7**

Les résultats	N.ENT	Pourcentage
parfois	4	28,6
assez souvent	7	50,0
très souvent	3	21,4
Total	14	100,0

Figures accompagnant la question n°3 :

1)

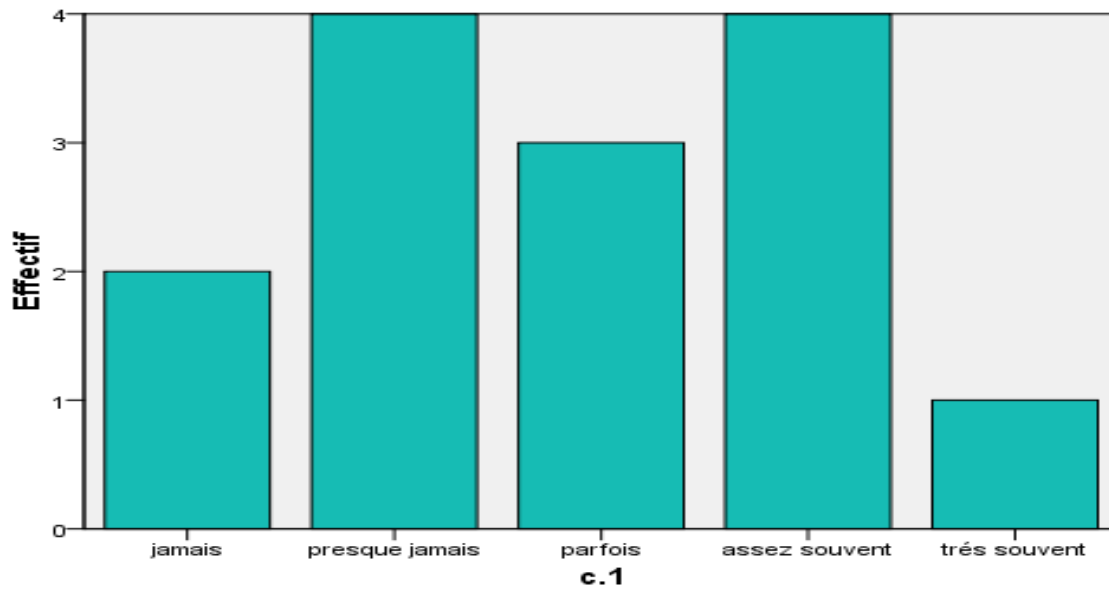


Figure N°8 (c.1)

2)

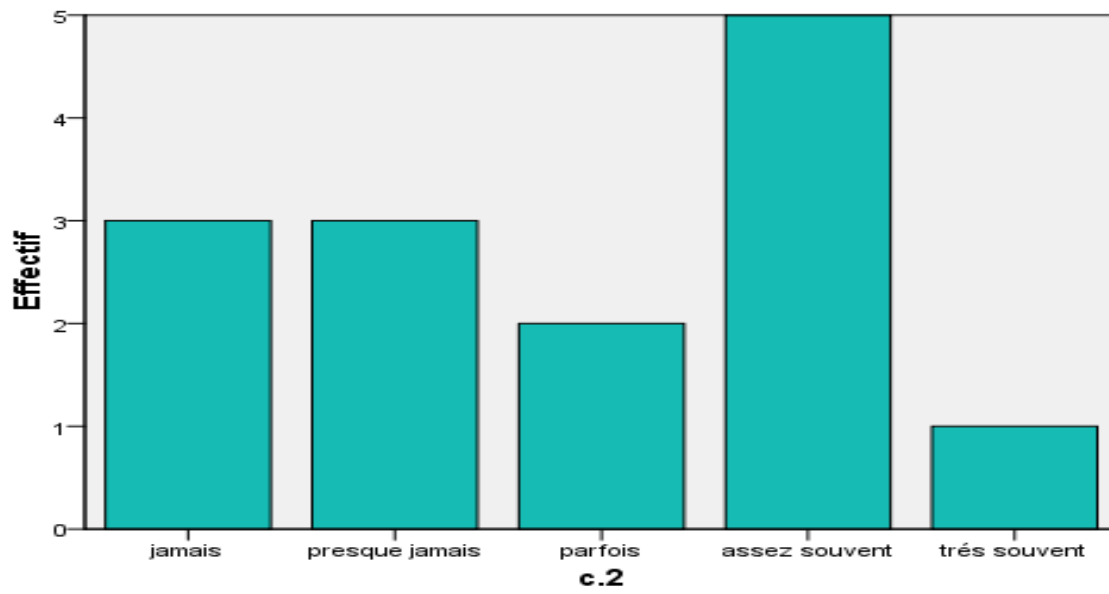


Figure N°9 (c.2)

3)

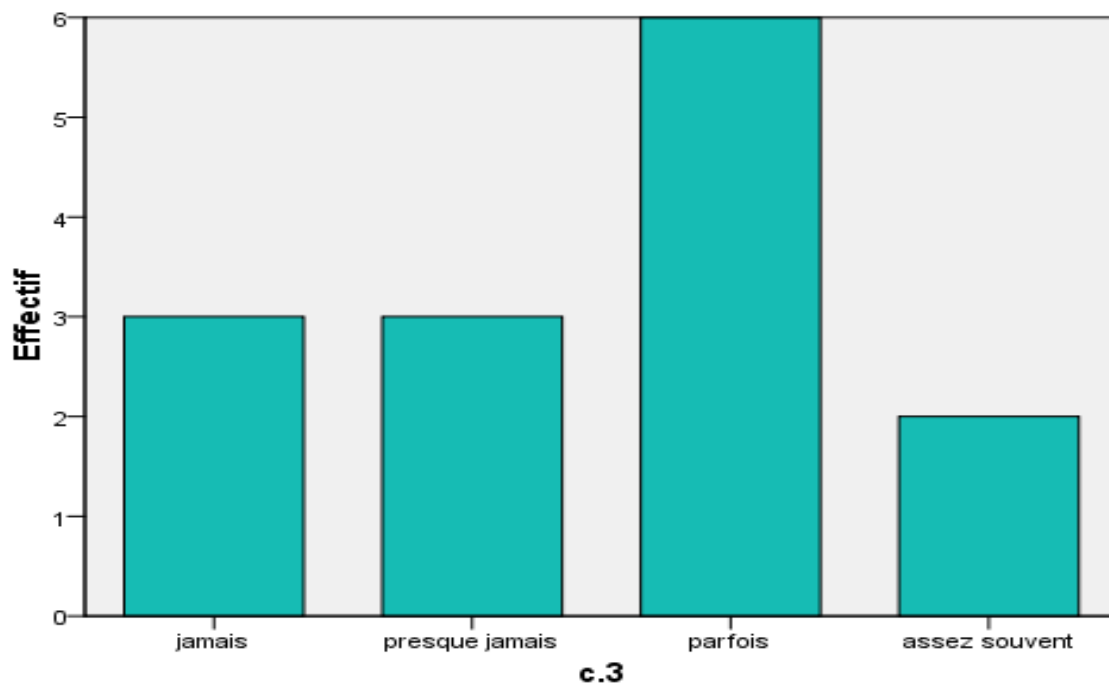


Figure N°10 (c.3)

4)

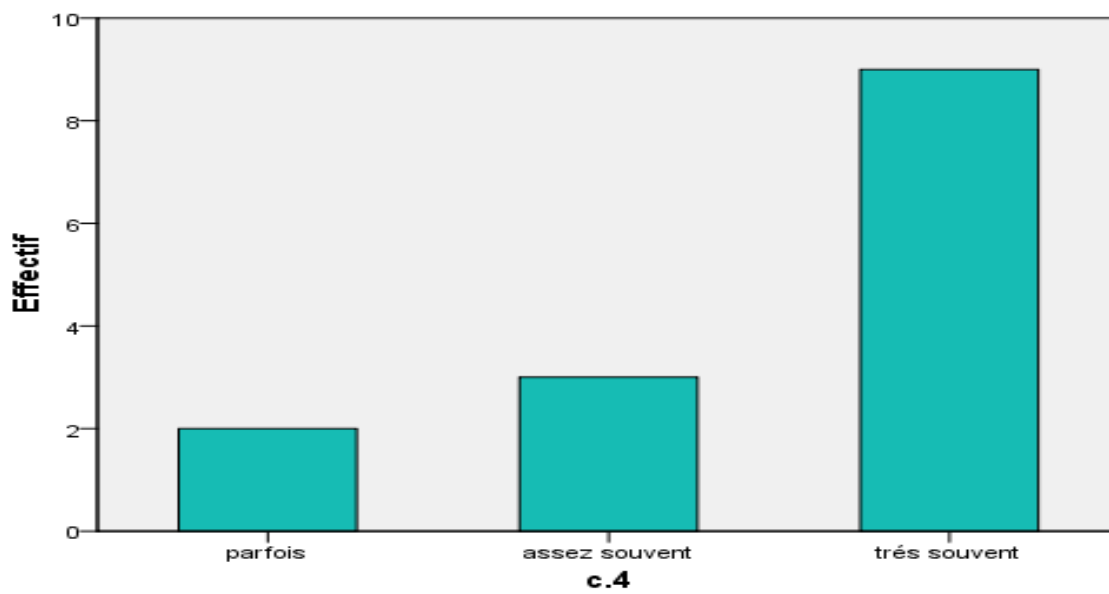


Figure N°11 (c.4)

5)

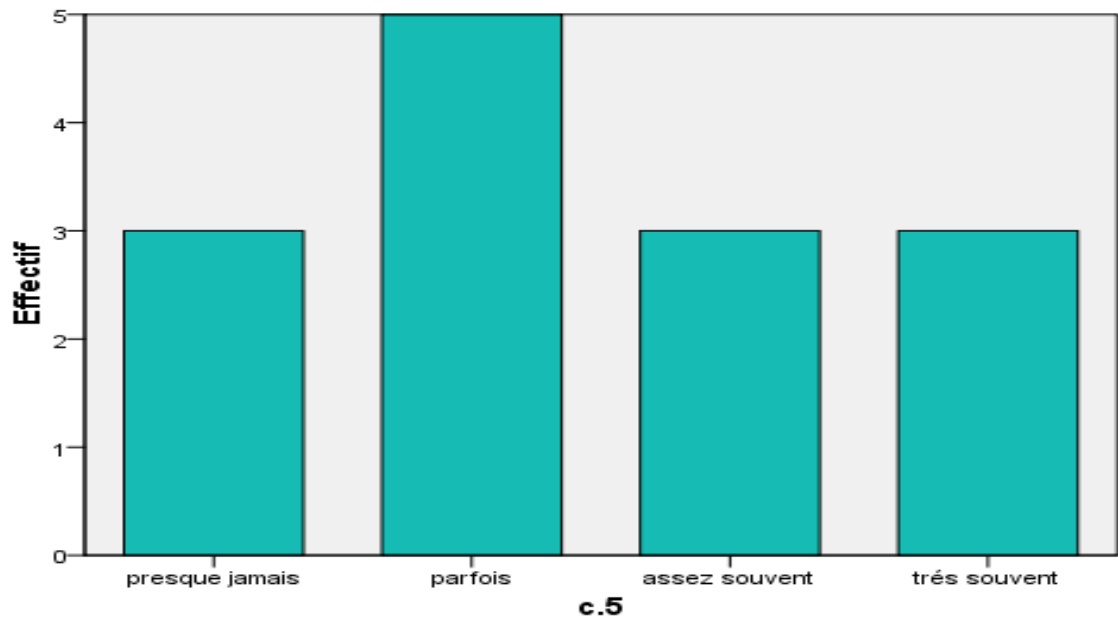


Figure N°12 (c.5)

6)

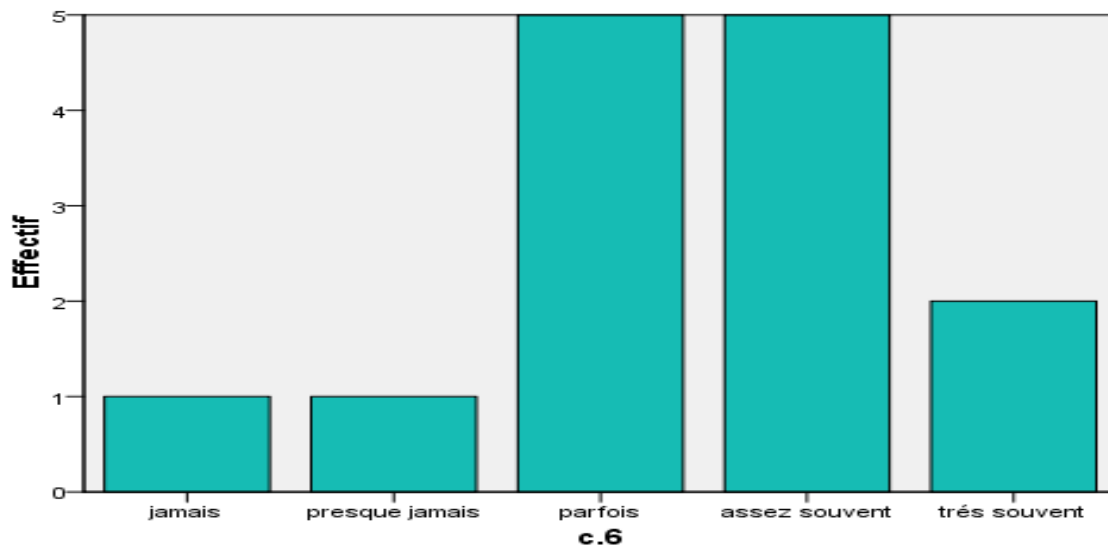


Figure N°13 (c.6)

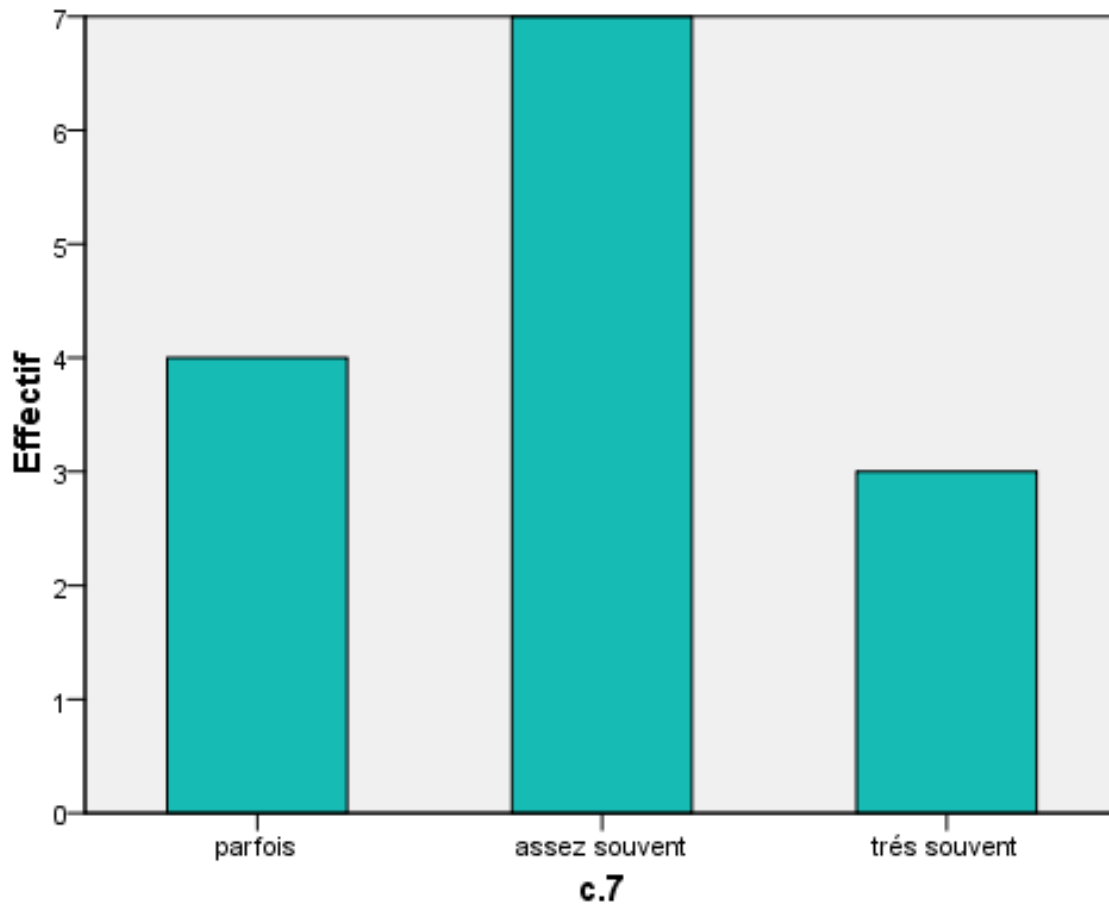


Figure N°14 (c.7)

5-Les résultats de la quatrième question :

Sur cette cinquième question nous avons proposé aux entraîneurs 6 étapes clés pour une prise de Décision que l'entraîneur doit organiser selon son vécu sportif. Nous avons récolté les réponses Correctes et nous avons calculé le taux de réponse des entraîneurs avec la bonne réponse.

Tableau accompagnant la question n°5 :

Tableau n° 19 : Le pourcentage de correspondance des réponses des entraîneurs avec la bonne réponse.

N.ENT	Taux de correspondance
ENT 1	100 %
ENT 2	16 %
ENT 3	16 %
ENT 4	33.33 %
ENT 5	100 %
ENT 6	16 %
ENT 7	66.66 %
ENT 8	16 %
ENT 9	33.33 %
ENT 10	33.33 %
ENT 11	66.66 %
ENT 12	66.66 %
ENT 13	33.33 %
ENT 14	66.66 %

Remarque :

A partir du tableau ci-dessus nous avons noté que la réponse de deux entraîneurs seulement était identique à la bonne réponse.

6- Conclusion :

A lumière de l'analyse descriptive et des discussions des résultats de cette recherche, nous concluons ce qui suit :

1) La majorité des entraîneurs n'ont pas de définition exacte du processus de prise de décision.

2) Les causes du stress avant le match sont :

- 1) b.7 : **une appréhension négative sur les décisions de l'arbitre.** Stress d'hystérie
- 2) b.6 : **jouer sans le soutien du public** → Stress régulier
- 3) b.1 : **beaucoup de blessures chez les joueurs** → Stress objectif
- 4) b.5/b.2 : **jouer en dehors de votre stade / la liste de remplacements est faible.** Stress agité
- 5) b.3/ b.4 : **l'équipe adverse est plus forte / l'entraîneur de l'équipe adverse est très compétent** Stress névrotique

3) Les causes du stress pendant le match sont :

- 1) c.4 : **des conflits au sein de l'équipe.** → Stress névrotique
- 2) c.7 : **Les changements au cours du match ne sont pas efficaces.** → Stress névrotique
- 3) c.6 / c.2 : **des matchs ne répondent pas aux objectifs du club / des problèmes affectant votre réflexion en dehors de l'équipe.** → Stress régulier/ Stress agité

4) c.1/c.5 : **beaucoup de compétitions sportives durant l'année / ne pas arriver à trouver les bonnes solutions.** → Stress objectif

5) c.3: **beaucoup de décisions à prendre au cours de la semaine** → Stress d'hystérie

4) La plupart des entraîneurs ont des vues divergentes sur comment prendre une décision.

7- Discussion des hypothèses :

La première hypothèse :

Le stress chez les entraîneurs affecte négativement le processus de prise de décision.

Selon les résultats de la recherche notamment, le stress chez les entraîneurs affecte négativement le processus de la prise de décision. Cela fait ressortir clairement des réponses des entraîneurs dans la seconde et la troisième question.

En effet, dans les deux questions, 99 % des entraîneurs ont assuré que le stress avant et pendant le match influençait leurs décisions et ne les aidait pas à gérer et à prendre des décisions rapides et efficaces. Ce qui nous laisse à penser que le stress a un impact négatif sur les décisions des entraîneurs et que notre hypothèse de départ a été confirmée.

La seconde hypothèse.

Les types de stress influent la prise de décision de l'entraîneur à des degrés variés.

Selon nos résultats notamment, les types de stress influent la prise de décision de l'entraîneur à des degrés variés. Cela fait ressortir clairement leurs réponses dans la seconde et dans la troisième question.

Tous les critères ont montré qu'ils produisent le stress à différentes proportions, comme suit :

1) b.7 : Stress d'hystérie

1) c.4 : Stress névrotique

2) b.6 : Stress régulier

2) c.7 : Stress névrotique

3) b.1 : Stress objectif

3) c.6 / c.2 : Stress régulier/ Stress agité

4) b.5/b.2 : Stress agité

4) c.1/c.5 : Stress objectif

5) b.3/ b.4 : Stress névrotique

5) c.3: Stress d'hystérie

Ces résultats montrent que notre seconde hypothèse a été confirmée.

La troisième hypothèse :

L'expérience de l'entraîneur influe positivement son stress et sa prise de décision.

Selon les résultats de la recherche, nous avons remarqué que l'entraîneur prend au hasard des décisions hâtives. Cela ressort clairement des réponses des entraîneurs dans la première et la quatrième question.

En effet, dans la première question quatre entraîneurs seulement connaissent le concept exacte de la prise de décision. Ce résultat nous laisse à penser que la plupart des entraîneurs n'ont qu'une connaissance restreinte de ce processus.

Par ailleurs, dans la quatrième question, nous avons remarqué que la perception de la plupart des entraîneurs sur les étapes clés pour prendre une décision est peu convaincante. En effet, seulement 14.28% d'entre eux ont répondu favorablement alors que 85.71% des réponses ne répondaient pas aux étapes que le Dr David O'hare avait définies telles que :

1. Définir le problème.
2. Collecter des informations en vision périphérique.
3. Chercher les solutions.
4. Choisir une solution.
5. Appliquer la solution choisie.
6. Valider la justesse de la solution choisie.

En revanche, nous avons constaté que les entraîneurs qui ont une compréhension correcte du processus de prise de décision et qui connaissent les étapes clés de prise de décision dans leur ordre correct ont un faible taux d'anxiété. Par ailleurs, leur type d'anxiété est soit objectif, soit naturel, ce qui n'affecte pas leurs décisions.

Ces résultats confirment cette troisième hypothèse

8- Conclusion générale :

De nombreux travaux en psychologie du sport et plus particulièrement en psychologie cognitive, se sont penchés à explorer la mémoire et la prise de décision dans différents domaines. Dans ce sens, notre modeste étude visait à montrer la perception de l'impact du stress sur le processus de prise de décision chez les entraîneurs afin d'optimiser leurs performances et la performance de leur équipe

En effet, le sport en générale et le football particulièrement est considéré comme un terrain fertile dans beaucoup de sport qui nécessite une rapide réflexion pour prendre la décision appropriée au moment opportun comme se sont entendus à le montrer les différents travaux de :

(Francis Jordanne 1998 – Doucet – 2005 - Jacques Metzler 2005) relatives à l'optimisation de la performance sportive.

Par ailleurs, le processus de prise de décision est considéré comme étant un facteur essentiel afin d'optimiser les capacités des joueurs et de l'équipe et l'amélioration de leurs prestations.

Cette étude a été menée sur 14 entraîneurs de la wilaya d' EL-BAYADH avec les clubs **(Mouloudia Club EL -BAYADH)** et **(Al-Tarji football club)** et **(Raja football club)**. Le but était d'explorer les concepts de prise de décision et du stress chez les entraîneurs ainsi que d'évaluer la perception de l'impact du stress des entraîneurs sur la prise de décision. Pour enfin aider d'une part, l'entraîneur à maîtriser le stress avant et pendant le match et d'autre part, lui permettre d'identifier clairement les objectifs à atteindre de manière professionnelle. Cette étude visait aussi à comprendre et à aider l'entraîneurs à prendre des décisions efficaces et efficaces.

Par ailleurs, il y a lieu de procéder à encore plus de recherche sur la prise de décision et le stress chez les entraîneurs pour améliorer et élever le niveau et la qualité de l'entraînement sportif.

A coup sûr, les résultats n'en seront que plus probants. Les lendemains seront certainement meilleurs.

9. Recommandations

De par l'importance fondamentale de la prise de décision et du stress sur la performance sportive, à l'issue de ce modeste travail de recherche, nous proposons :

1. Tirer profit des entraîneurs expérimentés pour approcher les indicateurs nécessaires à la prise de décision dans un contexte où les contraintes sont diverses et où l'entraîneur doit répondre dans un laps de temps très court et avec une efficacité maximum.
2. Prendre en considération le processus de prise de décision et l'impact du stress dans l'entraînement sportif moderne et leurs accorder une plus grande importance compte tenu du rôle influant qu'ils apportent à la performance sportive individuelle et collective.
3. Proposer aux ligues de football en collaboration avec les universités d'organiser des journées de formation à l'intention des entraîneurs pour permettre de bien comprendre le processus de prise de décision et son importance dans le monde de l'entraînement sportif moderne.
4. Donner une totale indépendance à l'entraîneur pour lui permettre de progresser en toute confiance, Etant un véritable professionnel du terrain, engagé pleinement dans ses tâches non moins ardues et ne pas interférer avec ses pouvoirs, ce qui ne favorise pas l'atteinte de meilleurs résultats.
5. Fournir et réunir toutes les conditions appropriées comme point de départ préalable et indispensable pour que le travail de l'entraîneur s'éloigne des conflits, que ce soit entre les joueurs ou entre l'entraîneur et les joueurs. L'objectif étant plus d'affirmation pour plus de performances
6. Accompagner l'entraîneur par un conseiller psychologique, véritable tremplin professionnel sportif pour réduire le stress (facteur humain) et l'aider à surmonter vivement les problèmes externes qui affectent l'efficacité de ses décisions. L'entraîneur n'en sortira que plus renforcé et ses résultats n'en seront que plus appréciés à plus grande échelle vers plus de professionnalisme de ce noble et rude métier.

10-Bibliographie

- 1) Van Hoorebeke D. L'émotion et la prise de décision (2008) , cairn info
- 2) HARENT l'équipe PE-SPO du Service de psychologie et d'orientation de l'Université de Sherbrooke et Guillaume 2007
- 3) cnrtl centre national de ressources textuelles et lexicales 2011, Le football
- 4) ABELLIO, Pacifiques, L'entraîneur p. 204 1946 .
- 5) Mohammed Hassan Alaoui et Martin , L'entraînement sportif p 35,36 1994 /1977
- 6) Matveiev L., Aspects fondamentaux de l'entraînement 1983
- 7) Livre de Définitions d'Al-Jarjani
- 8) Jean-François Gréhaigne , Paul Godbout et Daniel Bouthier . L'enseignement et l'apprentissage de la prise de décision dans les sports d'équipe 2011
- 9) Minna Blomqvist, Tomi Vääntinen & Pekka Luhtanen . Évaluation de la prise de décision des élèves du secondaire et la capacité game-play dans le football 2005
- 10) Jeane Cote & Bruce Abernethy . Pratique sportive spécifique et le développement de la prise de décision dans l'équipe d'experts Sports de balle Joseph Baker , 2003
- 11) AC Macquet . Reconnaissance dans le processus de prise de décision une étude de cas de joueurs experts Volley-ball (2009)
- 12) Stephen Harvey & Alain Mouchet . Amélioration à l'action de prise de décision dans les sports d'équipe grâce à une approche de coaching holistique Richard L. Light, 2014
- 13) Markus Raab . La prise de décision dans le sport : Influence de la complexité sur l'apprentissage implicite et explicite 2011
- 14) Adrian Turner & Thomas J. Martinek . L'enseignement pour la compréhension: un modèle pour améliorer la prise de décision au cours du jeu 2012
- 15) Martin ROY, Ph.D. Jean-Pierre. BRUNELLE, Ph.D. Gino PERREAULT, B.Sc. Jean-François DESBIENS, Ph.D. Carlo. SPALLANZANI, Ph.D. Sylvain TURCOTTE, M.Sc. démarche systématique afin de fournir aux sportifs des moyens de qualité pour développer leur potentiel dans un environnement propice à la réalisation de leurs objectifs 2006
- 16) Guillaume HARENT Mars . Programmer, Concevoir et mettre en œuvre un cycle d'apprentissage centré sur la prise de décision en sports collectifs 2007

- 17) **Thierry Debanne** .L'important de la prise de décision du gardien de Hand-ball 2003/3
- 18) Cyril Bossard _Gilles Kermarrec _Pierre De Loor _Romain Bénard _Jacques Tisseau Sport, réalité virtuelle et conception de simulations participatives Illustration dans le domaine du football avec le simulateur CoPeFoot. 2009
- 19) Cyril Bossard/ Gilles Kermarrec / Camille De Koekelare / Denis Pasco / Jacques Tisseau. Analyser l'activité décisionnelle de joueurs de football en situation d'entraînement pour développer un modèle de joueur virtuel. Avril 2011
- 20) Dar El Fikr El Arabi . Ahmed Abdelkhaleq : La mémoire en psychologie générale. 1989
- 21) Ikhlass Mohammed Abdelhafidh et Mustapha Hassanein . Méthodes de la recherche scientifique Centre du livre et de l'édition – Le Caire Page 258 .2000
- 22) Erraoui Hossam : La mémoire fondamentale - La distribution Arabe page 47. 2000
- 23) Erraouachide : La construction de la décision scolaire et le sentiment de la sécurité et la dépendance organisationnelle. Dar El Hamed et Dar Erraya Jordanie page 116 . 2007
- 24) Ezzaghaouel Rafi'e Ennassir - Ezzaghaouel Imad Abderrahim : La psychologie de la connaissance Le Monde de l'impression et de la distribution Le Caire page 314 .2004
- 25) Ezzayat Fethi : Les bases biologiques et intellectuelles de l'activité intellectuelle de la connaissance. La connaissance, la mémoire et l'innovation. Dar Ennachr liljamiata Le Caire P 57 . 1998
- 26) El Maqsoud Echafi'i : Les principes de la recherche scientifique en éducation physique et sportive Tanchi'ate Elma'arif p 114 .2003
- 27) El Houdhoud Dalel Abdelouahed : La réalité de la prise de décision dans les écoles d'enseignement général. Etude de terrain de la publication éducative . 1996
- 28) Anderson Waslit La psychologie de la connaissance et ses applications. Le Caire Dar el Fikr Elarabi. p 64 .2007
- 29) Hammad : Encyclopédie de l'apprentissage et de l'entraînement. Le Caire Centre du livre et de l'édition . 1998
- 30) David Dove Landel et Abidi Med Jassem : psychologie générale. Amman p 70 .2009
- 31) Dioub Boudleb – Daline Fal – Nabil Naoufel et autres : La recherche scientifique en sport Le Caire P 386 . 1995
- 32) Ratib Oussama Kamel et Allaoui Med Hassen . La recherche scientifique en sport p 243. 1987
- 33) Chamel Kateb et Qeiss Naji Abdeljabbar : Principes des statistiques en éducation physique et sportive. Imprimerie de l'enseignement sportif universitaire - Université de Bagdad p19 .1989
- 34) Chaalane et Abou El Majd : Encyclopédie arabe d'éducation des jeunes. Le Caire Centre du livre et de l'édition .1996

- 35) Abdelfettah** : Techniques de la recherche scientifique et méthode de la recherche en psychologie p 106 . 2005
- 36) Abdelkader Hilmi** : Introduction aux statistiques OPU tome 2 .1993
- 37) Ali Salmi** : Prise de décisions routinières arabes en sciences administratives n°21 p 15 . 1970
- 38) Ali Mech'hour Cha'alane** : Les facteurs d'incidence sur la réussite de la prise de décision. Bulletin de l'administration n° 21 .1970
- 39) Imad Abdelatif Cherif** : Types de prises de décision dans les organismes centraux de l'administration. Jordanie Mémoire de magister non publié .1993
- 40) Omar Bouhouche et Mahmoud Douniat** : Méthodes de la recherche scientifique et démarches de recherche- OPU - ALGERIE p 85 .1995
- 41) Abdali Nacif Qacem Hassen ElHossein** : Le circuit Hachémite ; comparaison entre les coureurs de courtes distances. 2ème partie Bagdad p35 .1988
- 42) Fouqia Abdelfettah** : psychologie de la connaissance et ses applications pages 46, 47 .2002
- 43) Med Jassem El oubeidi** : Introduction à la psychologie gle. Maison de la culture de l'édition et la distribution amman p47 .2009
- 44) Med Hassen Allaoui** : sce de l'entrainement sportif 21ème édit. p 35/ 36 .1994
- 45) Christine Le Scanff** : Les différentes formes de stress et leur influence sur la performance sportive. P 50 / 70 .2005
- 46) Perniaux Alexandre** : stress-burnout à la lumière des profils motivationnels chez les entraineurs belges de football. P 30/40 . 2019

ANNEXES

**MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR ET DE LA RECHERCHE
SCIENTIFIQUE**

UNIVERSITE ABDELHAMID IBN BADIS MOSTAGANEM
INSTITUT D'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE MOSTAGANEM

DEPARTEMENT ENTRAINEMENT SPORTIF

ANNEE UNIVERSITAIRE : 2019/2020

QUESTIONNAIRE DESTINE AUX ENTRAINEURS DE FOOTBALL

DANS LE CADRE DE L'OBTENTION DU DIPLOME DE MASTER SPECIALITE
PREPARATION PHYSIQUE

INTITULE du Mémoire

**PERCEPTION DE L'IMPACT DU STRESS SUR LA PRISE DE DECISION
CHEZ LES ENTRAINEURS DE FOOTBALL**

(CAS DES ENTRAINEURS DE FOOTBALL D'EL BAYADH)

DANS LE CADRE DU RECUEIL DU PLUS GRAND NOMBRE POSSIBLE D'INFORMATIONS
RELATIVES A NOTRE ETUDE, NOUS ATTENDONS DE MRS LES ENTRAINEURS DE NOUS
PRETER LEURS SAVOIRS-FAIRE AFIN QUE CETTE ETUDE PUISSE ECLAIRER ET REpondre
AUX NOMBREUSES ATTENTES DES ACTEURS DU FOOTBALL ;

ACCEPTEZ NOS VIFS REMERCIEMENTS.

L'ETUDIANT

MESSAHEL AMAR

QUESTIONNAIRE

La prise de décision de l'entraîneur est :

	Essentielle	Importante	Moyen. Importante	Peu important	Inutile
A.1 est un processus cognitif complexe.					
A.2 est une compétence acquise par expérience					
A.3. est un processus d'analyse et de traitement des informations visuelles et cognitives					
A.4- est une opération simple qui n'a besoin que de définir le problème est de choisir une solution.					
A.5- est une Stratégie de pensée.					
A.6 est une Compétence de résolution de problèmes.					
A.7- est une réaction à une situation posée					

A / Question N°1
Cochez dans la grille de droite pour chacune des notions cites si elle vous semble essentielle, importante, moyennement importante, peu importante, inutile, pour la compréhension de la prise de décision.

B / Question N°2

Cochez dans la grille de droite pour chacun des critères quel est celui qui cause le stress avant le match ?

	Très souvent	Assez souvent	parfois	Presque jamais	jamais
B.1- Vous avez beaucoup de blessures chez les joueurs.					
B.2- Vous trouvez que votre liste de remplacements est faible.					
B.3- Vous savez que l'équipe adverse est plus forte.					
B.4- Vous savez que l'entraîneur de l'équipe adverse est très compétent					
B.5- Lorsque vous jouez en dehors de votre stade.					
B.6- Lorsque vous jouez sans le soutien du public.					
B.7- Lorsque vous avez une appréhension négative sur les décisions de l'arbitre					

- B.1- Vous avez beaucoup de blessures chez les joueurs.**
- B.2- Vous trouvez que votre liste de remplacements est faible.**
- B.3- Vous savez que l'équipe adverse est plus forte.**
- B.4- Vous savez que l'entraîneur de l'équipe adverse est très compétent**
- B.5- Lorsque vous jouez en dehors de votre stade.**
- B.6- Lorsque vous jouez sans le soutien du public.**
- B.7- Lorsque vous avez une appréhension négative sur les décisions de l'arbitre**

C / Question N°3

Cochez dans la grille de droite pour chacun des critères quel est celui qui cause le stress pendant le match ?

- C.1- Vous avez beaucoup de compétitions sportives durant l'année.**
- C.2- Vous avez des problèmes affectant votre réflexion en dehors de l'équipe.**
- C.3- Vous avez beaucoup de décisions à prendre au cours de la semaine.**
- C.4- Vous avez des conflits au sein de l'équipe qui perturbent vos prises de décisions**
- C.5- Vous n'arrivez pas à trouver les bonnes solutions.**
- C.6- Les résultats des matchs ne répondent pas aux objectives du club.**
- C.7- Les changements au cours du match ne sont pas efficaces.**

Très souvent	Assez souvent	parfois	Presque jamais	jamais

D / Question N°4 : Classez dans la grille à droite ce que vous pensez être l'ordre approprié pour les étapes clés de la prise de décision de 1 à 6.

Les étapes clés pour une prise de décision sont	1	2	3	4	5	6
- D.1- Collecter des informations en vision périphérique						
- D.2 Chercher les solutions						
- D.3 Choisir une solution						
- D.4 Définir le problème						
- D.5 Valider la justesse de la solution choisie						
- D.6 Appliquer la solution choisie						

Commentaire ou précisions (éventuels)

Je vous remercie vivement pour toute l'attention que vous avez bien voulu porter à ce questionnaire.

L'ETUDIANT

MESSAHEL AMAR

Résumé de l'étude :

La présente étude a pour objet la perception de l'impact du stress sur la prise de décision chez les entraîneurs de football. Elle a été menée auprès de trois équipes : le MCEB, (le Mouloudia Club

d'El-Bayadh) et (Al-Tarji football club) et (Raja football club).

L'objectif de cette recherche est de clarifier l'impact du stress sur les décisions des entraîneurs, et l'importance de l'entraînement sur la prise de décision pour développer le niveau de l'équipe à moyen et à long termes. A cet effet, nous avons émis un certain nombre d'hypothèses qui attestent que le stress affecte négativement les décisions des entraîneurs et qu'il existe de nombreux types de stress qui influencent les décisions de l'entraîneur à différents degrés. Il apparaît aussi, que la plupart des entraîneurs ne possèdent pas un arrière plan théorique sur le processus de prise de décision.

Notre échantillon était composé de manière Aléatoire de 21 entraîneurs dont 11 sont de

(Al-Tarji football club) et 5 de : le MCEB, (le Mouloudia Club d'El-Bayadh) et 6 de (Raja football club) .

07 entraîneurs ont été choisis aléatoirement pour valider dans une première étape notre questionnaire. Ensuite nous avons présenté notre questionnaire à 14 entraîneurs de différents niveaux d'expertise. Nous avons procédé à la distribution du questionnaire auprès des entraîneurs après évaluation des experts universitaires et de terrain.

Les résultats obtenus montrent l'existence de différents types de stress qui affectent les décisions des entraîneurs dont le plus important et le plus influent est le stress névrotique et agité. En effet, la majorité des entraîneurs sont affectés par ce stress et ne connaissent ni ce que cela signifie vraiment ni les étapes clés du processus de prise de décision. Tous ces résultats ont été obtenus par l'utilisation d'un programme statistique SPSS (version 24) et le calcul des pourcentages.

L'étudiant chercheur a conclu qu'il faut accorder une grande importance à l'étude de la gestion du stress pour optimiser la prise de décision au cours de la compétition sportive, particulièrement en football.

Cela passe par l'appropriation des nouvelles méthodes d'entraînement à la prise de décision en situation de stress et la participation aux différents séminaires et journées de formation à l'intention des entraîneurs par des experts et des professionnelles des déterminants psychologiques de la performance sportive

L'étudiant chercheur

Messahel Amar

Abstract:

The purpose of this study is the perception of the impact of stress on decision-making among football coaches. It was conducted with three teams: the MCEB, (the Mouloudia Club of El-Bayadh) and (Al-Tarji football club) and (Raja football club).

The objective of this research is to clarify the impact of stress on the decisions of coaches, and the importance of training on decision-making to develop the level of the team in the medium and long term; and for that we have put forward a certain number of hypotheses which attest that the stress affects negatively on the decisions of the trainers and that there are many types of stress which influence the decisions of the trainer to different degrees, and that most coaches do not have a theoretical background on the phenomenon of decision-making.

We took a random sample; this sample is made up of 21 coaches, 11 of whom are from (Al-Tarji football club) and 5 from: MCEB, (Mouloudia Club of El-Bayadh) and 6 from (Raja football club).

We took 7 coaches as an observational sample and 14 coaches as an experimental sample; we distributed a number of questionnaires to coaches; these questionnaires were refereed by a group of experts.

On the basis of the results obtained, it appeared that there are a number of types of stress that affect the decisions of coaches, the most important and most influential of which is neurotic and agitated stress, and that the majority of coaches affected by stress as well as neither know what the phenomenon of decision making really means nor its importance. All of these results were obtained through the use of an SPSS statistical program and the calculation of percentages.

The student researcher concluded that great importance should be attached to the factor of decision-making in the training operation, particularly in football for the destitute of stress. This was done through the organization of study days for coaches by EPS experts and teachers on this phenomenon and its importance in the world of modern sport as in developed countries. This on the one hand, and on the other hand it is up to the sports company to bring together the best factors and the best possible conditions for the trainer to allow him to carry out his task in the most suitable and efficient way to arrive to a high level sport.

The researcher student

Messahel Amar

ملخص الدراسة :

الغرض من هذه الدراسة هو تصور تأثير القلق على نع القرار لدى مدربي كرة القدم. تم تنفيذه على ثلاثة فرق MCEB (نادي مولودية البيض) و (نادي الترجي لكرة القدم) و (نادي الرجاء لكرة القدم)

الهدف من هذا البحث هو توضيح أثر القلق على قرارات المدربين ، وأهمية التدريب على اتخاذ القرار لتطوير مستوى الفريق على المدى المتوسط والطويل ؛ ولهذا قمنا بطرح عدد معين من الفرضيات التي تؤكد القلق يؤثر سلبيًا على قرارات المدربين و هناك العديد من أنواع القلق التي تؤثر على قرارات المدرب بدرجات مختلفة ، و معظم المدربين ليس لديهم خلفية نظرية عن اهرة نع القرار.

أخذنا عينة عشوائية. تتكو هذه العينة من 21 مدربًا ، 11 منهم من (نادي الترجي لكرة القدم) و 5 من MCEB (نادي مولودية البيض) و 6 من (نادي الرجاء لكرة القدم).

أخذنا 7 مدربين كعينة استطلاعية و 14 مدربًا كعينة تجريبية ؛ قمنا بتوزيع عدد من الاستبيانات على المدربين. وقد تم تحكيم هذه الاستبيانات من قبل مجموعة من الخبراء.

بناءً على النتائج التي تم الحصول عليها ، يبدو هناك عددًا من أنواع القلق التي تؤثر على قرارات المدربين ، وأهمها وأكثرها تأثيرًا هو القلق العصبي والهائم (الطلق) ، و غالبية المدربين يتأثرو بالقلق و لا يعرفون ما معنى مفهوم نع القرار قا ولا أهميتها. تم الحصول على جميع هذه النتائج من خلال استخدام برنامج إحصائي SPSS و ساب النسب المئوية.

وخلص الطالب الباحث إلى ضرورة إعطاء أهمية كبيرة لعامل اتخاذ القرار في عملية التدريب، وخاصة في كرة القدم لتقليل تأثير القلق. هذا من خلال تنظيم أيام دراسية للمدربين من قبل خبراء وأساتذة معاهد التربية البدنية و الرياضية بخصوص هذه المفهوم وأهميته في عالم الرياضة الحديثة كما هو الحال في البلد المتقدمة. هذا من لية، ومن لية أخرى، يعود الأمر إلى المجتمع الرياضي لخلق أفضل العوامل و توفير أفضل الظروف الممكنة للمدرب لتمكينه من تنفيذ مهمته بفعالية و جاعة للو ول بالرياضة إلى المستوى العالي و ترافي .

الطالب الباحث :

مسهل عمر بن عامر