

# Profils psychologiques différentiels de pratiquants de deux arts martiaux, le judo et le karaté, et de non pratiquants

Jimmy Francoeur

17751290

## Table des matières

Sommaire.....	ii
Liste des tableaux .....	viii
Liste des figures.....	vii
Remerciements.....	viii
Introduction .....	1
Contexte théorique .....	5
Les arts martiaux.....	7
Compréhension générale des arts martiaux.....	7
Histoire des arts martiaux japonais.....	11
Arts martiaux à l'étude: le karaté et le judo.....	18
L'aspect moral des arts martiaux.....	24
L'aspect religieux des arts martiaux.....	26
La psychologie et les arts martiaux.....	31
Les écrits en psychologie portant sur les arts martiaux .....	31
Objectifs de la présente recherche.....	40
Hypothèse de base.....	41
Hypothèses spécifiques.....	41
Méthode.....	43
Participants.....	44
Karaté.....	45
Judo.....	46
Groupe contrôle.....	46
Critères d'exclusions.....	47
Instruments de mesure.....	47
Le questionnaire sociodémographique.....	48
Le Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D-F)...	49
Le State-Trait Anxiety Inventory (STAI-Y).....	49
La Mesure d'actualisation du potentiel (MAP).....	50
Le 16 Personality Factors (16-PF).....	51
Déroulement.....	52
Plan d'expérience.....	53
Résultats .....	54
Caractéristiques sociodémographiques des participants.....	55
Différences entre les pratiquants d'arts martiaux et les non pratiquants sur les variables dépression, anxiété de trait et d'état et actualisation de soi.....	58
Différences intergroupes sur des variables de personnalité.....	61

Différences entre les pratiquants d'arts martiaux avancés et débutants sur les variables dépression, anxiété de trait et d'état et actualisation de soi.....	66
Différences entre les pratiquants débutants et avancés sur les variables de personnalité en tenant compte de l'art martial pratiqué.....	70
Discussion .....	82
Les variables psychologiques à l'étude.....	84
La dépression.....	84
L'anxiété de trait et d'état.....	86
L'actualisation de soi.....	91
Les variables de personnalité .....	96
Différences intergroupes.....	96
Différences entre les pratiquants débutants et avancés des arts martiaux.....	102
Profils psychologiques des différents groupes.....	113
Profil psychologique des pratiquants d'arts martiaux.....	113
Profils psychologiques des pratiquants débutants et avancés des arts martiaux.....	114
Profil psychologique des pratiquants du karaté.....	115
Profils psychologiques des débutants et avancés du karaté.....	115
Profil psychologique des pratiquants du judo.....	116
Profils psychologiques des débutants et avancés du judo.....	116
Forces et limites de la recherche.....	117
Avenues de recherche.....	118
Conclusion .....	120
Références .....	127
Appendice A: Critères diagnostiques de la dépression.....	135
Appendice B: Description de la recherche.....	138
Appendice C: Formulaire de consentement.....	140
Appendice D: Questionnaire.....	141

9 janvier 2004