

Construction d'une transition de carrière adaptative ou maladaptative par des athlètes sanctionnés suite à un test antidopage positif

Travail de fin d'études en vue de l'obtention du titre de
Master of Science en sciences du sport
Option enseignement

déposé par

Samir Morrhad

à

l'Université de Fribourg, Suisse
Faculté des sciences et de médecine
Section Médecine
Département des neurosciences et sciences du mouvement

en collaboration avec la
Haute école fédérale de sport de Macolin

Référent
Prof. Jean-Pierre Bresciani

Conseiller / Conseillère
Dr. Psych. Mattia Piffaretti

Fribourg, décembre 2021

Remerciements

Je tiens à remercier l'ensemble des personnes que j'ai pu consulter et qui ont répondu positivement à mes demandes.

Je tiens à remercier M. Mattia Piffaretti de m'avoir offert la possibilité d'effectuer ce travail de recherche et du soutien qu'il m'a accordé.

Je tiens aussi à remercier Mme RoCHAT Déborah pour le suivi et sa collaboration dans l'analyse des verbatims des athlètes.

Résumé

Les athlètes peuvent être confrontés à un arrêt de carrière sans l'avoir anticipé. Dans cette étude, nous nous intéressons aux sportifs qui ont eu une sanction suite à un test antidopage positif. L'intérêt de cette étude est l'identification et la compréhension des facteurs qui impactent la qualité de la transition de carrière. Pour ce faire, nous avons interrogé onze athlètes sanctionnés suite à un test antidopage positif à l'aide d'un guide d'entretien composé de 51 questions. Nous avons mené des entretiens semi-directifs que nous avons enregistrés. Les échanges ont été retranscrits et traduits en langue française. Pour traiter les données, nous avons construit un tableau d'analyse sur la base du modèle conceptuel de Taylor et Ogilvie. Le verbatim des athlètes a été thématiqué dans le but de l'interpréter. Les onze sportifs ont vécu une phase de transition maladaptative avec des sentiments et des émotions négatifs. Notre analyse rend compte que les athlètes étaient en colère, triste, effondré et découragé. Cette manière de vivre la transition de carrière est directement liée aux facteurs déclencheurs, aux facteurs /ressources d'adaptations et ressources disponibles.

Table des matières

Table des matières.....	4
1 Introduction	5
1.1 Dopage : Histoire et définition.....	5
1.2 La psychologie du dopage	6
1.3 La transition sportive : Modèle de l'adaptation à la transition	8
1.4 Objectif de travail.....	16
2 Méthodologie	18
2.1 Sélection	18
2.2 Échantillon	18
2.3 Collecte des données	19
2.4 Description du guide d'entretien	19
2.5 Description du tableau d'analyse	22
3 Résultats	24
3.1 Facteurs déclencheurs.....	24
3.2 Facteurs d'adaptation.....	26
3.3 Transition de crise	28
3.4 Ressources d'adaptation	30
3.5 Ressources disponibles	32
4 Discussion.....	34
5 Conclusion	40
6 Bibliographie	41
7 Annexe.....	47

1 Introduction

1.1 Dopage : Histoire et définition

Le monde du sport est régi par un ensemble de règles que les sportifs doivent respecter (Vamplew, 2007). L'une des règles concerne l'utilisation de produits dopants. Le dopage est « l'usage ou la tentative d'usage par un sportif d'une substance interdite ou d'une méthode interdite » (Agence mondiale antidopage, 2021). L'augmentation de manière artificielle des performances des sportifs est une pratique qui existe depuis l'antiquité (Mondenard, 2000). Pour certains athlètes, la prise de produits dopants a été fatale. On peut prendre les exemples du cycliste danois Knud Enemark Jensen aux Jeux Olympiques de Rome qui meurt en 1960 et le cycliste britannique Tom Simpson qui décède pendant le Tour de France en 1967 (Allard et al., 2008). De telles tragédies ont motivé l'introduction de tests antidopage par le Comité international olympique (CIO) pour la première fois dans le monde du sport en 1968 (Aissi, 1996). Le sport, sali par le dopage, a alors fait l'objet de campagnes afin de préserver la santé des athlètes qui n'avaient pas pour priorité de promouvoir un sport dit « propre » (Hauw, 2016).

Dès 1999, le CIO organise une Conférence mondiale antidopage à Lausanne en créant l'Agence Mondiale Antidopage (AMA) (Allard et al., 2008). L'AMA a été créée la même année sous la forme d'une organisation internationale indépendante, celle-ci étant financée par les gouvernements et le mouvement sportif (Agence mondiale antidopage, 2021).

Actuellement, des contrôles spontanés sont organisés par les équipes internes de l'AMA en collaboration avec des partenaires externes comme les fédérations internationales, les organisations antidopage telles que la fondation Antidoping Suisse et les forces de l'ordre. Leur mission consiste à vérifier si les règles définies par l'AMA sont respectées. La réglementation relative au dopage se trouve dans le code mondial antidopage dont la dernière version est entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2009 (Agence mondiale antidopage, 2021). L'AMA définit le concept de dopage sous forme d'une ou plusieurs violations des règles antidopage qu'elle énonce dans ses articles, dont l'article 2.1. Il s'agit ainsi de la « Présence d'une substance interdite, de ses métabolites ou de ses marqueurs dans un échantillon fourni par un sportif » (Agence mondiale antidopage, 2021). L'AMA mène un mouvement mondial en faveur d'un sport sans dopage pour protéger les sportifs contre les effets atteignant leur intégrité physique et psychologique (Agence mondiale antidopage, 2021).

Elle applique une politique de dissuasion en ayant recours à des moyens de contrôle de plus en plus efficaces et nombreux en appliquant de lourdes sanctions. Chaque année, l'AMA publie

les données sur les rapports d'analyses effectués par les laboratoires accrédités afin de respecter la transparence de la situation envers l'ensemble des sportifs et des fédérations. On constate une diminution des résultats d'analyses anormaux (RAA) entre 2012 et 2019 malgré l'intensification des contrôles et de leur efficacité. Ce constat met en évidence un effet positif des épisodes et des programmes de sensibilisation que les athlètes suivent au cours de leur carrière. En effet, une meilleure connaissance des produits interdits, des applications d'accompagnement pour les sportifs en cas de doutes, des journées de sensibilisation sur les produits et des séances de sensibilisation concernant les droits et devoirs des athlètes ont un impact sur ce constat. Une critique est à émettre au sujet de cette diminution de RAA étant donné que les chiffres ne mettent pas en évidence le nombre de sportifs sanctionnés mais bien le nombre de cas positifs au test antidopage. Certains athlètes suivent des traitements contrôlés qui laisseraient penser à un résultat positif (Kayser, 2011; Lafarge et al., 1997).

1.2 La psychologie du dopage

1.2.1 Facteurs de consommation

Il est intéressant de comprendre dans quel contexte psychologique s'inscrit la prise de produits dopants. L'AMA enquête sur les trajectoires d'éthique antidopage des athlètes élités afin de comprendre ce qui pourrait encourager les athlètes élités à avoir des consommations considérées comme dopantes (Goddard et al., 2006). Le but étant de trouver des solutions permettant de mieux cibler les athlètes qui auraient tendance à avoir une consommation considérée comme dopante, et, trouver la meilleure approche pour accompagner les sportifs tout au long de leur carrière afin qu'ils puissent construire une éthique antidopage conforme à la réglementation en vigueur (Demeslay, 2013).

À un certain niveau sportif, les valeurs du sport se trouvent scindées en deux. Certains athlètes se retrouvent entre la volonté de suivre les valeurs du sport visant le fair-play et l'égalité ou les valeurs poussant l'athlète au dépassement de soi, de ses performances ce qui peut avoir tendance à l'orienter vers un comportement déviant (Goddard et al., 2006). En effet, l'objectif de tous les athlètes est d'accroître leur performance sportive et de dépasser leurs limites. Cette volonté d'être sacré meilleur athlète de sa discipline peut conduire à des comportements interdits en termes de consommation de produits et du respect des règles de contrôle (Valois et al., 2002). La consommation de produits dopants s'est développée dans le but d'accroître les performances sportives et ainsi de dépasser les limites pour gagner des compétitions sportives (Valois et al., 2002).

Dans le domaine du sport de haut niveau, les enjeux vont au-delà des simples valeurs du sport. Le sport, étant la seule source de revenus, pousse l'athlète à utiliser des substances interdites permettant de subvenir à ses besoins (Goddard et al., 2006). La pression médiatique, la pression de l'entourage ainsi que les enjeux financiers sont des facteurs de risques conduisant les athlètes à avoir des consommations considérées comme dopantes (Nicolai, 2014).

Un autre facteur est à prendre en considération, celui de la consommation récréative. En effet, certains athlètes sont sanctionnés pour avoir consommé des produits dont la finalité est plutôt festive ou de l'ordre d'un contexte social et non pas dans le but d'amélioration d'une performance (Piffaretti, 2011).

1.2.2 Impact d'un test positif

L'une des raisons du retrait sportif involontaire est lorsqu'un test antidopage se révèle être positif. Cela entraîne une sanction de deux ans à l'encontre de l'athlète qui a un test antidopage positif et se trouve ainsi privé de compétition sportive. Par conséquent, l'athlète, perd ses repères d'un point de vue social, physique et professionnel (Stephan, 2003). Certains athlètes ont un résultat dit « anormal » lors d'un test antidopage mais ne sont pas systématiquement sanctionnés. Il existe des situations où les athlètes bénéficient plutôt d'un suivi par des médecins et sont déclarés comme consommateurs de certains produits à effet thérapeutique et n'encourent pas de sanction (Chapitre II : Lutte contre le dopage (Articles L232-1 à L232-31) - Légifrance, s. d.). Des athlètes se voient sanctionnés suite à un test positif alors qu'ils n'en n'avaient pas l'intention. Un exemple assez représentatif de cette idée est le souhait de vouloir soigner son rhume et de prendre un médicament composé de produits interdits. Il est difficile de cerner si la prise de médicaments interdits est involontaire ou volontaire étant donné que le sportif concerné peut consommer sans le savoir. De plus, des athlètes prennent des produits dopants suite à l'emprise à laquelle ils sont sujets. En effet, des sportifs de haut niveau sont influencés par l'entourage et subissent un travail d'acceptation et de dédramatisation sur la consommation desdits produits (Audy et al., 2014).

L'arrêt non prévu de la carrière sportive est délétère et se traduit généralement par le vécu de situations de crise qui s'associent à des sentiments et des émotions négatifs. Durant cette période l'athlète subit une transformation corporelle et un manque d'adrénaline, s'ensuivent des phases de reconstruction psychologique et social (Stephan, 2003).

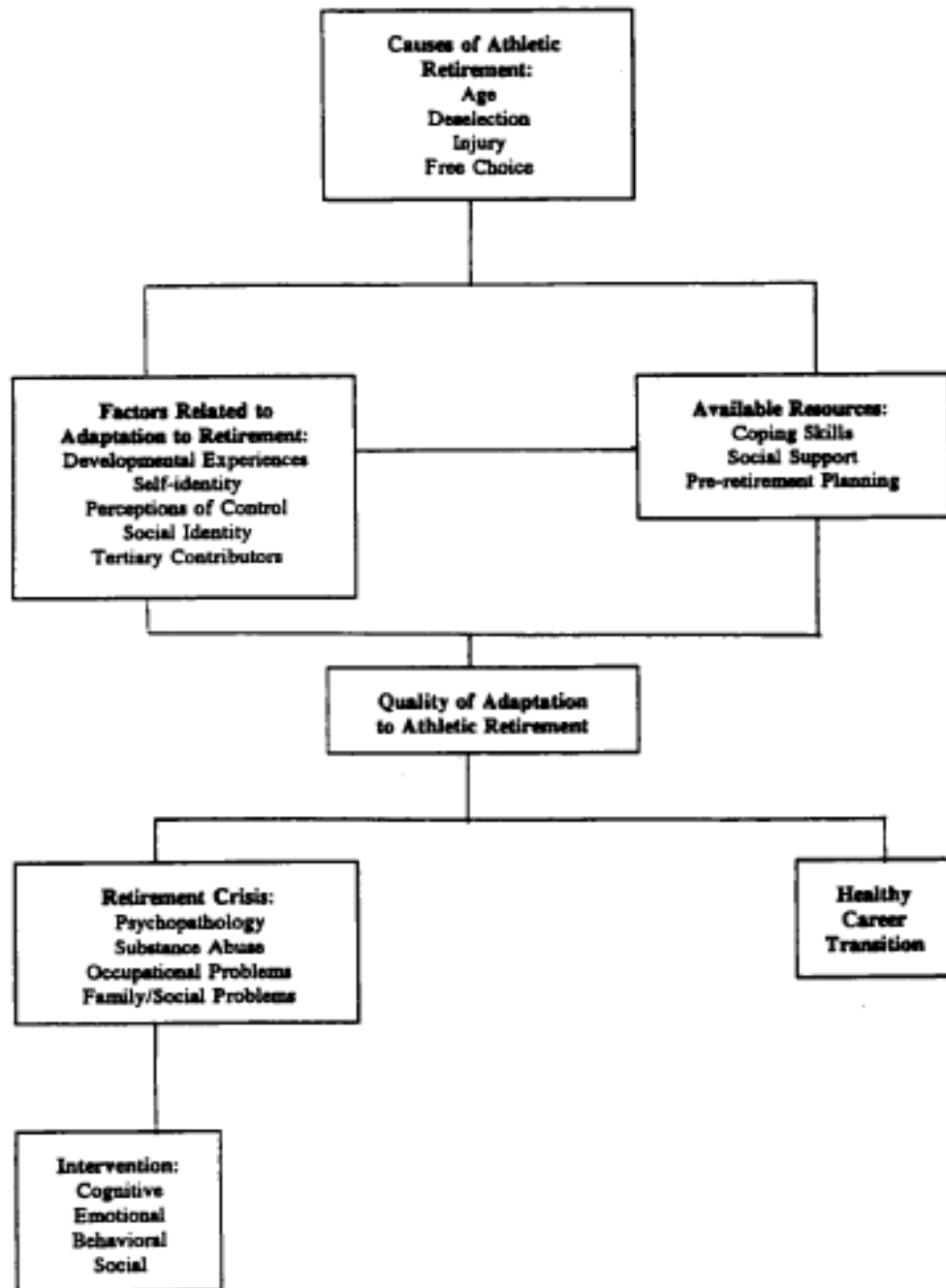
1.3 La transition sportive : Modèle de l'adaptation à la transition

Depuis des années, les recherches se sont focalisées sur les expériences vécues par les athlètes dès l'après carrière. Il a été constaté que les athlètes professionnels vivaient fréquemment des périodes de crise (Taylor & Ogilvie, 1994). Il a aussi été constaté que certains athlètes vivent une retraite sportive positive.

Un modèle conceptuel de la transition sportive a été créé par Taylor et Ogilvie en 1994. Ce concept s'appuie sur toutes les recherches empiriques et théoriques antérieures sur des athlètes étant en transition de carrière. Il en est ressorti un modèle qui expose tous les éléments liés à la transition de carrière, des facteurs déclencheurs jusqu'aux conséquences.

Figure 1

Modèle conceptuel de l'adaptation au retrait sportif (Taylor & Ogilvie, 1994)



Note. Ce modèle hiérarchise les différents facteurs et les situe temporellement. Celui-ci est constitué des facteurs d'adaptation (identité sociale, identité de soi), des ressources d'adaptation (soutien social, stratégie de faire face, planning de pré-retraite), des facteurs liés à une transition de carrière en détresse (problèmes financiers, sociaux, difficulté d'ajustement) et des facteurs liés aux interventions (cognitive, émotionnelle, comportementale, sociale, organisationnelle).

1.3.1 Facteurs déclencheurs :

Selon Taylor et Ogilvie, l'arrêt d'une carrière est le plus souvent lié à quatre facteurs déclencheurs qui sont : l'âge, la désélection, une blessure et le libre choix. Une transition de carrière en détresse est un processus dynamique qui démarre dès le facteur déclencheur. La qualité des facteurs psychologiques, physiques et sociaux amplifieront ou non cette situation de crise.

L'âge est un facteur de la baisse de la performance, elle est donc une cause de la retraite sportive. Certains athlètes témoignent de l'importance de l'âge à la retraite (Schmitt & Leonard, 1986). Des études empiriques ont démontré une corrélation négative entre l'âge et la performance (Mihovilovic, 1968). En effet, l'âge influence l'aspect psychologique, physiologique et social. Pour des athlètes adolescents pratiquants des sports à performances de haut niveau comme la gymnastique peuvent avoir une fin de carrière en étant encore adolescents. La puberté menant aux changements physiques peut avoir un effet négatif en limitant le développement moteur et les performances.

Chez les sportifs plus âgés, des difficultés sont ressenties dans les sports collectifs comme le football et le baseball, aussi, dans des sports individuels tels que le tennis qui exigent certaines compétences motrices et physiques (Fisher & Conlee, 1979). La durée en haut niveau est expliquée par la capacité à maintenir un certain niveau physique jusqu'à arriver à une détérioration physique naturelle qui diminue les performances sportives (Fisher & Conlee, 1979)

Ceux dont la carrière se termine par la diminution de leur performance peuvent perdre leur identité sportive en étant dévalorisés par leurs coéquipiers et leurs proches. Cette perte d'identité sportive tend l'athlète à des difficultés lors de la transition de carrière (Sinclair & Orlick, 1993).

A tous les niveaux, l'athlète est dépendant de sa sélection ou de sa non sélection. C'est un processus qui suit la logique du « plus fort qui a sa place » laissant de côté ceux qui ne répondent pas aux critères nécessaires à la performance demandé. Les clubs sportifs suivent une philosophie qui est orientée vers la victoire ce qui pousse à la concurrence au sein des clubs. En moyenne un sportif professionnel maintient sa place entre quatre et cinq ans (Williams, 1993).

Une blessure peut obliger l'athlète à mettre fin à sa carrière si elle est grave et/ou chronique ce qui pourrait l'empêcher d'évoluer, voire de conserver sa place. En moyenne, 25% des athlètes contraints à une retraite anticipée aurait pour cause une blessure (Allison & Meyer, 1988).

Les blessures peuvent être source de différentes difficultés psychologiques comme la peur, l'anxiété et la perte de l'estime de soi (Williams, 1993), la dépression et la toxicomanie (Ogilvie & Howe, 1986).

L'arrêt de la carrière sportive peut être décidée par le libre choix de l'athlète, en général, lorsque c'est le cas, il s'ensuit une fin de carrière perçue comme positive. (Coakley, 1983). Celle-ci est une cause courante de retraite chez les athlètes (Mihovilovic, 1968). C'est la cause la moins contraignante pour l'athlète car c'est lui qui prend sa propre décision. Cette décision est prise pour différentes raisons, elles peuvent être sportive et/ou sociale (Werthner & Orlick, 1986). Dans ce scénario, les valeurs, les motivations et les désirs peuvent changer pour de nouveaux objectifs (Blinde & Greendorfer, 1985).

1.3.2 Facteurs d'adaptations

Les athlètes sont confrontés à différents changements psychologiques, sociaux, financiers et professionnels. Ces changements peuvent parfois influencer la qualité d'adaptation durant la période de sanction.

Les expériences de développement vécues depuis le début de la carrière auront une incidence sur l'émergence des perceptions de soi et des compétences interpersonnelles qui influenceront la façon dont les athlètes s'adaptent à la transition de carrière. Dès le début de la carrière sportive, l'investissement personnel dans la réussite sportive d'élite et la poursuite de celle-ci, bien qu'il s'agisse d'un objectif louable, peut conduire à un développement limité (R. E. Smith et al., 1979).

La vie d'un athlète se développe autour de la performance et de la victoire, une approche plus globale du développement sportif peut être bénéfique dès le début de la vie de l'athlète (Pearson & Petitpas, 1990).

Dans le cadre scolaire, l'élève poursuit un développement sur la base d'un ensemble de facteurs préalablement définis dans le cadre des programmes d'Education Physique. L'idée est de tendre vers un être équilibré. Les complications auxquelles sont confrontés les sportifs de haut niveau trouvent leur origine dans un développement axé uniquement sur la performance. Il faudrait proposer un développement physique mais aussi psychologique. Ce type d'intervention diminuera la probabilité que les facteurs liés à la qualité de la transition de carrière contribuent à une retraite négative plus tard (Remer, 1978).

L'importance que l'athlète donne à sa valeur personnelle en fonction de ses réalisations sportives va influencer son adaptation à la transition de carrière (Blinde & Greendorfer, 1985). Les

sportifs qui ont été baignés uniquement dans l'univers du sport auront une identité personnelle restreinte à leur sport (Brewer et al., 1993). Sans l'apport de leur sport, les athlètes retraités ont peu de choses pour soutenir leur sentiment d'estime de soi (Pearson & Petitpas, 1990).

Le degré de contrôle perçu par les athlètes concernant l'arrêt de leur carrière peut avoir un impact sur leur réaction concernant cette réorientation de carrière (McPherson, 1980). Parmi les quatre principales causes de la retraite des athlètes évoquées ci-dessus, à savoir l'âge, la désélection, les blessures et le libre choix, les trois premières échappent principalement au contrôle de l'athlète individuel. Cette absence de contrôle qui fait suite à un événement si intrinsèquement lié à l'identité de l'athlète peut créer une situation hautement menaçante (Blinde & Greendorfer, 1985). Les causes de la retraite de nombreux athlètes sont indépendantes de leur volonté et ils ont connu une diminution de leur sentiment de contrôle personnel après leur retraite (Werthner & Orlick, 1986). Les perceptions de contrôle peuvent influencer les sentiments d'impuissance (Friedlander, 1984), la motivation, les changements physiologiques et la confiance en soi (Taché & Selye, 1985). La perte de perception de contrôle est associée à différentes pathologies dont l'anxiété, la dépression et les troubles dissociatifs (Putnam, 1989).

La diversité des identités sociales des athlètes peut affecter leur adaptation à la transition de carrière. La retraite peut se traduire par une perte de statut et d'identité sociale (F. J. Gorbett, 1985). De nombreux athlètes se définissent en fonction de leur statut populaire, bien que cette reconnaissance soit généralement de courte durée. Par conséquent, les athlètes retraités peuvent remettre en question leur valeur personnelle et ressentir le besoin de regagner l'estime du public qu'ils ont perdue (McPherson, 1980).

Le statut socio-économique peut influencer le processus d'adaptation. Les athlètes qui dépendent financièrement de leur participation sportive et qui possèdent peu d'aptitudes pour gagner leur vie en dehors du sport ou qui ont des ressources financières limitées sur lesquelles se reposer peuvent percevoir la retraite comme plus menaçante et, par conséquent, manifester une détresse (Werthner & Orlick, 1986).

1.3.3 Qualité de la transition de carrière

Certains athlètes contraints de mettre fin à leur carrière sportive ressentent de la détresse. Aujourd'hui, peu d'études mettent en évidence les difficultés de la transition de carrière sportive (Coakley, 1983).

Un groupe de chercheurs affirme que la transition de carrière peut provoquer une détresse qui se manifeste par une grande variété de moyens perturbateurs. Un tiers d'un échantillon d'athlètes

amateurs et d'élite a éprouvé des problèmes de niveau moyen à grave liés à l'absence des aspects sociaux de leur sport, des pressions professionnelles, scolaires et financières (Sinclair & Orlick, 1993).

Des manifestations observables graves peuvent avoir lieu lors de la phase de transition. Des comportements déviants tels que l'abus d'alcool, de drogues, la participation à des activités criminelles, une anxiété importante, une dépression aiguë et d'autres problèmes émotionnels surviennent après la retraite. L'émergence de la détresse chez les athlètes d'élite amateurs et professionnels est probablement due au fait qu'ils investissent beaucoup plus dans leur vie sportive et qu'ils s'engagent à poursuivre leur carrière sportive à l'âge adulte (Mihovilovic, 1968).

1.3.4 Ressources d'adaptation

L'adaptation des athlètes à la réorientation de carrière dépend des ressources dont ils disposent pour surmonter les difficultés qui se présentent. Deux facteurs peuvent influencer la capacité des personnes à répondre efficacement à ces problèmes : le soutien psychologique et le soutien social (R. E. Smith, 1986). La recherche indique qu'une autre ressource précieuse, la planification de la préretraite, peut influencer de façon significative l'adaptation à la transition de carrière (Pearson & Petitpas, 1990).

Au cours de la retraite, les athlètes sont confrontés à des changements spectaculaires dans leur vie personnelle, sociale et professionnelle. Ces changements les affecteront sur le plan cognitif, émotionnel et comportemental. La qualité de l'adaptation à la transition de carrière vécue par les athlètes dépendra de la manière dont ils répondent à ces changements. La disponibilité de stratégies d'adaptation efficaces peut faciliter ce processus et réduire la probabilité d'apparition de difficultés. Trouver un autre centre d'intérêt pour remplacer la participation sportive des athlètes, se tenir occupé, maintenir leur régime d'entraînement/exercice, parler à quelqu'un qui les écoute et rester en contact avec leur sport et leurs amis sportifs sont des stratégies d'adaptation efficaces pour faciliter le processus de transition (Sinclair & Orlick, 1993).

En raison de l'immersion psychologique et sociale totale des athlètes dans le monde du sport, la majorité de leurs amis, connaissances se trouvent dans l'environnement sportif et leurs activités sociales tournent souvent autour de leur vie sportive (Botterill, 1990). Ainsi, le principal système de soutien social des athlètes sera souvent dérivé de leur engagement sportif (Coakley, 1983). Lorsque la carrière des athlètes prend fin, ils ne font plus partie intégrante de l'équipe ou de l'organisation. Par conséquent, le soutien social qu'ils recevaient auparavant peut ne plus être

présent. Dans un échantillon d'athlètes ayant une expérience de la compétition internationale, le manque des aspects sociaux de leur sport est une difficulté fréquemment signalée pendant la transition de carrière (Sinclair & Orlick, 1993). De plus, en raison de leur identité sociale restreinte et de l'absence de systèmes de soutien social alternatifs, ils peuvent se retrouver isolés, seuls et sans soutien social, ce qui entraîne une détresse importante (Blinde & Greendorfer, 1985; Remer, 1978).

Des recherches sont orientées sur la capacité qu'ont les athlètes à planifier leur vie dès la fin de leur carrière de sportif de haut niveau. La fin de carrière étant inévitable, les athlètes se doivent de la prendre en considération du fait des impacts qu'elle engendre d'un point de vue psychologique, ainsi, l'intérêt de ces recherches font sens. Les athlètes qui ne réalisent pas le caractère éphémère d'une carrière sportive vivent des émotions négatives sur le court et long terme (Werthner & Orlick, 1986).

Parmi les ressources disponibles dont il est question, la planification de la préretraite semble avoir la plus grande influence sur la qualité du processus de transition de carrière (Schlossberg, 1981). La planification de la préretraite élargirait l'identité personnelle de l'athlète, améliorerait sa perception du contrôle et diversifierait son identité sociale. Quant aux facteurs tertiaires, le statut socio-économique, la dépendance financière à l'égard du sport et le potentiel professionnel post-athlétique seraient tous influencés positivement. Des recherches substantielles impliquant à la fois des athlètes amateurs d'élite et des athlètes professionnels soutiennent cette position (Sinclair & Orlick, 1993).

L'intégration de la planification de la préretraite est de plus en plus présente dans les organisations professionnelles (Ogilvie & Howe, 1986). Les seules recherches qui clarifient la mesure dans laquelle ces services ont été utilisés par les athlètes d'élite indiquent que seule une petite proportion d'athlètes profite de ces services (Sinclair & Orlick, 1993). Il n'existe pas non plus de preuve empirique de l'efficacité de ces programmes pour les athlètes en transition de carrière.

1.3.5 Intervention pour la transition

Pour l'athlète, la transition de carrière peut être définie comme une cascade complexe de facteurs de stress, qu'ils soient financiers, sociaux, psychologiques ou physiques. Leurs effets peuvent produire une certaine forme de détresse lorsque les athlètes sont confrontés à la fin de leur carrière. Malgré tous les efforts déployés pour prévenir cette détresse, des difficultés peuvent

survenir lorsque la venue de la fin d'une carrière sportive est reconnue. L'expérience des crises de transition de carrière peut avoir des effets négatifs sur les athlètes sur le plan cognitif, émotionnel, comportemental et social.

Il existe des obstacles organisationnels importants au traitement adéquat des difficultés de transition de carrière. En particulier, la participation limitée des psychologues du sport au niveau de l'élite, où les problèmes sont le plus susceptibles de se produire ce qui inhibe leur capacité à répondre aux besoins de transition de carrière des athlètes. De plus, les psychologues d'équipe sont généralement associés aux organes directeurs nationaux ou aux organisations professionnelles et ont rarement l'occasion de développer une relation étendue avec les membres de l'équipe.

Les sportifs de haut niveau à la retraite peuvent également présenter leurs propres obstacles à l'intervention. Une enquête menée auprès d'anciens athlètes amateurs de classe mondiale a indiqué qu'ils ne percevaient pas le conseil personnel comme une stratégie d'adaptation utile pendant le processus de transition de carrière (Sinclair & Orlick, 1993).

Le traitement de la détresse liée à la réorientation professionnelle peut intervenir à plusieurs niveaux. Comme nous l'avons vu précédemment, les changements qui résultent de la retraite peuvent avoir un impact négatif sur une personne sur le plan psychologique, émotionnel, comportemental et social. Par conséquent, il est nécessaire pour le psychologue du sport d'aborder chacun de ces aspects dans le processus d'intervention.

Pour ce qui est du soutien externe, le psychologue du sport peut aider les athlètes à faire face au stress lié au processus de transition (F. J. Gorbett, 1985). Les stratégies thérapeutiques traditionnelles telles que la restructuration cognitive, la gestion du stress et l'expression des émotions (Yalom, 1980) peuvent être utilisées dans ce processus. On peut également montrer aux athlètes que les compétences qu'ils ont utilisées pour maîtriser leur sport peuvent être réemployées aussi efficacement pour surmonter les défis d'une nouvelle carrière et d'un nouveau mode de vie (Jaremko & Meichenbaum, 1985).

Un moyen d'aider l'athlète est de lui permettre d'explorer des moyens d'agrandir son identité sociale et son répertoire de rôle (Ogilvie & Howe, 1986). De cette manière, les athlètes peuvent être amenés à élargir leur répertoire de soutien social avec différents individus et des groupes en dehors du cercle sportif. Le recours à la thérapie de groupe des athlètes peut être particulièrement utile pour les aider dans ce processus. Il existe des processus thérapeutiques permettant

d'aider les athlètes à lutter contre leur perte d'identité personnelle et les aider à établir une nouvelle identité (Wolff & Lester, 1989).

Peu de recherches dans le domaine du sport ont été mises en place pour étudier les facteurs en lien avec ce processus. Néanmoins, la mise en œuvre de plusieurs types d'interventions affectives, cognitives et de soutien social dans un domaine didactique, en petits groupes, ont permis de réduire la dépression et l'anxiété au sein d'un groupe d'individus composé de retraités (Roskin, 1982).

Une aide au niveau de l'organisation peut également être un moyen utile de faciliter le processus de transition de carrière. En effet, de nombreuses organisations d'amateurs, d'élites et de professionnels offrent une certaine forme d'aide à la préretraite et à la transition de carrière. Ces programmes devraient mettre l'accent sur la transférabilité des compétences du sport à une nouvelle carrière. En outre, l'importance est d'identifier des compétences transférables spécifiques, des modèles de rôle, et d'utiliser les intérêts, les valeurs et les objectifs qui favoriseront une transition de carrière efficace (Taylor, s. d.).

L'intervention sur la capacité des athlètes élités à organiser leur transition de carrière a un impact positif au niveau psychologique. Les organisations sportives doivent faciliter le processus de transition en continuant à apporter un soutien financier pendant une courte période après la retraite. Cela permettra d'encourager les organisations sportives à rester en contact avec les athlètes retraités en proposant des sessions sur les questions de transition de carrière permettant d'avoir une vue réaliste des processus et conditions à la retraite pour les athlètes étant en activité ou ceux en transition de carrière. Il serait positif pour les athlètes retraités d'être encore impliqués dans leur domaine sportif afin de repérer les éléments qui peuvent être utilisés dans leur futur activité professionnelle. (Sinclair & Orlick, 1993).

1.4 Objectif de travail

Ce travail de recherche se situe lors de la période de sanction due à un test antidopage positif, ce qui permettra de comprendre ce que les athlètes vivent durant cette période.

La sanction peut être perçue comme une retraite anticipée involontaire et difficilement «diggérable» d'un point de vue émotionnel (J. Smith & McManus, 2009). L'aspect psychologique est tout aussi primordial puisque l'athlète concerné se crée un monde avec sa propre interprétation du dopage (Hauw, 2018). C'est une période de déroutement pour l'athlète qui se trouve mis à

distance par cette retraite sportive (Alfermann & Stambulova, 2007). Cet isolement peut conduire l'athlète à développer un mécanisme d'autodestruction comme la dépression ou même le suicide (Baum, 2005). Des modèles ont été créés pour comprendre cette phase de transition qui paraîtrait abscons. Le modèle considéré comme étant le plus complet à ce jour est celui du modèle conceptuel de l'adaptation au retrait sportif (Taylor & Ogilvie, 1994) qui, en plus d'être spécifique à la retraite sportive, offre une dimension temporelle de cette transition.

A partir du modèle conceptuel de l'adaptation au retrait sportif (Taylor & Ogilvie, 1994), nous analysons le verbatim des sportifs afin d'identifier les états psychologiques que traversent les athlètes durant leur période de sanction. De plus, nous identifions les facteurs qui ont une influence sur l'orientation adaptative (positive) ou maladaptative (négative) de la période de sanction. Enfin, nous mettons en évidence les ressources utilisées par les athlètes mais aussi les ressources dont ils avaient besoin pour que cette phase tende vers une transition adaptative.

2 Méthodologie

Ce travail qualitatif nécessite d'interroger les athlètes sur la base d'un questionnaire lors d'un entretien semi-directif. La richesse des échanges implique un enregistrement des discussions ainsi que leur retranscription. Pour exploiter les données recueillies, nous avons fait le choix d'en faire une analyse thématique. Un travail d'analyse qualitatif est essentiel pour comprendre les expériences vécues et expliquer les phénomènes psychologiques (Kohn & Christiaens, 2014).

2.1 Sélection

Pour participer à cette étude, des critères d'inclusion ont été définis. Il est nécessaire que l'athlète soit testé positif à un test antidopage et sanctionné (six mois, un an ou deux ans et plus). Les athlètes sont contactés par invitation via la liste des athlètes sanctionnés au niveau national (antidoping suisse) ou par le biais des listes d'athlètes sanctionnés au niveau international appartenant à la fédération internationale de cyclisme (UCI). Après avoir signé un formulaire de consentement, qui contient toutes les informations nécessaires sur leurs droits et devoirs en qualité de participants à la recherche, les athlètes sont contactés pour fixer un rendez-vous.

2.2 Échantillon

L'échantillon est composé de onze athlètes, tous de sexe masculin. Pour atteindre ce taux, 3 mesures de recrutement ont été suivies :

- 1) Après coordination avec l'Agence suisse antidopage, 20 athlètes (100 % d'hommes) actuellement suspendus pour violation des règles antidopage ont été informés de la possibilité de participer à l'étude pilote. 8 des 20 athlètes ont répondu positivement en contactant l'investigateur principal de WINDOP.
- 2) En parallèle, 11 athlètes supplémentaires (27,3% de femmes, 82,7% d'hommes) ont été informés du projet par l'Union Cycliste Internationale (UCI). 2 cyclistes ont répondu positivement et ont rejoint l'étude.
- 3) Enfin, 1 athlète supplémentaire a pris contact avec l'investigateur principal après avoir lu un article de journal à ce sujet.

Parmi les athlètes qui n'ont pas participé, 13 n'ont pas pu être joints (40,6%) et 8 n'étaient pas intéressés et/ou n'avaient pas le temps (25%). Les athlètes provenaient de quatre régions

linguistiques différentes d'Europe : l'Italie, la Suisse allemande, la Suisse française et l'Espagne. Ils ont tous été interrogés dans leur langue maternelle, à l'exception de la personne hispanophone qui pouvait s'exprimer couramment en français.

L'âge moyen de l'échantillon au moment de la sanction est de 27,6 ans +/- 3,95. Les athlètes pratiquaient des sports collectifs (6 sur 11, 54,4% : 1 football américain, 1 basket-ball, 3 bobsleigh) et des sports individuels (5 sur 11, 45,6% : 3 cyclistes, 1 taekwondo et 1 gymnastique artistique). Tous étaient des athlètes qui concouraient à un haut niveau international.

Leur statut professionnel était le suivant : athlètes professionnels (45,6%), amateurs avec un emploi à temps partiel (27,2%) et amateurs avec une formation scolaire ou professionnelle (36,4%).

La majorité des athlètes interrogés étaient célibataires au moment de la sanction (72,7%), tandis que les autres étaient mariés avec des enfants (18,2%) ou en couple (9,1%).

2.3 Collecte des données

La collecte a été réalisée lors d'entretiens d'environ une heure qui ont été menés directement dans la demeure des athlètes ou par téléphone. Les données ont été enregistrées et retranscrites par les assistants de l'équipe de recherche. Pour faciliter le travail, les données des entretiens ont ensuite été traduites en Français. Les entretiens ont été retranscrits textuellement et analysés pour qualifier le contenu des entretiens par une méthodologie de double codage (Mukamurera et al., 2006), selon laquelle des segments de données (phrases ou paragraphes des entretiens transcrits) sont résumés par un code en fonction de leur signification commune.

Le codage s'est fait sous la forme d'un tableau et a été formalisé sur une feuille Excel pour chaque athlète. Celui-ci se compose des informations suivantes :

Les causes de la transition, les facteurs d'adaptation, les ressources d'adaptation, la transition de carrière en détresse et l'intervention pour la transition de carrière.

Ces codes ont ensuite été classés sous des codes thématiques plus globaux, en relation avec les principaux sujets théoriques et la question de recherche. Les analyses ont été effectuées simultanément par deux chercheurs indépendants, puis comparées.

2.4 Description du guide d'entretien

Pour répondre à la question de recherche, nous avons utilisé un entretien semi-directif approfondi construit par le Docteur en psychologie Mattia Piffaretti (Piffaretti, 2011). Celui-ci a été structuré selon 4 sections, tout d'abord (1) les données personnelles et faits concernant la

sanction, (2) les réactions psychologiques à la sanction, (3) les facteurs influençant la consommation de substances et (4) les attentes des athlètes en matière de besoins.

Section 1 : Données personnelles et faits concernant la sanction

Les facteurs suivants ont été évalués en relation avec le moment de la sanction :

- Type de sport
- Années de carrière sportive
- Activité professionnelle au moment de la sanction
- État civil
- Niveau sportif le plus élevé atteint
- Niveau actuel de réussite sportive
- Antécédents en matière de toxicomanie : 1- première consommation ; 2- consommation occasionnelle continue ; 3- consommation systématique continue)
- Situation socio-économique de l'athlète
- Type de consommation de substances : 1- drogue récréative ; 2- drogue améliorant la performance
- Fréquence de la prise de substances : 1- consommation irrégulière ; 2- consommation récurrente sur une courte période (moins de 6 mois) ; 3- consommation récurrente sur une longue période (6 mois et plus).
- Circonstances de la prise de substance
- Durée de la sanction
- Stade de la sanction au moment de l'entretien
- Motif de la sanction

Section 2 : Réactions psychologiques à la sanction

Dans cette section, les questions portent sur la manière dont les sportifs ont vécu psychologiquement l'interdiction :

- Perception personnelle de la sanction
- Émotion dominante lors de la découverte de la sanction
- Phases émotionnelles pendant la période d'interdiction

- Ressources d'adaptation pendant la sanction
- Sources significatives de soutien pendant la période d'interdiction
- Bénéfices personnels et points d'apprentissage tirés de l'expérience de la sanction.

Section 3 : Facteurs influençant la consommation de substances

Dans cette section, les facteurs liés aux risques accrus d'abus de substances ont été explorés, immédiatement avant la sanction :

- Conscience de la consommation de substances ou du comportement interdit
- Connaissance des effets néfastes sur la santé
- Connaissance des règles et des sanctions associées à la consommation de substances psychoactives
- Perception de la phase de transition
- Perception d'une menace pour la carrière sportive
- Motivations dans le sport
- Effets attendus de la prise de substances sur la performance
- Effets expérimentés de la prise de substances sur les performances
- Importance perçue des résultats sportifs dans la vie individuelle
- Perception des normes dans l'environnement sportif concernant l'abus de substances.
- Attitude personnelle à l'égard du dopage
- Obstacles potentiels à la première prise de substances
- Disponibilité des substances
- Perception des attentes de l'entourage et de la pression exercée sur eux pour qu'ils utilisent des substances.
- Perception du fair-play

Section 4 : Attentes des athlètes en matière de besoins

Dans cette section, les athlètes ont pu mettre en évidence les principaux besoins qu'ils ont perçus pendant la période d'interdiction et les points d'apprentissage de leur expérience.

- Projets de vie après la sanction
- Objectifs sportifs après la sanction

- Besoins particuliers pendant la période de sanction
- Fournisseurs de soutien souhaités
- Intérêt pour une intervention psychologique pendant la période de sanction
- Intérêt pour le suivi d'un programme de préparation physique pendant la période de sanction
- Intérêt pour une intervention professionnelle pendant la période de sanction
- Intérêt à participer à une campagne de prévention pendant la période de sanction.
- Conseils pour les jeunes sportifs concernant la prise d'une substance interdite
- Conseils aux jeunes sportifs pour gérer efficacement une période de sanction.

2.5 Description du tableau d'analyse

Le tableau d'analyse a été créé à partir du questionnaire. Chaque question a été mise en lien avec un facteur proposé par le modèle conceptuel de la transition sportive de Taylor et Ogilvie (Taylor & Ogilvie, 2001). L'analyse a été effectuée pour comprendre quels facteurs sont responsables d'une transition maladaptative ou adaptative. Le tableau, ci-dessous, a été conçu en respectant l'ordre des questions du guide d'entretien : De plus, pour chaque question, nous avons mentionné de quel facteur, sous-facteur et super-facteur il s'agissait.

Tableau 1

Tableau d'analyse

Q	FACTEURS	Sous-facteur	SUPER-FACTEURS	A1	A...
1	Identité sportive	Type de sport	FA		
2	Identité sportive	Durée d'implication dans le sport	FA		
3	Facteurs déclencheur ("Ursachen")	Age	FD		
4	Expérience et multiplicité des rôles	Activité professionnelle pratiquée	FA		
5	Expérience et multiplicité des rôles	Statuts civil	FA		
6	Identité sportive	Succès rejoint max	FA		
7	Identité sportive	Niveau compétitif	FA		
8					
9	Identité sociale et économique	Situation social et économique	FA		
10	Facteur déclencheur	Raison de la sanction	FD		
11	Facteur déclencheur	Type de consommation	FD		
12	Facteur déclencheur	Contexte de consommation	FD		
13	Facteurs déclencheur	Durée de la sanction	FD		
14					
15	Perception de contrôle	Type de justification pour la sanction	FA		
16	Perception de contrôle	Perception de la justification reçue	FA		
17	réactions psychopathologiques	Sentiment dominant	TC		
18	réactions psychopathologiques	Etapes émotionnelles	TC		
19	Ressources de coping	Coping des émotions	RA		
20	Soutien social		RA		
21	Ressources de coping	Avantages perçus	RA		
22	perception de contrôle		FA		
	perception de contrôle	conscience des sanctions	FA		
23	perception de contrôle	connaissance des risques pour la santé	FA		
24	perception de contrôle	connaissance des règles et sanctions	FA		
25	Identité de soi	Phase sportive	FA		
26	Sentiment de contrôle	Carrière menacé	FA		
27	Identité de soi	Motivation sportive	FA		
28	Identité de soi	Niveau de performance	FA		
29		Attente sportive			
30		Resultat obtenu			
31		Niveau d'inquiétude avant première prise			
32	Ressource de coping	Coping des émotion	FA		
33	Identité de soi	Perception de l'état physique avant produit	FA		
34	Identité de soi	Perception de l'état mental avant produit	FA		
35	Identité de soi	Place des résultats sportifs	FA		
36	Identité de soi	Attitude evers le dopage dans ce domaine sportif	FA		
37	Identité de soi	Ethique	FA		
38	expérience liée au développement	Raison qui aurait empêché la prise de produit	FA		
39					
40	Identité sociale	Influence à la prise du produit	FA		
41	Identité de soi	Ethique fairplay	FA		
42		Projet post-sanction			
43		Objectifs sportif post-sanction			
44	Stratégie de faire face	Besoin durant la transition	RD		
45	Stratégie de faire face	Différents besoins	RD		
46	Soutien social	Cognition	RD		
47	Stratégie de faire face	Activité sportive	RD		
48	Planning de pré-retraite	Plannification	RD		
49		Prévention			
50		Prévention			
51					

Note. FA= Facteur d'adaptation ; FD= Facteur déclencheur ; TC= Transition de crise ; RA= Ressource d'adaptation ; RD= Ressource disponible

3 Résultats

3.1 Facteurs déclencheurs

L'ensemble de ces athlètes ont été testés positifs lors d'un test antidopage à des âges différents (cf. tableau 2). Ils n'ont pas tous utilisé les mêmes produits dopants. Trois athlètes ont utilisé la testostérone, deux ont consommé du cannabis et les autres de la cocaïne, de la kétamine métabolisée, le boldénone, l'oxilofrin, l'EPO et des hormones de croissance. Cinq sur onze sportifs consomment ces produits de manière régulière ou quelques fois dans l'année. Parmi les onze athlètes, deux ont consommé l'EPO et la Testostérone sous prescription, deux autres sportifs ont consommé des produits dopants pendant une soirée et une fête. Les sanctions sont diverses, elles s'étendent de 12 mois à 48 mois.

Tableau 2

Facteurs déclencheurs

	FACTEURS	sous-facteur	SUPER-FACTEURS	Athlète 1	Athlète 2	Athlète 3	Athlète 4	Athlète 5	Athlète 6	Athlète 7	Athlète 8	Athlète 9	Athlète 10	Athlète 11
3	Facteurs déclencheur ("Ursachen")	Age	FACTEURS DECLENCHEURS	35	25	32	25	27	29	25	25	22	29	32
10	Facteur déclencheur ("Ursachen")	Raison de la sanction		Testosterone	Cannabis	Testosterone	Cocaine	kétamine métabolisé	boldénone	Oxilofrin	Cannabis	hormones de croissance	EPO	Testosterone
11	Facteur déclencheur ("Ursachen")	Type de consommation			régulière hors saison	pas clair	de temps en temps	unique	régulière		reguliere	unique	unique	reguliere
12	Facteur déclencheur ("Ursachen")	Contexte de consommation			pris le risque			soirée	Recommandation	ne sait pas	Fête entre amis		Prescription	prescription
13	Facteurs déclencheur "ursachen"	Durée de la sanction		24	12 suite à un recours	24	sanction fini	24	24	24	24	48	24	18
14				5 mois	contrôle positif	jusqu'à octobre		6	12	18	fin	30	13	fin

3.2 Facteurs d'adaptation

Les athlètes qui ont participé à cette étude pratiquent des sports différents. Certains ont choisi des sports individuels tels que le cyclisme, le taekwondo et la gymnastique artistique. D'autres ont préféré des sports collectifs tels que le basketball, le football, le football américain et le bobsleigh. Ils ont tous entre 5 et 20 ans d'expérience dans le sport. Au moment de la sanction, les sportifs avaient des activités professionnelles différentes. Seulement quatre d'entre eux sont uniquement impliqués dans la discipline pratiquée (athlètes 5, 9, 10 et 11). Les autres ont une activité annexe comme des formations, des investissements immobiliers et un emploi en parallèle. D'un point de vue économique, deux ont une situation délicate mais les autres jouissent d'une situation financière confortable à très confortable. On remarque qu'ils ont globalement mal perçu la justification du test positif au dopage. Trois considèrent cette justification comme injuste, quatre estiment que c'est dur, exagéré et long et trois le prennent soit mal, soit trouvent la situation difficile, soit sont tristes. Les sportifs ne sont pas, pour sept d'entre eux, au courant que le produit consommé est interdit alors que les quatre autres le savaient. Quatre athlètes n'avaient pas conscience qu'ils avaient une conduite sanctionnable, tandis que quatre le savaient. On sait que sept des onze sportifs n'étaient pas conscients des effets néfastes que pouvaient engendrer les produits consommés. Lors de la prise de produit dopant, cinq étaient au top niveau, un voulait passer en série A, un était en fin de carrière, un avait une carrière menacée et était dans une phase de doute et un athlète a consommé pendant la pré-saison. Pendant la période où ils ont consommé le produit dopant, neuf déclarent qu'ils ne se trouvaient pas dans une situation où leur carrière était menacée. Malgré la sanction, ils souhaitent continuer leur carrière de sportifs de haut niveau avec des ambitions toujours élevées. Le résultat des performances sportives prend une grande importance dans l'esprit de ces sportifs. On constate que selon le sport pratiqué, l'approche vers le dopage n'est pas la même. Les trois cyclistes ont une approche dite « normale » vis-à-vis du dopage alors que les autres sont plus distants sur ces questions. Quel que soit l'âge et l'expérience, ils estiment tous avoir une éthique antidopage.

Tableau 3

Facteurs d'adaptation

Q	FACTEURS	sous-facteur	SUPER-FACTEURS	Athlète 1	Athlète 2	Athlète 3	Athlète 4	Athlète 5	Athlète 6	Athlète 7	Athlète 8	Athlète 9	Athlète 10	Athlète 11
1	Identité sportive	Type de sport	FACTEURS D'ADAPTATION	bobsleigh	Basket	Pas dereponse	Taekwendo	Football	Bobsleigh	Football americain	Gymnastique artistique	cyclisme	cyclisme	Cyclisme
2		Durée d'implication dans le sport		11	10	10	12	18	5	10	12	16	20	10
4	Expérience et multiplicité des rôles	Activité professionnelle pratiquée		chef de projet dans un cave		Entraîneur de bobsleigh	formation	Football	immobilier	formation	emploi en parallèle	cycliste	cycliste	cycliste
5		Statuts civil		marié-enfant		marié-enfants	celibataire		Célibataire	Célibataire	Couple	célibataire	célibataire	marié
6	Identité sportive	Succès rejoint max		Vis champion d'europe	Nationale	vis champion du monde	championnat du monde	seri B itlie-ligue	Coupe du monde	Equipe nationale	Coupe du monde	Compétitions internationales	Championnat du monde	Nationale
7		Niveau compétitif		Mondiale	Nationale	Nationale		série B suisse		ligue nationale A		Championnat européen	Championnat européen	Nationale
9	Identité sociale et économique	Situation social et économique		bon	bas	bon	bon	bon	bon	bon	bas	bon	bon	Bon
15	Perception de contrôle	Type de justification pour la sanction		Test positif		Test positif			Test positif	Test positif	Test positif	Tentative consommation	Test positif	Test positif
16		Perception de la justification reçue		injuste	exagéré	injuste		mal pris	drastique mais accepte		tristesse et soulagement	juste mais long	difficile, incompréhensi	injustice, mal, dur, frustré
22		conscience d'interdiction du produit		PC	C	PC	PC	C	PC	PC	C	PC	C	PC
23		conscience des sanctions		C	C				PC	PC	C	PC	C	PC
24		connaissance des risques pour la santé		PC	moyen	C	PC	C	PC	PC	C	C	PC	PC
25	Identité de soi	Phase sportive		C	C mais pas aussi long	C	C	C	C	C	C	PC	C	C
26	Sentiment de contrôle	Carrière menacé			Menacé et doute avenir	pré-saison	fin de carrière	but de passer en serie A	en formation	au top niveau	au top niveau	au top niveau	au top niveau	au top niveau
27	Identité de soi	Motivation sportive		PC	O	N	N	N	N	N	N	N	O	N
28		Niveau de performance			Continue si finance suffit	vancouver	s'amuser	Resultat	JO	Argent et meilleur	JO	championnat du monde	Giro d'Italie	Giro d'Italie et pays basque
32	Ressource de coping	Coping des emotion					aucun		bien	aucun				bien
33	Identité de soi	Perception de l'état physique avant produit			Aucune	Aucune			Aucune	Manger	Entraînement	Psychologue du sport		
34		Perception de l'état mental avant produit		bien	moyen	bien	bien	bien	bien	bien	mauvais	mauvais	bien	bien
35		Place des resultats sportifs		bien	moyen	bien		bien	bien	bien	bien	mauvais	moyen, tension	bien
36		Attitude envers le dopage dans ce domaine		grande importance	grande	grande importante		grande	grande	grande	grande	grande	grande	grande
37		Ethique		Tabou	Aucune	Antidopage	Aucune			parle de marijuana	Aucune	normalisé	noréalisé	normalisé
38	expérience liée au développement	Raison qui aurait empêché la prise de		Contre	prise de position pas	Compréhension		Contre	Contre	Contre	Contre			Contre
40	Identité sociale	Influence à la prise du produit		CS	CS		Bonne fréquentation	CS	CSI	aucune	aucune		ne sait pas	CSI
41		Ethique fairplay		aucun		ne repond pas		aucune	aucune	ne peut pas dire	aucune	forte		aucune
				trouve dommage		Importante	Importante	Argent>fair-play	Argent>fair-play	Argent>fair-play	haut niv>fair-play	Importante		

Note. C= Au courant ; PC= Pas au courant ; O= Oui ; N= Non ; JO= Jeux Olympiques ; CS= Courant de la sanction ; CSI= Connaissance substance interdite.

3.3 Transition de crise

Les athlètes ont des réactions psychopathologiques différentes au cours de leur transition de carrière. Le sentiment dominant qu'ils ressentent au cours de cette période de sanction est pour, trois sportifs de la colère, deux de la tristesse, un est effondré et un autre est découragé. Pendant cette période de sanction, ils sont passés par des étapes émotionnelles. Huit sur onze sont passés par de la colère mais les autres émotions restent différentes. Le premier athlète est passé par une période de doute, de déception, de tristesse, de peur et de calme. L'athlète deux est surtout en colère puis a fini par accepter. L'athlète trois est dans l'incompréhension et dans un sentiment de vide. L'athlète quatre ressent de la déception. Les athlètes cinq et sept sont tristes. L'athlète six est à la fois triste et consterné. L'athlète huit est triste, déçu et a peur du rejet. L'athlète neuf est triste, déçu, a peur et a honte. L'athlète dix est dans l'incompréhension et triste. Enfin, l'athlète onze est frustré, se sent seul et ressent une forme d'injustice.

Tableau 4

Transition de crise

	FACTEURS	sous-facteur	SUPER-FACTEURS	Athlète 1	Athlète 2	Athlète 3	Athlète 4	Athlète 5	Athlète 6	Athlète 7	Athlète 8	Athlète 9	Athlète 10	Athlète 11
17	réactions psychopathologiques	Sentiment dominant	TRANSITION DE CRISE	ne précise pas	Colère envers soi	effondrement	Colère et deception	Colère envers soi	regret et tristesse			Tristesse	Incrédulité, Découragement, Tristesse	
18		Etapas émotionnelles		incrédulité, doute, deception, tristesse, colère, peur, calme	colère et acceptation	émotionnel, colère, incompréhension, vide	colère et deception	colère et tristesse	tristesse, consternation	colère et tristesse	tristesse, colère et peur du rejet	tristesse, colère, deception, peur, honte	incompréhension ou deception	frustration, solitude, injustice

3.4 Ressources d'adaptation

Pour faire face aux sentiments ressentis pendant la période de sanction, les sportifs ont mis en place différentes solutions. Cinq ont pu compter sur le soutien familial et/ou de proches. Un a bénéficié d'une préparation mentale et un autre a pu avoir un suivi psychologique. Globalement, ils ont pu compter sur un soutien familial. Neuf athlètes sur onze révèlent que le soutien social fut le plus important pour faire face à cette situation. Chacun des sportifs a su relever les bénéfices, les enseignements positifs et/ou les opportunités suite à cette sanction. L'athlète un considère qu'il faut vivre pour soi, l'athlète deux s'est recentré sur ses études et le sport, l'athlète trois en profite pour mettre de l'ordre dans sa vie, l'athlète cinq réalise que l'argent ne fait pas le bonheur, l'athlète six a pu compléter ses connaissances sur les produits dopants, les athlètes sept et dix s'ouvrent à d'autres opportunités, l'athlète huit a développé son autonomie et l'athlète onze relativise en estimant qu'il faut penser de manière positive dans la vie.

Tableau 5

Ressources d'adaptation

	FACTEURS	sous-facteur	SUPER-FACTEURS	Athlète 1	Athlète 2	Athlète 3	Athlète 4	Athlète 5	Athlète 6	Athlète 7	Athlète 8	Athlète 9	Athlète 10	Athlète 11
19	Ressources de coping	Coping des émotions	RESSOURCES D'ADAPTATION	PM	pris sur soi	Psychologue		famille, copine enfant	pris du recul, soutien social	copine soutien	travail en tant qu'enseignant	proches	pas encore reussi	femme, amis
20	Soutien social			O	O	O	O	O	O		N	O	O	O
21	Ressources de coping	Avantages perçus		Vit pour soi	Centrer etude et sport	Ordre dans sa vie		Argent ne fait pas le bonheur	connaissance des produits	voir d'autre opportunité	Autonome		Voir d'autres opportunités	Positiver dans la vie

Note. PM= Préparation mentale ; O= Oui ; N= Non

3.5 Ressources disponibles

Chaque athlète a identifié le besoin le plus important pendant la période de sanction. Quatre athlètes estiment qu'un soutien social est le plus important alors que six athlètes considèrent que le soutien psychologique est le besoin essentiel. Deux athlètes estiment que les soutiens psychologique et social sont indissociables et qu'ils avaient besoin des deux soutiens. Deux autres ressentent le besoin de continuer à s'entraîner, à travailler et à rester en activité. Lorsqu'il leur est demandé de proposer des solutions pour subvenir à ces besoins afin de les combler, deux athlètes pensent qu'il faut avoir un lieu de référence pour bénéficier de cette aide tel qu'un programme de réinsertion. Neuf sportifs sur onze seraient d'accords d'effectuer un travail psychologique sur eux-mêmes pendant la période de sanction. Lorsqu'on les interroge sur un éventuel intérêt d'avoir une préparation physique durant cette phase de transition, six sont preneurs, un ne se positionne pas, trois refusent et un ne répond pas. On remarque que huit sur onze sont intéressés par des conseils en orientation et une planification de carrière. L'idée de participer à une campagne de prévention contre le dopage pendant la période de sanction est acceptée par cinq athlètes, un accepte si ce n'est pas médiatisé, un ne se positionne pas et deux refusent. Six sportifs conseilleraient aux jeunes sportifs de s'abstenir de l'utilisation de produits dopants, deux conseilleraient d'utiliser ses propres compétences et de ne pas compter sur ces produits et un athlète dit qu'il faudra en assumer les conséquences. Il est intéressant d'entendre ce que les athlètes conseilleraient aux jeunes sportifs s'ils étaient amenés à vivre une période de sanction suite à un test antidopage positif. Cinq athlètes conseillent d'avoir un soutien social, dont deux ajoutent un soutien psychologique, trois pensent qu'il faut continuer à pratiquer et à rester en activité, un conseille de regarder vers l'avant et un mentionne qu'un soutien de la part de la fédération serait bénéfique.

Tableau 6

Ressources disponibles

	FACTEURS	sous-facteur	SUPER-FACTEURS	Athlète 1	Athlète 2	Athlète 3	Athlète 4	Athlète 5	Athlète 6	Athlète 7	Athlète 8	Athlète 9	Athlète 10	Athlète 11
44	Stratégie de faire face	Besoin durant la transition	RESSOURCES DISPONIBLES	SS		SP	SP	SS	SP	Continuer à s'entraîner	SS SP	SP	activité, travailler	SS SP
45		Différents besoins		Sujet non tabou		un endroit de référence		besoin de soutien	SP, juridique, médical	SS	SS SP			Programme réinsertion
46	Soutien social	Cognition		O		O	dépend de la situation	O	O	O	O	O	O	O
47	Stratégie de faire face	Activité sportive		N		N	N	O	O	O	ne sait pas	O	O	O
48	Planning de pré-retraite	Plannification		O		O	O	O	N	O	O	O		O
49		Prévention		N		O	N	O	oui mais pas médiatique	O	O	ne sait pas		O
50		Prévention		S'abstenir		S'abstenir	assumer ses responsabilités	S'abstenir	S'abstenir	S'abstenir	S'abstenir	utiliser ses propres forces		utiliser ses propres
51				Regarder vers l'avant		Obtenir SS et SP	SP	Continuer a pratiquer	SS SP	SS	Activité	SS, activité		SS et soutien fédération

Note. SS= Soutien Social ; SP= Soutien Psychologique ; O= Oui ; N= Non

4 Discussion

Durant la période de sanction les athlètes passent par des états psychologiques à la fois différents et identiques qui ont été identifiés afin de comprendre, d'expliquer et de juger si la transition de carrière vécue est positive ou négative. La richesse des parcours de vie durant cette transition de carrière met en évidence la complexité des résultats que cette analyse souhaite mettre en évidence. Dans ce travail, on constate, suite à l'analyse du verbatim selon le modèle de Taylor et Ogilvie, que la transition de carrière est directement influencée par des facteurs déclencheurs, des facteurs d'adaptation, des ressources disponibles et des ressources d'adaptation ce qui valide notre hypothèse de départ. Chacun des sportifs se retrouvera face à des situations qui caractériseront si la transition de carrière est perçue comme en « détresse » ou « saine ». Parmi les athlètes qui ont participé à cette recherche, tous ont eu une transition de carrière en détresse. La nature de l'orientation est la conséquence des ressources dont dispose l'athlète, de la nature du facteur déclenchant et des adaptations auxquelles il a recours.

Les athlètes doivent penser sérieusement au jour où ils devront quitter le sport de haut niveau. Une carrière d'athlète étant plus courte qu'un emploi classique, il est important de se préparer mentalement, physiquement mais aussi socio-économiquement. La majorité des athlètes qui se retirent volontairement éprouvent des sentiments positifs concernant leur transition et leur situation (Alfermann & Stambulova, 2007). Nous sommes dans le cas d'un athlète qui s'est fait une raison, qui a préparé et fait le deuil de sa vie de sportif de haut niveau. Au contraire, le processus peut être vécu très négativement par d'autres athlètes. Les raisons du retrait peuvent aussi être de nature involontaire. Certains sportifs font l'expérience d'une interruption involontaire de carrière suite à une blessure, ou une non sélection (Taylor & Ogilvie, 1994). La majorité des athlètes ayant vu leur carrière mise à terme à la suite d'une non-sélection vivent un traumatisme et un déséquilibre dans leur vie (Blinde & Stratta, 1992). D'autres, mettent fin à leur carrière suite à une sanction après un test antidopage positif ce qui peut être perçu comme une retraite anticipée involontaire et difficilement « digérable » d'un point de vue émotionnel (J. Smith & McManus, 2009). L'arrêt de carrière involontaire mène à des sentiments de confusion, de tristesse et de l'anxiété (Brock & Kleiber, 1994), accompagnés de crises identitaires, des pertes de contrôle, et un sentiment d'isolement social (Fortunato & Marchant, 1999). Nous nous intéressons aux athlètes qui ont vu leur carrière s'interrompre après avoir été contrôlés positifs à un test antidopage. Nos résultats montrent que la phase de transition, suite à la sanction, est très souvent mal vécue par l'ensemble des athlètes. On constate des sentiments et des émotions identiques mais on remarque surtout que la raison de la consommation du produit

qui a causé la sanction impactera significativement le mental du sportif. De plus, cette raison orientera ce sentiment négatif envers lui-même ou envers le système. Si le sportif consomme uniquement dans un but récréatif alors il en voudra au système puisqu'il n'y avait pas le souhait de tricher. Par contre, si l'athlète consomme un produit dans le but d'effectuer une performance alors il s'en voudra à lui-même. La peine que subit l'athlète dopé impactera son état psychologique. Les sanctions sont considérées comme trop durs, longues et injustes ce qui met les sportifs, dès la prise de connaissance de la sanction, dans un état de détresse, de tristesse, d'incompréhension et aussi de colère. Ces émotions et tous ces sentiments suivront les athlètes tout le long de leur période de sanction. En d'autres termes, ils vivront une période de transition de manière maladaptative. Deux des athlètes interrogés (athlètes 2 et 8), ont eu une consommation récréative comme évoqué précédemment. En observant les produits consommés par ces deux athlètes, on peut éventuellement faire le lien entre le type de produit consommé et le sentiment éprouvé pendant la période de sanction. En effet, ils ont consommé du cannabis dans un but autre que la performance et le fait d'être sanctionné pour leur pratique sportive engendre une amplification du sentiment d'injustice. De plus, en poussant davantage l'analyse, on peut aussi faire le lien avec le contexte dans lequel le produit est consommé. Les sportifs qui consomment des produits lors de soirées, lorsqu'ils sont entre amis ou bien entre les saisons, n'ont pas pour objectif de consommer pour la performance. Ainsi, le contexte dans lequel est consommé le produit est directement lié au type de produit (exemple du cannabis) ce qui renforcera un vécu maladaptatif de la période de sanction.

Les athlètes sont soumis à des facteurs externes qui auront un impact sur la manière dont ils ont vécu leur transition de carrière. On parle alors de facteur d'adaptation puisque les sportifs concernés ont très peu d'influence sur ces derniers. Durant la période de sanction, chacun doit faire face à ces facteurs en s'adaptant de la meilleure façon possible. La réalité de la vie rattrape ces athlètes, en effet, ils se trouvent confrontés à un large éventail de changements psychologiques, sociaux, financiers et professionnels. Une partie doit retrouver du travail pour subvenir à ses besoins personnels et d'autres doivent reprendre des études. Ce changement brutal est difficile à opérer car ils n'envisageaient pas de circonstance pareille. La situation personnelle est aussi fortement impactée par l'environnement social du sportif. Il est difficile d'affronter le regard de la famille, des amis mais aussi des personnes avec qui ils pourraient avoir des relations. Cette situation induit l'enfermement des athlètes et un comportement associable. Tous ces critères ont une conséquence directe sur la manière dont ils vivent leur transition de carrière.

Les données de notre étude mettent clairement en lien la perception de la justification du test positif antidopage avec la manière dont ils vivent leur période de sanction. On rappelle que trois athlètes trouvent la sanction injuste, quatre pensent qu'elle est trop dur, exagérée est longue et trois la vivent mal et la trouvent difficile. L'interprétation émotionnelle de cette justification conditionne le sentiment ressenti lors de la phase de sanction. Les échanges avec les sportifs nous apprennent qu'ils ne sont pas tous au courant des produits interdits et considérés comme dopants. Cette situation est délicate étant donné que les sportifs concernés peuvent être que très négativement surpris par l'annonce d'un résultat positif à un test antidopage. De plus, quatre sportifs ne savaient pas que leur comportement déviant était sanctionnable. Tous ces éléments rendent compte à quel point les athlètes peuvent vivre une période de sanction de manière maladaptative.

Lors de cette période de transition, les athlètes ont ressenti des sentiments dominants différents. Nos résultats ressortent quatre sentiments dominants, la colère, la tristesse, l'effondrement et le découragement. Globalement, les athlètes ressentent de la colère soit envers le système, soit envers eux-mêmes. Ce constat nous apprend que tous les athlètes ont vécu une période de sanction de manière maladaptative.

La cause du retrait sportif peut être soit de nature volontaire, soit de nature involontaire (Taylor & Ogilvie, 1994). Le retrait sportif volontaire intervient en fin d'accomplissement d'une carrière, celui-ci est motivé par la découverte de nouveaux domaines et la projection dans de nouveaux rôles (Werthner & Orlick, 1986). Cette forme de retraite facilitée s'explique par le sentiment de contrôle venant de la libre décision de mettre fin à sa carrière. On parle ici de perception de contrôle qui donne naissance à un sentiment d'efficacité personnelle qui réduit l'incertitude liée à l'avenir (Taylor & Ogilvie, 1994). En effet, la majorité des athlètes qui se retirent volontairement éprouvent des sentiments positifs concernant leur transition et leur situation (Alfermann & Stambulova, 2007).

Les raisons du retrait peuvent aussi être de nature involontaire. Certains sportifs font l'expérience d'une interruption involontaire de carrière suite à une blessure, ou une non sélection (Taylor & Ogilvie, 1994). La majorité des athlètes ayant vu leur carrière interrompue à la suite d'une non-sélection vivent un traumatisme et un déséquilibre dans leur vie (Blinde & Stratta, 1992). Aussi, l'arrêt de carrière involontaire mène à des sentiments de confusion, de tristesse et de l'anxiété (Brock & Kleiber, 1994), avec des crises identitaires, des pertes de contrôle, et un sentiment d'isolement social (Fortunato & Marchant, 1999). Un suivi personnalisé, ciblé et

situé est donc nécessaire afin d'accompagner au mieux l'athlète à se reconstruire (J. Smith & McManus, 2009).

(*Chapitre II : Lutte contre le dopage (Articles L232-1 à L232-31) - Légifrance*, s. d.)(Audy et al., 2014) L'impact de la sanction induit des préjudices moraux auxquels les athlètes doivent faire face au cours de leur vie personnelle mais aussi avec le monde médiatique (Fortunato & Marchant, 1999). D'autres facteurs qui font obstacles tels que le manque d'activité, le sentiment de perte d'identité, le manque de lien social et la notoriété sont à prendre en considération puisqu'ils gravitent autour des sportifs concernés et ont des effets relatifs selon la sensibilité de chacun (Blinde & Stratta, 1992).

L'ensemble des athlètes ont mis en place des stratégies pour essayer de gérer au mieux cette phase de transition, des stratégies psychologiques telles que le coping des émotions ou encore relativiser en se donnant une nouvelle raison d'avancer. Malgré ces stratégies, ils vivent très mal cette période. On peut identifier de nombreuses faiblesses dans ces stratégies étant donné qu'elles sont mises en place par eux-mêmes et par la famille. Un seul athlète a fait appel à un psychologue alors que les autres n'avaient pas de suivi par un professionnel. Les moyens à leur disposition sont très pauvres et même si certains sont bien adaptés, ils restent insuffisants sur la durée et surtout manquent de professionnalisme. Nos résultats montrent que la famille et les proches les soutiennent, qu'un sportif est suivi par un préparateur mental et qu'un autre est suivi par un psychologue. Il en ressort que le soutien est considéré comme le facteur le plus important pour garder le moral. Malgré ces stratégies, la période de transition est vécue de manière maladaptative par tous les athlètes. Il faut comprendre que tous les facteurs identifiés ne sont pas exploités par chacun des athlètes. Afin d'avoir un effet qui tend vers un vécu adaptatif, il faudrait avoir une approche globale avec un suivi personnalisé. Les athlètes répondent, sur la question des bénéfices et des enseignements tirés de cette période de sanction, qu'il faut vivre pour soi, que certains se recentrent sur leurs études, qu'ils remettent de l'ordre dans leur vie, que l'argent ne fait pas le bonheur, que certains complètent leurs connaissances sur le dopage, qu'ils s'ouvrent à d'autres opportunités, qu'ils développent leur autonomie et qu'ils relativisent pour positiver dans la vie. La somme de ces enseignements montre que les athlètes ont des ressources pour faire face mais on se rend compte également qu'il serait intéressant de constater l'ensemble de ces bénéfices pour chacun des athlètes afin d'espérer obtenir des résultats. On peut atteindre cet objectif en leur faisant bénéficier d'un suivi personnalisé et institutionnalisé.

D'après Wyllemann et al, le soutien social est un facteur déterminant qui influence l'état psychologique de l'athlète sur la manière dont il vit sa transition de carrière (Cecić Erpič et al., 2004). Les athlètes de cette étude ont, pour 9/11, mal vécu cette phase de transition malgré un soutien social. Il conviendra de relever que ces athlètes auraient pu être « anéantis » sans le soutien social. Ce facteur seul ne pourra pas déterminer l'orientation de cette transition de crise mais aura un impact dans la trajectoire. L'ensemble des sportifs aurait souhaité obtenir un soutien psychologique et 4/11 évoquent un soutien social. Ces données nous permettent de statuer sur le fait qu'un soutien social et psychologique est nécessaire pour vivre une transition de carrière plus saine. Il doit être effectué par un professionnel de la santé afin d'émettre un diagnostic sur l'état psychologique de l'athlète mais aussi pour que le sportif puisse intégrer sa nouvelle situation et digérer de manière correcte sa nouvelle vie.

On constate une détresse chez ces sportifs car ils sont nombreux à souhaiter un soutien, soit pour mieux gérer leur nouvelle vie, soit pour changer de situation professionnelle, soit pour tourner la page. On peut penser qu'une aide de la part de la fédération serait bénéfique puisque l'athlète en évoque.

Cette étude a permis de mettre en évidence plusieurs ressources disponibles que les athlètes ont partagées. Ces informations sont cruciales puisqu'elles permettent de définir de manière précise les besoins des sportifs afin d'accompagner cette transition de carrière. Il s'agit de données qu'il est important de prendre en considération afin de proposer une amélioration au système existant. Lorsque nous demandons aux athlètes ce dont ils avaient besoin, ils répondent, pas à l'unanimité, d'un soutien social, d'un soutien psychologique, d'un lieu d'attache et de repère. Le retour sur le lieu de référence est très intéressant puisqu'il pourrait s'agir d'une institution créée par la fédération ou bien par l'AMA afin d'accueillir les sportifs afin qu'ils intègrent un programme de réhabilitation. Pour répondre à leurs besoins, il faudrait que ce programme propose un accompagnement psychologique et social. De plus, ce programme doit pouvoir proposer aux athlètes de continuer à s'entraîner, de pouvoir travailler, de rester en activité, de bénéficier de conseils en orientation et planification de carrière et aussi de pouvoir reconstruire une éthique antidopage en les faisant participer à des interventions auprès des jeunes lors de campagnes de prévention contre le dopage. On peut faire le lien entre les résultats de cette étude et l'intérêt du programme WINDOP pour l'accompagnement des athlètes. Ce programme est une première mondiale qui a été créé par le Dr. Psych. Mattia Piffaretti et soutenu par l'Agence Mondiale Antidopage (AMA). Ce programme a pour but la reconstruction psychologique et la réhabilitation dans le monde du sport et/ou dans la vie active. Il s'agit d'un soutien psychologique mais

aussi un moyen d'organiser cette phase de transition avec la mise en place de programmes d'entraînement individualisés et d'orienter les athlètes sur leur avenir de sportif. L'accompagnement doit se faire tout au long de la période de sanction pour s'assurer de sa pertinence. D'autres avantages peuvent être tirés de ce type d'intervention, la construction d'une nouvelle éthique antidopage et utiliser les athlètes et leurs histoires dans un but de prévention. Nos résultats montrent que les sportifs interrogés auraient besoin d'un soutien social plus fort, d'un soutien psychologique, de continuer à s'entraîner, d'aide dans la construction d'un planning de pré-retraite, d'être en activité et travailler. Ces résultats vont dans le sens de la programmation WINDOP proposée par le Dr. Psych. Mattia Piffaretti.

5 Conclusion

Cette étude met en évidence la nécessité d'avoir une approche globale des besoins de l'athlète étant donné que les facteurs déclencheurs, les facteurs d'adaptations, les ressources d'adaptation et les ressources disponibles conditionnent si l'athlète vivra sa période de transition de carrière de manière adaptative ou maladaptative. Notre recherche permet d'identifier les besoins dont les athlètes devraient bénéficier pour parvenir à vivre une transition de carrière de manière adaptative. Il est nécessaire d'effectuer un diagnostic individualisé afin de mettre en place des stratégies pour un suivi efficace. La prise en compte des besoins psychologiques, physiques, sociaux et économiques sont primordiales pour mener à bien cette phase de transition. Les résultats de cette étude convergent vers les résultats obtenus par l'étude d'Ogilvie et Taylor. Les sportifs ont besoin d'un soutien social, d'un soutien psychologique, de continuer de s'entraîner, de travailler, de rester en activité, de conseils en orientation et planification de carrière, de sensibilisation sur les produits dopants et d'informations précises sur les comportements sanctionnables.

Les facteurs déterminants de cette étude rendent compte de la pertinence du programme WIN-DOP dans le cadre de la prise en charge de l'athlète. Il serait intéressant de proposer à tous les athlètes sanctionnés pour dopage et qui ont subi un arrêt de carrière non programmé et immédiat d'intégrer le programme WINDOP.

6 Bibliographie

- Agence mondiale antidopage. (2021). <https://www.wada-ama.org/fr>
- Aissi, F. (1996). Le dopage. *REVUE-TOXIBASE*, (4), 1-31.
- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. *Handbook of sport psychology*, 3rd ed (p. 712-733). John Wiley & Sons, Inc.
- Allard, L., Daly, M.-J., Dubra, A., & Kammacher, M. (2008). Histoire du dopage. 59.
- Allison, M. T., & Meyer, C. (1988). Career Problems and Retirement among Elite Athletes : The Female Tennis Professional. *Sociology of Sport Journal*, 5(3), 212-222.
<https://doi.org/10.1123/ssj.5.3.212>
- Audy, M.-H., Piché, G., & Aimé, A. (2014). Le phénomène du dopage sportif chez les athlètes adolescents : Une synthèse des caractéristiques associées et des stratégies préventives. *Revue de psychoéducation*, 43(1), 101-119.
<https://doi.org/10.7202/1061202ar>
- Baum, A. L. (2005). Suicide in Athletes : A Review and Commentary. *Clinics in Sports Medicine*, 24(4), 853-869. <https://doi.org/10.1016/j.csm.2005.06.006>
- Blinde, E. M., & Greendorfer, S. L. (1985). A Reconceptualization of the Process of Leaving the Role of Competitive Athlete. *International Review for the Sociology of Sport*, 20(1-2), 87-94. <https://doi.org/10.1177/101269028502000108>
- Blinde, E. M., & Stratta, T. M. (1992). The « sport career death » of college athletes : Involuntary and unanticipated sport exits. *Journal of Sport Behavior*, 15(1), 3-20.
- Botterill, C. (1990). Sport psychology and professional hockey. *The sport psychologist*, 4(4), 358-368.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity : Hercules' muscles or Achilles heel? *International journal of sport psychology*.
- Brock, S. C., & Kleiber, D. A. (1994). Narrative in Medicine : The Stories of Elite College

- Athletes' Career-Ending Injuries. *Qualitative Health Research*, 4(4), 411-430.
<https://doi.org/10.1177/104973239400400405>
- Cecić Erpič, S., Wylleman, P., & Zupančič, M. (2004). The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 45-59. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00046-8](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00046-8)
- Chapitre II : Lutte contre le dopage (Articles L232-1 à L232-31)—Légifrance. (s. d.). Consulté 15 juin 2021, à l'adresse https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section_lc/LEGITEXT000006071318/LEGISCTA000006151570/#LEGISCTA000006151570
- Coakley, J. J. (1983). Leaving Competitive Sport : Retirement or Rebirth? *Quest*, 35(1), 1-11.
<https://doi.org/10.1080/00336297.1983.10483777>
- Demeslay, J. (2013). L'institution mondiale du dopage. Sociologie d'un processus d'harmonisation. In [Http://journals.openedition.org/lectures](http://journals.openedition.org/lectures). Pétra (Editions). <http://journals.openedition.org/lectures/13399>
- Fisher, A. G., & Conlee, R. K. (1979). *The complete book of physical fitness*. Brigham Young University Press.
- Fortunato, V., & Marchant, D. (1999). Forced Retirement From Elite Football In Australia. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 4(3), 269-280.
<https://doi.org/10.1080/10811449908409735>
- Friedlander, S. (1984). Learned helplessness in children : Perception of control and causal attributions. *Imagination, Cognition and Personality*, 4(1), 99-116.
- Goddard, B., Bilard, J., Ninot, G., Birouste, J., & Martinez, D. (2006). FACTEURS BIO-PSYCHO-SOCIAUX DU DOPAGE : ETUDE A PARTIR D'APPELANTS D'ECOUTE DOPAGE. *Rapport de recherche, décembre*, 31.
- Gorbett, F. J. (1985). Psycho-social adjustment of athletes to retirement. *Sport psychology: Psychological considerations in maximizing sport performance*, 288-294.

- Hauw, D. (2016). Les programmes de recherche en psychologie du dopage. *Psychologie du dopage*, 77-92.
- Hauw, D. (2018). Énaction et intervention en psychologie du sport chez les sportifs élités et en formation. [Enaction and intervention in sports psychology among elite athletes and in training.]. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 50(1), 54-64. <https://doi.org/10.1037/cbs0000094>
- Jaremko, M. E., & Meichenbaum, D. (1985). Stress Reduction and Prevention New York : Ple-num Press. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 26(2), 499.
- Kayser, B. (2011). La politique antidopage : Un dilemme éthique. *Les Cahiers du Centre Georges Canguilhem*, N° 5(1), 107-123. <https://www.cairn.info/revue-les-cahiers-du-centre-georges-canguilhem-2011-1-page-107.htm>
- Kohn, L., & Christiaens, W. (2014). Les méthodes de recherches qualitatives dans la recherche en soins de santé : Apports et croyances. *Reflets et perspectives de la vie économique*, LIII(4), 67-82. <https://doi.org/10.3917/rpve.534.0067>
- Lafarge, P., Egloff, M., Marquet, P., Chassain, A., Galen, F., & Habrioux, G. (1997). Effets de la dexaméthasone sur les hormones surrénaliennes chez le sujet sain à l'effort. *Science & Sports*, 12(2), 99-114. [https://doi.org/10.1016/S0765-1597\(97\)80691-0](https://doi.org/10.1016/S0765-1597(97)80691-0)
- McPherson, B. D. (1980). Retirement from Professional Sport : The Process and Problems of Occupational and Psychological Adjustment in Sociology of Sport. *Sociological Symposium Blacksburg, Va*, 30, 126-143.
- Mihovilovic, M. A. (1968). The Status of Former Sportsmen. *International Review of Sport Sociology*, 3(1), 73-96. <https://doi.org/10.1177/101269026800300105>
- Mondenard, J.-P. de. (2000). Historique et évolution du dopage. *Annales de Toxicologie Analytique*, 12(1), 5-18. <https://doi.org/10.1051/ata/2000032>
- Mukamurera, J., Lacourse, F., & Couturier, Y. (2006). Des avancées en analyse qualitative :

- Pour une transparence et une systématisation des pratiques. *Recherches qualitatives*, 26(1), 110-113.
- Nicolăi, A. (2014). *Dopage : La face « cachets » du football*. Université de Lorraine.
- Ogilvie, B. C., & Howe, M. (1986). The trauma of termination from athletics. *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 365-382.
- Pearson, R. E., & Petitpas, A. J. (1990). Transitions of athletes : Developmental and preventive perspectives. *Journal of counseling & development*, 69(1), 7-10.
- Piffaretti, M. (2011). Psychological determinants of doping behaviour through the testimony of sanctioned athletes. *World Anti-doping Agency, Play true*.
- Putnam, F. W. (1989). Pierre Janet and modern views of dissociation. *Journal of Traumatic Stress*, 2(4), 413-429.
- Remer, R. (1978). Athletes : Counseling the Overprivileged Minority. *Personnel and Guidance Journal*, 56(10), 626-629.
- Roskin, M. (1982). Coping with Life Changes-A preventive social work approach. *American Journal of Community Psychology*, 10(3), 331.
- Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The counseling psychologist*, 9(2), 2-18.
- Schmitt, R. L., & Leonard, W. M. (1986). Immortalizing the Self Through Sport. *American Journal of Sociology*, 91(5), 1088-1111. <https://doi.org/10.1086/228387>
- Sinclair, D. A., & Orlick, T. (1993). Positive Transitions from High-Performance Sport. *The Sport Psychologist*, 7(2), 138-150. <https://doi.org/10.1123/tsp.7.2.138>
- Smith, J., & McManus, A. (2009). A Review on Transitional Implications for Retiring Elite Athletes : What Happens When the Spotlight Dims? *The Open Sports Sciences Journal*, 1, 45-49. <https://doi.org/10.2174/1875399X00801010045>
- Smith, R. E. (1986). A component analysis of athletic stress. *Sport for children and youths*,

107-111.

- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Curtis, B. (1979). Coach effectiveness training : A cognitive-behavioral approach to enhancing relationship skills in youth sport coaches. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 59-75.
- Stephan, Y. (2003). *L'arrêt de la carrière sportive de haut niveau : Répercussions psychologiques et somatiques : Une étude longitudinale du processus de transition et d'adaptation*. (Doctoral dissertation, Montpellier 1).
- Taché, J., & Selye, H. (1985). On stress and coping mechanisms. *Issues in Mental Health Nursing*, 7(1-4), 3-24.
- Taylor, J. (s. d.). Book Chapters. *Dr. Jim Taylor*. Consulté 17 novembre 2021, à l'adresse <https://www.drjimtaylor.com/4.0/writing/book-chapters/>
- Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6(1), 1-20.
<https://doi.org/10.1080/10413209408406462>
- Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (2001). *Figure 1. Modèle conceptuel de l'adaptation au retrait sportif*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/figure/Modele-conceptuel-de-la-adaptation-au-retrait-sportif-dapres-Taylor-et-Ogilvie-2001_fig1_270116588
- Valois, P., Buist, A., Goulet, C., & Côté, M. (2002). *Étude de l'éthique, du dopage et de certaines habitudes de vie chez des sportifs québécois*.
Accepted: 2018-04-04T21:01:45Z
- Vamplew, W. (2007). Playing with the rules : Influences on the development of regulation in sport. *The International Journal of the History of Sport*, 24(7), 843-871.
<https://doi.org/10.1080/09523360701311745>
- Werthner, P., & Orlick, T. (1986). Retirement experiences of successful Olympic athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 17(5), 337-363.

Williams, J. M. E. (1993). *Applied sport psychology : Personal growth to peak performance*.

Mayfield Publishing Co.

Wolff, R., & Lester, D. (1989). A Theoretical Basis for Counseling the Retired Professional

Athlete. *Psychological Reports*, 64(3_suppl), 1043-1046.

<https://doi.org/10.2466/pr0.1989.64.3c.1043>

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Hachette UK.

7 Annexe

Guide d'interview

Données personnelles

1. Quel sport de compétition pratiquez-vous au moment de votre suspension?
2. Depuis combien d'année aviez-vous pratiqué ce sport?
3. Et quel était votre âge?
4. Au moment de votre suspension, quel était votre statut professionnel ?
5. Et à votre suspension, quel était votre état civil?
6. Quel a été votre niveau compétitif maximal dans la carrière sportive dans la quelle vous avez été sanctionné?
7. Au moment de votre suspension, quel était votre niveau compétitif?
8. S'agit-il de votre première consommation?*
9. S'agit-il de votre première suspension?
10. Pourriez-vous donner une idée générale de votre situation sociale et économique au moment de votre sanction?

Expérience personnelle pendant la période de sanction

11. Pour quelle raison avez-vous été sanctionné?
12. Etait-ce une consommation ponctuelle ou régulière? *
13. Dans quelles circonstances avez-vous commencé à assumer la substance? *
14. Quelle était la durée de la sanction?
15. Combien de temps reste-t-il aujourd'hui à la fin de la sanction?
16. Quel a été la justification donnée pour le type de sanction reçue?
17. Comment avez-vous perçu cette justification? Comment l'avez-vous interprétée?
18. Quel sentiment dominant avez-vous aujourd'hui concernant cette période de sanction?
19. Au travers de quelles étapes émotionnelles êtes-vous passé pendant la période de sanction?
20. Comment avez-vous fait face à ces sentiments? Comment avez-vous géré ces sentiments?
21. Quelles ont été les sources de soutien et d'aide plus importantes pendant cette période?
22. Le cas échéant, quels sont les bénéfices, les enseignements positifs et les opportunités relatives à votre sanction?

Facteurs associées à la prise du produit interdit

23. Dans quel mesure étiez-vous au courant d'assumer un produit interdit? * Dans quelle mesure étiez-vous au courant d'avoir une conduite sanctionnable?
24. Quel était votre degré de connaissance quant à ces effets néfastes sur la santé? *
25. Quel était votre degré de connaissance sur la réglementation relative à ce produit et à la sanction prévue au cas où vous auriez été pris? * Quel était votre degré de connaissance quant aux règles antidopage?
26. Au moment de votre première consommation, dans quelle phase étiez-vous dans votre parcours sportif? *
27. Au moment de votre première consommation, aviez-vous l'impression que votre carrière était quelque part menacée?
28. Quelles étaient vos motivations dans le sport au moment de votre prise de produit? *
29. Quel type d'attente aviez-vous en assumant ce produit? * Quel type d'attente aviez-vous en assumant cette conduite?
30. Quel type d'effet avez-vous expérimenté après avoir assumé ce produit (sur votre bien-être, sur votre performance)?

31. Quel était votre niveau d'inquiétude et de stress juste avant votre décision d'assumer cette substance? * Quel était votre niveau d'inquiétude et de stress par rapport à votre conduite?
32. Quelles étaient les moyens à votre disposition pour faire face à ce stress ?
33. Comment jugiez-vous votre état général de santé, au niveau physique, avant votre prise de produit ? *
34. Comment jugiez-vous votre état de santé, au niveau mental, avant votre prise de produit? *
35. Quelle importance accordiez-vous à vos résultats sportifs dans votre vie?
36. Quelle attitude perceviez-vous par rapport au dopage dans votre environnement sportif?
37. Quel est votre avis sur la prise de produit dopants dans le sport de compétition? Quel est votre avis par rapport aux règles antidopage?
38. Quelle raison principale vous aurait-elle découragé à prendre un produit interdit? *
39. Comment jugez-vous le degré de facilité avec lequel vous avez pu vous procurer la substance interdite? *
40. En quelle mesure votre entourage vous a-t-il influencé dans la prise du produit interdit? * En quelle mesure votre entourage vous a-t-il influencé dans votre conduite?
41. Quelle perception avez-vous de la notion du fair-play dans le monde du sport aujourd'hui?

Perceptions des projets et besoins futurs

42. Quels projets avez-vous une fois la période de sanction écoulée?
43. Quels objectifs avez-vous du point de vue sportif lors de votre retour à la compétition?
44. En repensant à ce que vous avez vécu, pourriez-vous identifier quel type de besoin est le plus important pour le sportif pendant la période de sanction?
45. Comment est-ce que ce besoin pourrait-il être satisfait?
46. Si vous en aviez la possibilité, seriez-vous intéressé par un travail psychologique sur vous-mêmes pendant la période de sanction? Pourquoi?
47. Egalement, seriez-vous intéressé par un travail de préparation physique pendant la période de sanction? Pourquoi?
48. Et, seriez-vous intéressé par des conseils en orientation et planification de carrière pendant la période de sanction? Pourquoi?
49. Si vous en aviez la possibilité, seriez-vous intéressé à participer à une campagne de prévention contre le dopage pendant la période de sanction? Pourquoi?
50. Quel conseil donneriez-vous à des jeunes athlètes par rapport à l'utilisation de substances interdites dans le sport? * Quel conseil donneriez-vous à des jeunes athlètes par rapport à l'effraction des règles anti-dopage?
51. Quel conseil donneriez-vous à des jeunes athlètes par rapport à la façon de vivre une période de sanction?

* QUESTION SI LA PERSONNE A FAIT UTILISATION DE SUBSTANCES DOPANTES

Conditions of confidentiality and possibility of withdrawal from study are guaranteed :

1. You can interrupt your participation at any time, without any prejudice whatsoever. If **you refuse or** choose to interrupt your participation, there will be no negative consequence for you (either personally or legally).
2. There is no obligation to respond to the questions that are perceived to be offensive to the participant's privacy.
3. The voice recorder can be stopped at any time if requested by the interviewee.
4. The interview transcription and publication, the mention of names and the possibility of identifying the participants will be submitted beforehand.
- 5. The interviewee has been informed that there will be no publication of his/her interview without his/her formal authorisation; and that if he/she accepts the principle of this publication, he/she will be entitled to request that all elements allowing to identify him/her be modified so as to make an identification impossible/implausible. And that, moreover, his/her interview (or part of it, anonymised or not) will not get published without being submitted to him/her and his/her giving a formal agreement.**
6. Anonymous treatment of data will be ensured by the principal investigator who will attribute the names, places and events stocked in a file with coded access, and the file with the study results in another file. All research will use the new coding system and only the principal investigator will be in possession of the coding keys.

Formulaire de consentement

Learning about psycho-social determinants of doping behaviour through the testimony of sanctioned athletes

Under the direction of Mattia Piffaretti, Dr. in psychology, with the partnership of the Institut des Sciences du Sport de l'Université de Lausanne.

The subscribing person :

1. Certifies he/she has been informed about the advantages, the risks and the obligations associated with this study.
2. Confirms that enough time was given to think before participating.
3. Agrees that he / she was informed on the objectives and the procedure of this study by the investigator who is named at the end of this page.
4. States to have read carefully and to have understood the information described in the attached paper and to have been able to ask all needed questions.
5. Has been informed that he / she could interrupt his / her participation to the study at any time without any prejudice whatsoever.
6. Has been informed that there is no obligation to reply to questions he / she might judge indiscreet.
7. Has been informed that the voice recorder may be stopped upon his / her request at any time.
- 8. Has been informed that there will be no publication of his/her interview without his/her formal authorisation; and that if he/she accepts the principle of this publication, he/she will be entitled to request that all elements allowing to identify him/her be modified so as to make an identification impossible/implausible. And that, moreover, his/her interview (or part of it, anonymised or not) will not get published without being submitted to him/her and his/her giving a formal agreement.**
9. Has been informed that all recordings will be deleted once the study finished.

PLEASE INDICATE WITH A CROSS THE DESIRED OPTION

☐ **I allow** ☐ **I do not allow** the publication of my interview.

☐ **I allow** ☐ **I do not allow** that my name be mentioned, or elements allowing to recognise (in case of non authorisations, names will be removed, so as the places, events and years will be modified).

☐ **I wish** ☐ **I do not wish** to receive the written version of my transcribed interview signed by the principal investigator on each page.

This agreement is signed in double copy by the interviewer and the interviewee.

The subscriber accepts to participate in the study mentioned above.

Place :, Date :

Signature of the study
Interviewee:
Responsible:
Mattia Piffaretti :

Signature of the interviewee:

Mattia Piffaretti:

Signature of the