

## Recherche de sensations et conduites à risque

Extraits de :

**« Influence de la personnalité et des dispositions émotionnelles sur les conduites sportives à risques : une revue de littérature »**

par Carole CASTANIER et Christine LE SCANFF | De Boeck Université | Science & Motricité | 2009/2 - N° 67 ISSN 1378-1863 | ISBN 2-8041-0440-5 | pp. 39 à 78

[...]

Les pratiques sportives dites « à risques » (parachutisme, alpinisme, plongée sous-marine,...) apparaissent comme un objet d'étude particulier dans le champ de la prise de risques. En effet, alors que certaines conduites à risques qualifiées par Turner et al. (2004) de « socialement inacceptables » semblent destructrices pour l'individu (consommation de substances, rapports sexuels non protégés,...), le sport traditionnellement considéré comme une activité bénéfique pour la santé physique et psychologique (Biddle, 1995), offrirait une voie constructive et socialisée de prises de risques (Turner et al., 2004), contribuant à la formation de l'identité de l'individu (Michel, 2001).

[...]

Par ailleurs, il semble important de préciser que si le seul fait de s'engager dans ce type d'activités est considéré comme une conduite à risques à part entière, il faut également distinguer, au sein de ces pratiques, les individus qui agissent de façon prudente (risque calculé, planifié, réfléchi) de ceux qui ont des conduites risquées (comportements imprudents). La compréhension des raisons qui amènent les individus à s'engager dans ces activités pouvant aboutir à des comportements imprudents et à des accidents présente donc un intérêt certain dans une optique préventive.

[...]

### **Engagement dans les sports à risques : la prédominance du concept de recherche de sensations**

La recherche de sensations est considérée comme une tendance relativement stable de la personnalité des individus s'engageant dans des situations pour les stimulations qu'elles procurent. Il s'agit du facteur de vulnérabilité aux conduites à risques le plus étudié dans le domaine du sport. Auteur princeps des études sur la recherche de sensations, Zuckerman (Zuckerman, Kolin, Price, & Zoob, 1964) inscrit son approche dans une conception biologique de la personnalité. Dans la logique des théories de Berlyne (1960), sur la notion de niveau optimal d'activation, celui-ci lie la recherche de sensations à la production hormonale et enzymatique et à sa régulation (Zuckerman, Buschbaum, & Murphy, 1980). Ainsi, un individu sous stimulé s'ennuie et a tendance à rechercher de nouvelles sensations afin d'augmenter son niveau d'activation. Inversement, lorsque l'environnement est trop stimulant, le degré d'activation dépasse le niveau optimal, ce qui induit la diminution du niveau de stimulation recherché par l'individu. La recherche de sensations apparaît donc comme un trait de personnalité (Arnett, 1994 ; Zuckerman, 1994) lié à des caractéristiques biologiques (Zuckerman, 1990). La réaction physiologique attachée aux comportements de recherche de sensations se caractériserait par la libération de catécholamines (notamment de dopamine) stockées dans les neurones du système limbique, qui activerait ou sensibiliserait temporairement les centres de récompenses intrinsèques du cerveau (Cloninger, 1987; Zuckerman, 1994) et aurait des effets psychotropes puissants d'apaisement (libération de tensions intérieures) ou d'excitation (Michel, Purper-Ouakil, Leheuzey, & Mouren-

Siméoni, 2003). Cette réaction physiologique s'actualiserait dans des patterns habituels de comportements. Selon Zuckerman (1994) la recherche de sensations correspond à un trait se caractérisant par «la recherche de sensations et d'expériences variées, nouvelles, complexes et intenses et la volonté de prendre des risques physiques, sociaux, juridiques et financiers pour vivre ces expériences » (p.27). Ainsi, la recherche de sensations peut se manifester à travers divers comportements, attitudes ou activités. Dans le cadre de ce modèle théorique, Zuckerman a développé un instrument de mesure: la Sensation Seeking Scale (SSS version V; Zuckerman, Eysenck, & Eysenck, 1978), composé de 40 items se répartissant en quatre dimensions correspondant à diverses façons de rechercher des sensations : – La recherche de danger et d'aventure (Thrill and Adventure Seeking - TAS) : recherche de sensations fortes et inhabituelles à travers des sports ou activités comportant un danger ou un risque pour l'intégrité physique (e.g., ski de pente raide, alpinisme, parachutisme). – La recherche d'expériences (Experience Seeking - ES) : recherche de sensations à travers des nouvelles expériences, un style de vie non conventionnel ; tendance à rechercher des stimulations mentales et sensorielles au moyen de l'art, de la musique, des voyages; désir de connaître et de rencontrer des personnes inhabituelles, non conventionnelles. – La désinhibition (Disinhibition - Dis) : recherche de sensation à travers des attitudes hédonistes et extraverties (e.g., alcools, drogues, variétés sexuelles, jeux d'argent). On parle également de recherche de stimulations sociales. – La susceptibilité à l'ennui (Boredom Susceptibility - BS) : aversion pour toutes les activités répétitives et routinières (e.g., travail routinier, quotidien prévisible), et tendance à être irrité si ces situations sont inévitables ; fuite des gens ennuyeux et de la monotonie. Cet outil permet de mettre en évidence la possibilité de rechercher des sensations de façon non risquée, dans l'art, la musique, les voyages (ES) ou risquée, dans le sport (TAS), la conduite automobile, l'alcool, la drogue, le sexe ou la criminalité (Dis). La SSS de Zuckerman et al. (1978) a été utilisée dans de nombreuses études mettant en avant de façon récurrente le fait que les pratiquants d'activités sportives à risques présentent des scores de recherche de sensations significativement plus élevés que des sujets ne pratiquant pas ce type d'activité. Jack et Ronan (1998) montrent en effet une propension des pratiquants de sports à risques (deltaplane, alpinismes, parachutisme, course automobile) à rechercher des sensations diverses (scores global de la SSS) comparativement à des sportifs plus traditionnels (natation, marathon, aérobic, golf). De façon plus précise, ces auteurs comme d'autres (e.g., Breivik, 1999a ; Cronin, 1991, cf. tableau 1) mettent en évidence la pertinence des sous échelles Recherche de danger et d'aventure et Recherche d'expériences pour discriminer les pratiquants d'activités sportives à risques. Selon quelques chercheurs, l'engagement dans les sports à risques serait également associé à la Susceptibilité à l'ennui et à la Désinhibition (Blenner, 1993 ; Murray, 2003, cf. tableau 1).

[...]