

BILAN PSYCHOLOGIQUE OBLIGATOIRE

DE QUOI PARLONS-NOUS ?

Le bilan psychologique pour les sportifs de haut niveau est un entretien obligatoire depuis un arrêté ministériel (datant du 11 février 2004 et modifié le 16 Juin 2006) relatif à la périodicité et à la nature des examens médicaux. Cet arrêté stipule que : «Deux fois par an chez les sportifs mineurs et une fois par an chez les sportifs majeurs, un bilan psychologique est réalisé, lors d'un entretien spécifique, par un médecin ou par un psychologue sous responsabilité médicale.

A QUOI CA SERT ?

Ce bilan psychologique vise à :

- détecter des difficultés psychopathologiques et des facteurs personnels et familiaux de vulnérabilité ou de protection ;
- prévenir des difficultés liées à l'activité sportive intensive ;
- orienter vers une prise en charge adaptée si besoin.

En plus des axes définis par l'arrêté, il permet une rencontre et un temps d'échange régulier entre un psychologue ou médecin et un sportif. C'est l'occasion pour ces sportifs de confier leurs difficultés éventuelles ou d'entamer un suivi psychologique en cas de besoin. C'est également une occasion de sensibilisation au domaine de la psychologie.

COMMENT FAIRE ?

Le bilan psychologique est un entretien individuel et confidentiel. Si le bilan psychologique peut être administré par un médecin, le plus fréquemment il lui sera préféré un psychologue, ayant de préférence, une expertise dans le domaine du sport. Le psychologue peut utiliser différents «outils» à sa disposition de manière à répondre aux critères de l'arrêté.

Différents tests peuvent alors être utilisés par le psychologue sous réserve d'y avoir été formé. Le test ou questionnaire choisi est fréquemment associé à un entretien spécifique directif ou semi-directif de manière à favoriser l'émergence d'une parole «plus libre» chez le sportif.

Il n'existe pas à ce jour de consensus sur le test ni sur le type d'entretien à utiliser pour le bilan psychologique. Cela se justifie du fait de la diversité des populations concernées et donc de la nécessité pour le praticien de pouvoir faire appel aux différents outils et tests qui lui paraîtront le plus appropriés (pour une population exclusivement composée de mineurs par exemple).

En revanche on retiendra qu'il y a le plus souvent un entretien utilisé pour le bilan psychologique ainsi qu'un consensus sur les critères communs à évaluer (cf. [l'arrêté sur le bilan psychologique](#)).

Enfin un «**guide d'entretien psychologique**» à l'attention des médecins a été créé par le Service Médical de l'INSEP en 2012. Ce document a pour vocation d'aider le médecin à construire un entretien psychologique de qualité. Il est composé de 19 questions concernant des troubles psychopathologiques susceptibles d'être rencontrés par les sportifs de haut niveau.

Le guide recommande dans son introduction d'orienter sur un psychologue clinicien ou un psychiatre en cas de réponse positive à l'une des questions ou en cas de doute.

LA PASSATION DU BILAN

Pour votre athlète en pôle : le bilan dans le cadre du «Suivi Médical Réglementaire» aura lieu le plus souvent au sein du service médical.

Pour un athlète «hors pôle» : on conseillera de se rapprocher du CREPS le plus proche ou d'un centre médico-sportif.

Au cas où le bilan psychologique conclurait à l'intérêt voir la nécessité pour certains athlètes d'avoir un suivi psychologique, il sera conseillé que celui-ci soit fait par le psychologue en charge du suivi médical réglementaire celui-ci ayant déjà pu, durant l'entretien de bilan, mettre à jour un certain nombre de problématiques et ainsi amorcer les bases d'une prise en charge. D'autre part c'est souvent ce même psychologue qui sera amené à revoir le sportif et à réévaluer avec lui ses difficultés dans le temps.

ÉLÉMENTS DE RÉFLEXIONS

Question du bilan psychologique administré par un médecin : si l'arrêté stipule qu'un médecin peut faire passer le bilan psychologique, il apparaît évident qu'il est préférable de s'adresser pour cela à un psychologue qui aura bénéficié d'une formation bien plus pointue dans ce domaine.

Le psychologue sera par ailleurs à même de s'occuper du suivi psychologique du sportif si besoin était, là où le médecin devra orienter en cas de prise en charge.

Question de l'orientation : lors du bilan, le psychologue ou médecin, peut émettre une proposition de suivi psychologique à l'attention du sportif. Dans le cadre d'une prise en charge relevant de la psychopathologie il sera nécessaire d'orienter sur un psychologue ayant une expertise dans le domaine du soin (comme par exemple le psychologue clinicien).

LIMITES

Le bilan psychologique est avant tout un outil de prévention. Il n'a pas pour fonction d'être un outil de recrutement ou de détection. Au sortir du bilan psychologique, le psychologue ou le médecin n'a donc pas à formuler d'avis (positif ou négatif) sur le sportif mais uniquement une éventuelle recommandation de suivi.

Concernant la restitution du bilan : le psychologue ou médecin va généralement transmettre directement au sportif ses réflexions et/ou recommandations oralement. Comme il l'aura rappelé en introduction de l'entretien, ce dernier étant confidentiel, les seules informations transmises à son sujet le seront au médecin responsable de son suivi et ce dans le cadre du secret médical.

La fédération quant à elle sera informée de la date de passation du bilan psychologique (par le biais d'une attestation de bilan) sur laquelle peut aussi figurer la notion éventuelle : «suivi psychologique proposé : oui - non».

