

---

# Les conduites dopantes : une prévention de l'échec ?

Patrick LAURE

Docteur en médecine

Laboratoire de Psychologie appliquée, Université de Reims,  
Bât.6, Moulin de La Housse, 51687 Reims CEDEX 2.

---

*Résumé — Le primat de l'économie impose de tendre sans arrêt vers la performance et de multiples outils nous sont proposés pour parvenir à cette fin, en particulier des moyens d'assistance symptomatique, par exemple les conduites dopantes, c'est-à-dire les comportements de consommation de produits grâce auxquels, dans un contexte d'incertitude, une personne tente de s'adapter de façon performante à la représentation qu'elle a d'une situation donnée. En se fondant sur le modèle d'Atkinson, selon lequel la tendance à s'engager dans une action serait fonction de la tendance à atteindre le succès moins la tendance à éviter l'échec, cet article examine l'hypothèse selon laquelle les conduites dopantes sont des conduites d'évitement (ou de prévention) de l'échec.*

*Abstract — Primacy of the economy imposes to aim non-stop towards the performance and multiple tools are proposed to us to reach this objective, in particular means of symptomatic assistance, for example doping behaviours. Doping-behaviour is the use of a substance in order to improve performance to face an obstacle, which is either real, or imagined and this perceived as real by the user or by the people around him. In others words, it is a behaviour of consumption of products in which, in a context of uncertainty, a person tries to adapt himself (herself) in a successful way to the representation which she has of a given situation. By basing itself on*

*Atkinson's model, according to which tendency to undertake in an action would be a function of the tendency to be reached success less tendency to be avoided failure, this article examines the hypothesis according to which doping behaviours are behaviour to prevent failure.*

Mots clés—*Dopage – Échec – Comportement – Consommation – Théorie – Psychologie – Motivation.*

---

## Introduction

Dans les sociétés occidentales, le primat de l'économie, notamment, impose de tendre sans arrêt vers la performance. L'objectif est de s'inscrire soit dans une démarche d'expansion, de gain de parts de marché, d'augmentation du pouvoir et autre quête de reconnaissance sociale, soit dans une démarche de préservation des acquis, de maintien de son rang et/ou de son capital, de conservation de son entreprise, de sauvegarde de ses intérêts, voire, parfois, de survie sociale.

Située au cœur de l'opposition entre le déterminisme et le libre arbitre susceptibles de caractériser les actions humaines, la recherche de la performance concerne chaque activité professionnelle, domestique ou de loisirs et chaque individu, quels qu'en soient le sexe, l'âge et le statut.

Ainsi, le bébé se doit-il d'être « en avance pour son âge », le candidat au concours « admis » (voire « admis avec mention »), le sportif « premier », le cadre d'entreprise « battant » et le retraité « actif ».

Toute solution de continuité dans cette chaîne de performance conduit inmanquablement au « retardé », « recalé » et autres « losers », qui sont autant de situations d'échec contribuant à délimiter la frontière entre ceux qui réussissent (ou, au minimum, ceux qui sont « normaux ») et ceux qui échouent. Une frontière caractérisée par un « seuil minimum » de performance que chacun, au nom de déterminants comme la productivité, la concurrence et autre mondialisation, est tenu d'atteindre. La fameuse « moyenne » à laquelle tentent de parvenir les élèves en constitue un exemple.

Dans cette logique, on observe la multiplication d'outils présentés comme susceptibles d'améliorer significativement la performance de n'importe quel système de production, de formation ou de création. Ce sont, par exemple, les innombrables stages de « motivation » et les ouvrages au titre prometteur (« Dopez votre entreprise », « Manager votre équipe avec succès », « Vers la réussite »), grâce auxquels l'impétrant est supposé apprendre à établir des

priorités, à conduire des réunions constructives, à prendre des décisions pertinentes, à parler en public, à s'autoévaluer. Ce sont aussi, avec une finalité à peine différente, les recommandations de « bonne pratique », destinées à améliorer la performance de certains professionnels (comme les médecins). Ce sont enfin tous les moyens d'assistance symptomatique, qui préparent l'individu à la performance soit de façon directe, soit en tentant de réduire des effets collatéraux, comme l'anxiété ou la fatigue. Sont par exemple utilisées dans ce cadre les techniques de gestion du stress, de visualisation, de relaxation. Ainsi que la consommation de certains produits, tels les bêtabloquants, pris par les musiciens de l'orchestre philharmonique de Londres avant d'entrer en scène pour un concert. Ce recours à des substances aux fins de performance constitue une conduite dopante.

Sans entrer dans le détail d'une définition évoquée par ailleurs (Laure, 2000) une conduite dopante est un ensemble d'actes observables (le processus de recours au produit) par lequel, dans un contexte d'incertitude, une personne tente de s'adapter de façon performante à la représentation qu'elle a d'une situation donnée. D'un autre point de vue, il s'agit également d'un comportement qui permet à des personnes d'espérer échapper à l'insuccès.

En somme, on pourrait faire l'hypothèse que les conduites dopantes sont des conduites d'évitement (ou de prévention) de l'échec.

## L'échec

Parler d'échec (sauf à désigner le jeu du même nom) évoque volontiers une image négative, voire un ressenti plus ou moins douloureux. En fonction de ce qu'on a déjà vécu soi-même, on pense alors à l'échec scolaire, à l'échec d'une négociation, à celui d'une vie ou à celui d'une relation amoureuse.

Épuré de tout contexte émotionnel, un échec, c'est un résultat. Le résultat d'un processus qui, soit visait à atteindre un objectif mais en vain, soit est parvenu à l'objectif mais en générant d'importants effets inattendus jugés problématiques. Par exemple, à une certaine époque, augmenter le prix du tabac aurait eu pour résultat d'en diminuer le nombre de jeunes consommateurs (objectif atteint), tout un provoquant un regain d'intérêt pour le cannabis, alors jugé d'un meilleur « rapport qualité/prix » (effet inattendu négatif).

Pour une personne, qualifier une situation « d'échec », nécessite donc de connaître son objectif initial, ce à quoi elle espère arriver ou, au minimum, ce à quoi elle pense parvenir en réalité. C'est ce que Kurt Lewin a appelé « niveau d'aspiration », dans le premier cas, et « niveau d'expectation » dans le second,

la différence entre les deux pouvant être minime ou importante selon les personnes et pour une situation donnée.

D'un autre point de vue, il n'est pas inutile de se demander si un résultat ne devient pas un échec justement parce qu'il est qualifié comme tel. En adaptant la thèse d'Howard Becker (1963) à propos de la déviance, un résultat serait un échec à deux conditions : un objectif n'a pas été atteint et cet état de fait est perçu comme un échec. En somme, on se sentirait en échec lorsqu'on est qualifié comme tel (ou que l'on croit l'être), et non l'inverse. Ce qui soulignerait toute l'importance accordée au regard d'autrui dans la perception et la qualification de l'échec.

Quant au regard qu'une personne porte sur son propre échec, il dépend de différents facteurs, parmi lesquels : ses causes, ses conséquences prévisibles, son caractère répété ou non, mais aussi l'importance de l'objectif pour ladite personne, la probabilité qu'elle accordait à la survenue de l'échec, la responsabilité qu'elle estime avoir, ses capacités et sa liberté de réaction. C'est ainsi qu'un même échec peut être vécu très différemment par deux individus, ce qui contribue à expliquer la diversité des conduites d'évitement de l'échec.

## **Parvenir au succès ou fuir l'échec ?**

Quand une personne décide d'affronter un obstacle quelconque, comme une compétition sportive ou un oral d'examen, quel est le déterminant de son action : parvenir au succès ou, au contraire, éviter l'échec ?

À en croire les sportifs, par exemple, il s'agit pour eux de gagner, d'être le premier. Mais c'est souvent la peur de rater une épreuve qui constitue à un moment ou un autre le principal aiguillon du travail de l'étudiant, pour certains enseignants.

En fait, selon l'ancien modèle d'Atkinson (1964), la tendance à s'engager dans une action serait fonction de la tendance à atteindre le succès moins la tendance à éviter l'échec.

En pratique, cette théorie de l'expectation-valeur peut se traduire d'une autre façon : si une personne pense que sa probabilité de réussir une tâche est grande et si la valeur de cette tâche est importante pour elle, alors elle aura d'autant plus propension à s'investir pour parvenir au résultat escompté. C'est ce que l'on constate, par exemple, dans les activités motrices (Famose, 1993).

Ainsi, une personne pour qui la valeur de la réussite est conséquente et qui serait dotée d'une confiance en soi élevée envisagerait l'action sous l'angle du

succès. À l'inverse, une personne inscrite dans une démarche de doute et d'anxiété considérerait l'action plutôt comme un échec à éviter. Mais la participation d'autres facteurs a déjà été observée, comme celle de l'estime de soi, brièvement définie comme un jugement de valeur personnelle porté sur l'image de soi.

Par exemple, selon Famose (2001) et dans le champ des activités physiques et sportives, les pratiquants ayant une haute estime de soi s'engagent dans l'action pour parvenir au succès. En effet, ils seraient persuadés d'être dotés de suffisamment d'atouts, sans attributs négatifs, pour n'être intéressés que par le fait de se valoriser grâce à leur réussite (puisque leur succès est dû à leur habilité). En revanche, les pratiquants dont l'estime de soi est basse, tout en partageant les mêmes motivations que les précédents, envisageraient l'action sous l'angle de l'évitement de l'échec, étant incertains de posséder des qualités positives ou négatives. Dès lors, la quête du succès leur semblerait peu concevable.

## Évitement de l'échec et conduites dopantes

En s'intéressant à l'estime de soi, il est possible de mettre en évidence un lien entre conduite d'évitement de l'échec et conduite dopante.

Du moins est-ce ce qui apparaît dans les résultats préliminaires d'une étude de cohorte que nous pilotons actuellement auprès d'une population de 3 565 jeunes collégiens âgés de 11 ans en moyenne.

La description détaillée de cette étude dépasserait le cadre de ce texte : ses résultats seront publiés ultérieurement et ce qui est présenté ici ne l'est qu'à des fins illustratives.

Soulignons simplement que ses objectifs comprennent, entre autres, la confrontation de l'estime de soi (évaluée par l'échelle de Rosenberg adaptée) avec des consommations de produits (tabac, alcool, cannabis, vitamines, produits dopants, hypnotiques, tranquillisants, Ecstasy). Or, avec les réserves méthodologiques habituelles, on constate que les sujets qui ont une estime de soi plus basse que la moyenne du groupe étudié déclarent plus souvent consommer des produits et en particulier des produits dopants (définis par leur inscription sur la liste des substances dopantes interdites aux sportifs) et des produits aux fins de performance (vitamines pour « tenir le coup en classe », par exemple). Ce constat (établi par analyse de variance) est statistiquement significatif (au seuil  $p = 0,01$ ). Mais, à ce stade de l'étude, il n'est pas encore possible de déterminer le sens, ni l'intensité, du lien. Ainsi, les sujets prennent-ils des

produits parce qu'ils ont une basse estime de soi ou l'inverse ? Une question analogue s'était d'ailleurs posée dans un travail antérieur, où nous avons montré que, chez 840 adolescents scolarisés, l'environnement psychosociologique de la consommation de produits variait avec le nombre de classes de substances utilisées. En particulier, les relations aux proches et à soi paraissaient se dégrader d'une façon « proportionnelle » à celui-ci, sans que l'on puisse établir si l'adolescent recherchait dans un nombre croissant de produits ce qu'il ne trouvait pas (ou plus) en lui ou dans son entourage, ou si c'est parce qu'il consommait des produits de plus en plus nombreux que ses liens sociaux se détérioraient, ou les deux (Laure *et al.*, 2001) ?

Pour en revenir à notre thème principal, il y aurait donc bien une relation entre conduite d'évitement de l'échec et conduite dopante, ce résultat devant être confirmé par d'autres études.

## Préparation à l'échec et conduites dopantes

Il se pourrait que, dans un certain nombre de cas, les conduites dopantes ne soient pas des conduites d'évitement de l'échec mais, au contraire, qu'elles visent à le préparer ou, plus exactement, à en diminuer les conséquences négatives pour la personne. Elles feraient donc office de « pis-aller » dans un contexte où la probabilité attribuée à la survenue de l'échec serait jugée élevée et où, l'individu, ne pensant pas pouvoir l'éviter, tenterait au moins d'en limiter les conséquences.

Ainsi, en Côte d'Ivoire, certains usagers de potions aphrodisiaques y ajoutent du vin de palme pour être toujours sûrs d'obtenir, en cas « d'échec », une euphorie qui leur permettra d'oublier leur déconvenue et les espérances placées dans l'action revigorante des mixtures absorbées (Kerharo *et al.*, 1950).

L'usager peut également utiliser les conduites dopantes pour élaborer par avance des excuses susceptibles d'expliquer son futur échec (et s'en servir pour lui-même ou pour son entourage). À l'instar des étudiants (ou autres) atteints de procrastination, qui rendent, par exemple, le manque de temps pour réviser responsable de leur insuccès à l'examen. Pour illustrer, citons les propos de cet haltérophile américain (rapportés par le *Los Angeles Times*, 19 janvier 1984), évoquant son adversaire soviétique : « L'an dernier, la seule différence entre lui et moi, c'est que je ne pouvais pas payer la facture de produits pharmaceutiques. Maintenant, je peux (...). Nous allons donc voir lesquels sont les meilleurs, de ses stéroïdes ou des miens... ». En d'autres termes, s'il perd, ce sera du fait de facteurs externes sur lesquels il n'a, par définition, pas de prise, en l'occurrence des produits dopants.

Autre exemple, celui de la personne qui a subi (ou recherché) d'importants effets indésirables liés aux produits (trop forte dose, association inadaptée de produits, non respect des contre-indications), ce qui fait qu'elle n'a pas pu affronter l'obstacle dans des conditions idoines et qui attribue donc son échec aux substances. C'est ce qu'on a longtemps observé chez les étudiants qui se bourraient d'amphétamines en période d'examen (pour augmenter le temps de travail et lutter contre la fatigue), mais qui, en raison des effets indésirables liés à l'abus de ces stimulants, rataient toutes les épreuves ou n'avaient pas la force de s'y présenter (Davies, 1959).

En fin de compte, qu'une personne tente d'éviter l'échec ou qu'elle veuille en limiter les conséquences en recourant à une conduite dopante sont deux attitudes qui s'inscrivent dans une démarche superposable : la consommation de produits sert à la prévention primaire ou secondaire de l'échec.

## Perspectives

Envisager les conduites dopantes sous l'angle de l'évitement de l'échec pose une question fondamentale par rapport aux actions de prévention de ces conduites, quel qu'en soit l'argument : la santé des individus ou, dans certains cas comme en sport, le respect de l'éthique.

C'est la question de la légitimité d'interventions dont l'objectif, en définitive, est d'empêcher des personnes d'adopter un comportement qui leur permet d'affronter, voire de surmonter, ce qu'elles perçoivent comme un obstacle et donc de leur éviter un échec ou d'en limiter les effets (Laure, 2002). Surtout dans une société concurrentielle qui mettrait de plus en plus souvent ses membres en situation d'échec personnel.

Se pose en outre la question de l'échec tout court, et de son éventuelle gestion (au sens général ce terme), à laquelle la société ne prépare pas et qu'elle se contente, la plupart du temps, de sanctionner (redoublement d'une classe, perte d'emploi, etc.). Comme si la « norme » sociale était la réussite et elle seule et que toute transgression de cette norme devait être « punie ».

Elle revient également à réinterroger le sens donné au primat de la performance et, en corollaire, à l'extrême valorisation du résultat par rapport au processus qui y mène (notamment l'effort fourni). Il convient finalement de méditer ce propos de Sansot (1998) : « Une certaine forme de sagesse se reconnaît à la volonté de ne pas bousculer la durée, de ne pas se laisser bousculer par elle, pour augmenter notre capacité à accueillir l'événement ».

## Bibliographie

- ATKINSON J.W., *An introduction to motivation*, Princeton, NJ : Van Nostrand, 1964.
- BECKER H.S., *Outsiders. Pour une sociologie de la déviance*, Paris, Métailié, 1985.
- DAVIES J., Discussion on benzedrine uses and abuses, *Proc. Royal Soc. Med.* 1959 ; 32, 285.
- FAMOSE J.-P., Rôle des valences et des attentes dans la performance motrice. In : Famose J.-P. (dir.), *Cognition et performance*, Paris, Insep, 1993.
- FAMOSE J.-P., *La motivation en éducation physique et en sport*, Paris, Armand Colin, 2001.
- KERHARO J., BOUQUET A., *Sorciers, féticheurs et guérisseurs de la Côte d'Ivoire*, Paris, Vigot, 1950.
- LAURE P. (dir.), *Dopage et société*, Paris, Ellipses, 2000.
- LAURE P., LECERF T., Le SCANFF C., Les motivations à la consommation des produits sont-elles liées au nombre de substances utilisées ? Enquête auprès de 840 adolescents scolarisés, *Arch. Ped.*, 2001, 8, 16-24.
- LAURE P., *éthique du dopage*, Paris, Ellipses, 2002.
- SANSOT P., *Du bon usage de la lenteur*, Paris, Payot et Rivages, 1998.