

**VERS UNE CONCEPTUALISATION
MOTIVATIONNELLE MULTIDIMENSIONNELLE
DU LOISIR : CONSTRUCTION ET VALIDATION
DE L'ÉCHELLE DE MOTIVATION VIS-À-VIS
DES LOISIRS (EML)***

Luc G. PELLETTIER
Université d'Ottawa

Robert J. VALLERAND
Université du Québec à Montréal

Isabelle GREEN-DEMERS
Université d'Ottawa

Marc R. BLAIS
Université du Québec à Montréal

Nathalie M. BRIÈRE
Régie régionale de la santé et des services sociaux
Gaspésie-Îles de la Madeleine

Le domaine du loisir a fait l'objet de développements théoriques variés au cours du vingtième siècle. L'analyse de la documentation dans ce domaine permet toutefois d'observer deux tendances divergentes au niveau de la définition de ce concept. Comme Neulinger (1974) le faisait remarquer, le loisir a été défini d'une part en fonction de critères opérationnels objectifs et d'autre part en fonction de critères expérimentaux subjectifs. Par exemple, selon les définitions de type opérationnel, le loisir serait défini par le biais du concept de « temps libre » (Smigel, 1963 ; Lundberg, Komarovsky & McInerney, 1969 ; Szalai, 1972) ou par celui d'activité récréative institutionnalisées (Dubin, 1973 ; London, Crandall & Seals, 1977). À ces définitions de type opérationnel se sont opposées des définitions plus phénoménologiques. Pour de nombreux auteurs contemporains, le loisir se définit en fonction de l'expérience subjective de libre choix, de motivation intrinsèque, d'émotions

positives ou de perte de conscience du passage du temps (Neulinger, 1974; Iso-Ahola, 1979, 1980; Kelly, 1972, 1982; Tinsley & Tinsley, 1986).

Cette absence de consensus conceptuel n'a cependant pas entravé la genèse des spéculations sur les conséquences psychologiques potentielles du loisir. En effet, on considère généralement que la pratique d'activités de loisir est susceptible d'avoir un impact positif sur la santé physique et mentale (Csikszentmihalyi, 1975; Iso-Ahola, 1980; Kelly, 1982; Neulinger, 1974). De nombreuses études récentes ont tenté d'examiner cette question plus à fond (voir Coleman & Iso-Ahola, 1993; Hughes, 1984; Simono, 1991; Tinsley & Tinsley, 1986; pour des recensions de la documentation à ce sujet). Les résultats obtenus lors de ces travaux semblent indiquer que les loisirs et les activités récréatives permettent la satisfaction de certains besoins psychologiques (p. ex. : expression de soi, pouvoir, stimulation intellectuelle, solitude, réduction du stress). La satisfaction de ces besoins psychologiques serait également associée à une augmentation de la satisfaction envers la vie, à une augmentation de l'estime de soi et à une santé mentale globalement positive (Kelly, Steinkamp & Kelly, 1988; Morgan & Goldston, 1987; Tinsley, 1984; Tinsley & Tinsley, 1986). Les loisirs constitueraient donc des expériences bénéfiques entraînant des conséquences psychologiques positives.

Certains chercheurs ont proposé des raffinements théoriques impliquant des variations conceptuelles au niveau des motifs qui sous-tendent la participation aux activités de loisirs ainsi qu'au niveau des conséquences susceptibles d'y être associées. D'une part, il a été avancé que ce n'était pas toutes les activités de loisirs qui devaient être considérées comme des « loisirs purs » (Iso-Ahola, 1979; Neulinger, 1974; Samdahl, 1988; Shaw, 1985). Il conviendrait plus précisément de faire une distinction entre les loisirs pratiqués pour des motifs extrinsèques et ceux pratiqués pour des motifs intrinsèques. Seules les activités où l'individu se sentirait libre et motivé intrinsèquement appartiendraient à la catégorie des « loisirs purs ». D'autre part, on a également posé que toutes les activités de loisir ne menaient pas à des conséquences positives (Csikszentmihalyi & Kubey, 1981; Csikszentmihalyi & Larson, 1987; Hornum, 1986; Larson & Kubey, 1983; Larson, Mannell & Zuzanek, 1986; Mannell, Zuzanek & Larson, 1988; Neulinger, 1981). Globalement, seules les activités où l'individu se sentirait libre *ou* motivé intrinsèquement engendreraient des états psychologiques positifs (p. ex. : émotions positives, concentration, faible niveau de tension, satisfaction personnelle). Selon cette perspective, la notion de libre choix de l'activité jouerait un rôle important en tant que facteur déterminant des conséquences positives associées à la pratique des loisirs.

Il est cependant important de noter que cet effet du libre choix de l'activité n'est pas exclusivement associé aux motifs intrinsèques. En effet,

il a été proposé que des conséquences positives pouvaient être rattachées aux loisirs librement choisis lorsque ceux-ci étaient pratiqués pour des motifs intrinsèques et extrinsèques (Buchanan, 1985; Haddad & Pelletier, 1996; Haworth, 1984; Mannell, Zuzanek & Larson, 1988; Tinsley & Tinsley, 1986). Il semblerait donc que les conséquences positives issues de la pratique des loisirs dépendent de la présence de conditions spécifiques : la motivation intrinsèque et/ou la perception de libre choix associée à la motivation intrinsèque *ou* extrinsèque.

Un nombre limité d'études ont été effectuées pour vérifier ces hypothèses (voir Hultsman & Russell, 1988; et Coleman & Iso-Ahola, 1993, pour des revues). L'une des raisons pouvant expliquer cette lacune réside dans le manque relatif d'instruments fiables et valides pour mesurer les notions de motivation intrinsèque, de motivation extrinsèque et de libre choix (*i.e.* d'autodétermination) dans le contexte du loisir. On ne trouve présentement que deux instruments mesurant la motivation intrinsèque/extrinsèque, la perception de libre choix ou d'autodétermination, et certains problèmes y sont associés. Le premier de ces instruments, le *What am I doing?* (WAID) développé par Neulinger (1986), a pour but de déterminer à quel point un individu se perçoit libre et motivé intrinsèquement lors de la pratique d'un loisir. Cet instrument évalue la motivation sur une échelle opposant les dimensions extrinsèque et intrinsèque. Une telle perspective peut s'avérer problématique, car une personne peut être motivée vis-à-vis d'une activité par des motifs intrinsèques et extrinsèques (Harter & Jackson, 1992; Vallerand, 1993). De plus, il ne permet pas d'isoler la notion de libre choix associée aux motifs extrinsèques, car elle y est rattachée uniquement à la motivation intrinsèque. En outre, certains auteurs (Hultsman & Russel, 1988) dont Neulinger (1986) lui-même, ont fait remarquer que le WAID est difficile à remplir. Ajoutons enfin qu'un peu plus de 30 minutes sont nécessaires pour le remplir. Le second instrument, *Intrinsic Leisure Motivation Scale* (ILMS), a été mis au point par Weissinger (1985). Il compte quatre sous-échelles visant à déterminer quatre types différents de récompenses intrinsèques. Comme dans le cas du WAID, le ILMS met en compétition les dimensions intrinsèque et extrinsèque. Il ne permet donc pas de cerner la notion de libre choix lors de la pratique de loisirs pour des motifs extrinsèques.

En somme, il semble que les instruments utilisés jusqu'à maintenant pour mesurer la motivation intrinsèque et la motivation extrinsèque vis-à-vis des loisirs ne permettent pas d'évaluer de façon indépendante les loisirs pratiqués pour des motifs intrinsèques, ceux pratiqués pour des motifs extrinsèques autodéterminés (*i.e.* librement choisis) et ceux pratiqués pour des motifs extrinsèques non autodéterminés (*i.e.* non librement choisis). Notons enfin qu'ils ne sont pas disponibles en langue française.

Cet article a pour but de présenter les résultats de trois études portant sur le développement et la validation d'un nouvel instrument mesurant la motivation vis-à-vis des loisirs : l'*Échelle de motivation vis-à-vis des loisirs (EML)*. L'*EML* s'inspire de la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985). D'après ces auteurs, les comportements seraient motivés intrinsèquement, de façon autodéterminée, introjectée ou non autodéterminée, ou amotivés. Les différents types motivationnels se distingueraient par le degré d'autodétermination qui sous-tend le comportement. Parce qu'il est postulé que ces types de motivation se situent sur un continuum allant d'un bas à un haut niveau d'autodétermination (Deci & Ryan, 1985) et qu'un niveau élevé d'autodétermination est associé à un meilleur fonctionnement psychologique (Deci, 1980), les types de motivation plus autodéterminés seraient associés à un bien-être psychologique globalement plus positif.

La théorie de l'autodétermination

D'après Deci et Ryan (1985), on peut différencier les types de motivation par le degré d'autodétermination qui sous-tend le comportement. Ces types de motivation peuvent être divisés en trois grandes classes : la motivation intrinsèque, la motivation extrinsèque et l'amotivation.

La motivation intrinsèque

La motivation intrinsèque (MI) consiste en la tendance à s'engager dans une activité pour le plaisir et la satisfaction inhérents à sa pratique, cela en l'absence de contingences externes (Deci, 1975). Ces sentiments constituent la gratification spontanée rattachée à la pratique de l'activité. La pratique de l'activité est une fin en soi, c'est-à-dire une fin intrinsèque. Vallerand et O'Connor (1989), et Vallerand, Blais, Brière et Pelletier (1989) distinguent trois types de MI : la MI à la connaissance, la MI à l'accomplissement et la MI à la stimulation².

Une personne est motivée par MI à la connaissance lorsqu'elle fait une activité pour le plaisir qu'elle ressent lorsqu'elle est en train d'explorer ou d'apprendre quelque chose de nouveau (Vallerand O'Connor & Blais, 1989). Cette MI peut être associée à des concepts comme l'exploration (Berlyne, 1971), la MI à apprendre (Brophy, 1987 ; Dweck, 1985), la curiosité (Condry, 1987), le désir de connaître et de savoir (Kagan, 1972) et la MI intellectuelle (Lloyd & Barenblatt, 1984).

Une personne est motivée par MI à l'accomplissement si elle fait une activité pour le plaisir qu'elle ressent lorsqu'elle est en train d'exercer sa compétence ou d'essayer de relever un défi optimal (Vallerand *et al.*, 1989). Ce type de motivation correspond aux concepts de motivation à « l'effec-

tance » (*Effectance motivation*; White, 1959), de motivation à la maîtrise de la tâche (Harter, 1981) ou de motivation à s'investir dans la tâche (Nicholls, 1984).

Enfin, une personne est motivée par MI à la stimulation lorsqu'elle fait une activité afin de ressentir les sensations spéciales que lui procure son implication au sein de l'activité (Vallerand *et al.*, 1989). Ce type de MI représente l'essence même de la MI. Lorsqu'un individu présente une MI à la stimulation, il effectue l'activité par simple plaisir, sans but apparent si ce n'est le plaisir lié aux sensations agréables, excitantes, sensorielles ou esthétiques issues de la pratique de l'activité.

La motivation extrinsèque

La motivation extrinsèque (ME) sous-tend les comportements effectués pour des raisons instrumentales telles que recevoir une récompense ou éviter une punition. Une personne présentant une ME n'est pas intéressée par l'activité en soi, celle-ci étant effectuée afin de provoquer l'apparition de conséquences agréables ou la disparition de conséquences désagréables (Deci, 1975). Récemment, Deci, Ryan et leurs collègues (Deci & Ryan, 1985 ; Ryan & Connell, 1989 ; Ryan, Connell & Grolnick, 1992) ont posé l'existence de différents types de ME pouvant se situer sur un continuum d'autodétermination. Aux fins de l'*EML*, trois types de ME sont particulièrement pertinents : la ME par régularisation externe, introjectée et identifiée³.

La régularisation externe correspond au plus bas niveau d'autodétermination de la ME. Le comportement motivé par régularisation externe est régi par des sources de contrôle se situant à l'extérieur de la personne (p. ex. : récompenses matérielles, contraintes sociales, etc.).

La ME par régularisation introjectée représente un début d'intériorisation des sources de contrôle du comportement. Ce type de motivation n'est pas qualifié d'autodéterminé puisque le contrôle du comportement s'effectue par le biais de contraintes externes qui ont été intériorisées. Bien que la motivation soit d'origine interne, elle prend la forme de pressions que l'individu exerce sur lui-même afin de régulariser son comportement. Par exemple, un comportement est régularisé de façon introjectée lorsqu'il est effectué pour éviter des sentiments de culpabilité ou d'anxiété. L'activité n'est pas donc pas librement choisie puisque l'individu agit pour éviter une conséquence désagréable qu'il s'impose lui-même.

Un comportement extrinsèque peut acquérir suffisamment d'importance pour être valorisé en soi par l'individu. Le comportement devient alors régularisé par *identification*. Cette forme d'intériorisation des motifs externes est caractérisée par des sentiments d'identification à l'activité et de liberté.

L'individu faisant preuve de ME identifiée effectue l'activité pour des raisons instrumentales, mais l'activité est librement choisie et n'implique plus de pressions internes comme dans le cas de la régularisation introjectée.

L'amotivation

L'individu qui vit une expérience d'amotivation est incapable de prévoir et d'expliquer les conséquences de son comportement. Il devient donc incapable de percevoir les motifs de son comportement. C'est une expérience de perte de contrôle, d'aliénation. Un individu amotivé peut effectuer une activité, mais son implication est mécanique, il remet constamment en question sa participation et il abandonne éventuellement l'activité. Il se sent désabusé. L'amotivation s'apparente à la résignation acquise (*learned helplessness* d'Abramson, Seligman & Teasdale, 1978).

Le continuum d'autodétermination

Selon Deci et Ryan (1985), les différents types de motivation définis ci-dessus peuvent être situés sur un continuum en fonction de leur degré d'autodétermination. Les trois formes de MI, parce qu'elles sous-tendent les comportements réalisés librement et par plaisir, représentent le plus haut niveau d'autodétermination. L'amotivation représente la forme de motivation la moins autodéterminée puisqu'elle représente l'absence de contrôle. Les différents types de ME se situeraient entre ces deux pôles opposés. L'identification constituerait la forme de motivation extrinsèque la plus autodéterminée, alors que la régularisation externe constituerait la forme de motivation extrinsèque la moins autodéterminée. L'introjection se situerait à mi-chemin entre les deux.

Un certain nombre de recherches récentes confirment la validité du continuum d'autodétermination (Blais, Sabourin, Boucher & Vallerand, 1990; Ryan & Connell, 1989; Vallerand *et al.*, 1989). Elles ont démontré la présence d'un patron corrélationnel distinct au niveau des concepts motivationnels. Cette structure corrélationnelle est dite « simplex » (Guttman, 1954). Elle est obtenue lorsque, pour chacun des concepts du continuum, les corrélations avec les concepts adjacents sont relativement élevées, et qu'avec les concepts plus éloignés, elles diminuent et deviennent progressivement négatives. Enfin, les corrélations les plus négatives apparaissent entre les concepts situés aux extrémités du continuum. L'obtention d'un tel patron corrélationnel permet la validation conceptuelle d'un continuum puisqu'il reflète l'influence hypothétique de la dimension fondamentale qui le définit.

Le continuum d'autodétermination présente les différents types de motivation comme des étapes qui se succéderaient graduellement en fonction

d'une dimension fondamentale : l'autodétermination. Cette conception motivationnelle possède l'avantage d'être pertinente dans des contextes très différents. Elle peut être particulièrement utile dans le cadre de l'étude du loisir, puisqu'il s'agit d'un domaine qui regroupe un ensemble hétéroclite d'activités variées. De plus, le continuum d'autodétermination permettrait de prédire des conséquences associées aux divers types motivationnels. Par exemple, le niveau d'autodétermination devrait théoriquement entretenir une relation directement proportionnelle avec le bien-être psychologique (Deci, 1980). Il serait donc possible de prévoir les conséquences associées aux différents types de motivation, puisque nous en connaissons la position relative sur le continuum d'autodétermination. Ainsi, la relation entre le type motivationnel et les conséquences psychologiques devrait se révéler plus positive pour les formes autodéterminées de motivation (la MI et la ME identifiée). La relation entre le type motivationnel et le bien-être psychologique devrait ensuite diminuer en fonction du niveau d'autodétermination inhérent au type motivationnel considéré. Cette relation deviendrait progressivement négative pour les types de motivation les moins autodéterminés.

Le continuum d'autodétermination permet également de prédire comment certaines variables antécédentes sont susceptibles d'influer sur la motivation. La théorie de l'autodétermination prévoit que les contextes sociaux qui incitent les gens à se sentir compétents et à l'origine de leurs actions favorisent des comportements motivés de façon autodéterminée. Les résultats d'un grand nombre d'études effectuées au cours des 20 dernières années ont confirmé cette hypothèse (voir Deci et Ryan, 1985, 1987, pour des recensions de la documentation à ce sujet). Par exemple, le soutien de la compétence à l'aide de rétroactions verbales augmente la motivation intrinsèque et l'autodétermination lorsque ces rétroactions sont présentées dans un contexte favorisant l'autonomie de la personne (Ryan, 1982). À l'opposé, lorsque l'environnement social impose des contraintes qui inhibent l'autonomie de la personne, la motivation intrinsèque et l'autodétermination diminuent (Deci & Ryan, 1985).

La théorie de l'autodétermination a été mise à l'épreuve et confortée lors d'études récentes effectuées dans le contexte de l'éducation (Ryan & Grolnick, 1987; Valleraud *et al.*, 1989), des relations interpersonnelles (Blais *et al.*, 1990), des sports (Brière, Vallerand, Blais, Pelletier, 1995), de l'environnement (Pelletier, Tuson, Green-Demers, Beaton & Noels, sous presse) et de la gérontologie (Vallerand *et al.*, 1989). L'objectif de la présente étude est de mettre à l'épreuve la taxonomie motivationnelle proposée par Deci et Ryan (1985) dans le domaine du loisir. L'EML a été construite afin de permettre d'atteindre cet objectif.

Étude 1

Le but de cette première étude consistait à mettre au point une série d'énoncés permettant de mesurer les différents types de MI, de ME ainsi que l'amotivation. Une première version de l'*EML* a donc été élaborée puis distribuée à un grand nombre de participants. L'analyse d'items (étude des moyennes et des écarts-types, analyses factorielles, évaluation de la cohérence interne) de cette version préliminaire de l'*EML* a permis la constitution d'une échelle présentant des propriétés psychométriques acceptables.

Construction de l'*EML*

La version préliminaire de l'*EML* est le fruit de plusieurs étapes. La création de cette échelle visait à permettre l'évaluation efficace des différents concepts théoriques proposés par Deci et Ryan (1985). Il s'agissait donc de créer 7 sous-échelles aptes à évaluer la motivation intrinsèque à la stimulation, à la connaissance, à l'accomplissement, la motivation extrinsèque par régularisation externe, par introjection et par identification, et l'amotivation. Ces différents concepts théoriques ont été opérationnalisés en déterminant différents motifs concrets susceptibles de leur correspondre dans le contexte du loisir. L'instrument a été présenté sous la forme d'une question globale :

« Pourquoi pratiques-tu tes loisirs ? », suivie d'une série d'énoncés correspondant aux différents motifs établis précédemment. La version préliminaire de l'*EML* comprenait 10 énoncés par sous-échelle, soit un total de 70 items. Les participants devaient répondre à chacun des items sur une échelle de 7 points de type Likert de façon à indiquer le niveau de correspondance entre l'énoncé constituant l'item et leur propre perception de leur motivation. Une réponse de 1 indiquait une absence totale de correspondance, une réponse de 4, une correspondance modérée, et une réponse de 7, une concordance parfaite entre l'énoncé constituant l'item et la perception du sujet de sa motivation. Les items de l'*EML* ont été présentés selon un ordre aléatoire. Le Tableau 1 présente un exemple d'item pour chacune des sous-échelles de l'*EML*.

Méthode

La version préliminaire de l'*EML* a été distribuée à 244 étudiants (121 hommes et 123 femmes) de niveau collégial âgés en moyenne de 17,4 ans. Les signes données aux participants indiquaient que le but de l'étude était de mieux comprendre les motifs incitant les gens à s'engager dans des activités de loisir.

TABLEAU 1

Exemples d'énoncés pour chacune des sous-échelles de l'Échelle de Motivation vis-à-vis des Loisirs

Sous-échelles	« Pourquoi pratiques-tu tes loisirs ? »
MI à la stimulation	Pour le plaisir que je ressens à vivre des expériences excitantes
MI à l'accomplissement	Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais des activités qui représentent un défi pour moi
MI à la connaissance	Pour le plaisir d'en savoir plus sur les sujets qui m'intéressent
ME par régularisation identifiée	Parce que, selon moi, c'est une bonne façon de développer des activités sociales qui me serviront plus tard
ME par régularisation introjectée	Parce que c'est très important pour moi d'occuper mes temps libres
ME par régularisation externe	Pour éviter d'avoir à faire d'autres tâches
Amotivation	Honnêtement, je ne sais pas ; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant des loisirs

Résultats et discussion

Analyses factorielles exploratoires

Les items et les sous-échelles ont été soumis à des analyses préliminaires visant à évaluer la normalité de leur distribution. L'examen des moyennes et des écarts-types révèle que les variables présentent une dispersion acceptable. De plus, la moyenne des valeurs de kurtose et d'asymétrie des items est inférieure à 1.00, ce qui semble indiquer que leur distribution respecte les critères de normalité de façon satisfaisante (Müthen & Kaplan, 1985). Des analyses factorielles exploratoires de type *Maximum Likelihood* avec rotation oblique de type *Oblimin* ont été effectuées de façon indépendante pour les sous-échelles évaluant les différents types de MI et pour les sous-échelles évaluant les types de ME et l'amotivation. Ces analyses indépendantes ont fait ressortir des items pertinents en fonction de critères minimaux. Quatre énoncés par sous-échelle ont été retenus afin de constituer la version finale de l'*EML*. Cette échelle est donc constituée d'un total de 28 énoncés. La structure factorielle de la version finale de l'*EML* est présentée au Tableau 2.

TABLEAU 2
Résultats des analyses factorielles exploratoires : Étude 1

	Motivation Intrinsèque (MI)		Accomplissement $\alpha = .85$
	Stimulation $\alpha = .77$	Connaissance $\alpha = .90$	
Stimulation 5	.72		
Stimulation 9	.50		
Stimulation 10	.34		
Stimulation 2	.32	.31	
Connaissance 6		.90	
Connaissance 8		.82	
Connaissance 4		.81	
Connaissance 5		.78	
Accomplissement 3			.87
Accomplissement 6			.86
Accomplissement 7			.74
Accomplissement 8			.49

	Motivation Extrinsèque (ME) et Amotivation		
	ME régularisation externe $\alpha = .76$	ME introjectée $\alpha = .78$	ME identifiée $\alpha = .82$
Régularisation 9	.99		
Régularisation 2	.56		
Régularisation 8	.56		
Régularisation 4	.50		
Introjection 7		.65	
Introjection 10		.58	
Introjection 2		.57	.32
Introjection 3		.45	
Identification 8		.76	
Identification 9		.74	
Identification 3		.68	
Identification 5		.66	
Amotivation 1			.72
Amotivation 2			.67
Amotivation 10			.39
Amotivation 9			.33

Les items représentant la MI se regroupent clairement en trois facteurs distincts susceptibles de correspondre aux 3 types de MI postulés. D'une part,

D'autre part, les coefficients de saturation sont tous satisfaisants, c'est-à-dire supérieurs à .30. Les valeurs propres (*eigen values*) sont supérieures à 1 pour chacun des trois facteurs, et le pourcentage total de variance expliqué par ces facteurs est de 66.2%. Les résultats de l'analyse effectuée au niveau des items représentant les différents types de ME et l'amotivation ont révélé la présence de quatre facteurs distincts susceptibles de correspondre aux trois types de ME et à l'amotivation. Les coefficients de saturation sont tous supérieurs à .30 et un seul item possède plus d'un coefficient de saturation supérieur à .30. Les valeurs propres sont supérieures à 1 pour chacun des quatre facteurs, et le pourcentage total de variance expliqué par ces facteurs est de 57.0%. Les analyses factorielles exploratoires ont donc permis la rétention d'items présentant une structure simple et claire susceptible de correspondre à la structure théorique proposée par Deci & Ryan (1985). Les analyses rigoureuses effectuées lors de l'étude 2 permettront la mise à l'épreuve de la structure factorielle complète (*i.e.* incluant les 7 facteurs) de l'EML selon des critères rigoureux.

Cohérence interne des sous-échelles

Les indices de cohérence interne (alpha de Cronbach) ont également été évalués pour chacune des sous-échelles. Ces indices varient entre .76 et .90 (voir Tableau 2), ce qui indique que les items composant les sous-échelles font preuve d'une homogénéité satisfaisante.

En somme, le but de cette première étude était de développer une version expérimentale de l'EML. Cette version est composée de 28 énoncés, soit 4 énoncés représentant chacun des 7 types de motivation postulés. Les énoncés retenus respectent les critères de normalité de distribution, et l'EML démontre des caractéristiques psychométriques préliminaires acceptables, ce qui devrait nous permettre de soumettre la version expérimentale de l'EML à une analyse factorielle confirmative et à une analyse de sa validité de construit.

Étude 2

L'étude 2 comportait deux étapes. La première consistait en l'analyse factorielle confirmative de l'EML ainsi que l'examen de la cohérence interne des sous-échelles. La seconde permettait d'analyser la validité de construit de l'échelle à l'aide, d'une part, de corrélations entre les sous-échelles de l'EML et, d'autre part, entre les sous-échelles de l'EML et des construits psychologiques représentant des antécédents et des conséquences de la motivation. De façon plus spécifique, l'analyse corrélative des sous-échelles de l'EML visait à confirmer les deux hypothèses suivantes : (1) les corrélations entre les trois types de MI devraient être positives et suffisamment élevées pour représenter le construit commun de la MI, et (2) les corrélations entre les

sous-échelles de l'*EML* devraient présenter le patron de type « simple » destiné à confirmer l'existence du continuum d'autodétermination postulé par Deci et Ryan (1985). En ce qui concerne les corrélations entre les construits servant d'antécédents et de conséquences de la motivation et les sous-échelles de l'*EML*, le patron des corrélations devrait être positif, diminuer progressivement et devenir négatif en fonction du niveau d'autodétermination sous-jacent aux différents types de motivation. Enfin, les relations entre les différentes formes de motivation et les construits à caractère négatif devraient démontrer un profil inverse à celui postulé pour les construits positifs.

Méthode

Le questionnaire a été distribué à 331 étudiants (183 hommes et 148 femmes) de niveau collégial. Les participants étaient âgés en moyenne de 18,4 ans. Les consignes données étaient similaires à celles de la première étude. Les participants ont rempli l'*EML* et les questionnaires mesurant les antécédents et les conséquences de la motivation aux loisirs lorsqu'ils étaient en classe, au début d'un cours. Les antécédents et les conséquences de la motivation étaient représentés par sept variables distinctes. Les perceptions de compétence envers les loisirs (adaptées de Harter, 1982; p. ex.: « Généralement, je suis bon lors de la pratique de mes loisirs »; $\alpha = .69$) et les perceptions d'autodétermination envers les loisirs (adaptées de Daoust, Vallerand & Blais, 1988; p. ex.: « Je sens que je pratique des loisirs vraiment par choix personnel »; $\alpha = .76$) appartiennent à la catégorie des antécédents motivationnels. L'intérêt envers les loisirs (adapté de Ryan & Connell, 1989; p. ex.: « J'aime pratiquer mes loisirs »; $\alpha = .76$), les émotions positives (adaptées de Ryan & Connell, 1989; p. ex.: « Lors de la pratique de mes loisirs, je me sens joyeux »; $\alpha = .70$) et la satisfaction ressentie lors de la pratique des loisirs (adaptée de Vallerand & Bissonnette, 1990; p. ex.: « Si je pouvais changer quelque chose aux conditions de la pratique de mes loisirs, je n'y changerais rien »; $\alpha = .80$) représentent les conséquences positives associées à la motivation, tandis que les conséquences négatives sont représentées par la distraction (adaptée de Sarason, Sarason, Keefe, Hayes, & Shearin, 1986; p. ex.: « Je suis distrait lors de la pratique de mes loisirs »; $\alpha = .71$) et la tendance à l'inertie lors de la pratique des loisirs (adaptée de Maddi, Hoover, & Kobasa, 1979; p. ex.: « Les loisirs n'ont aucun but ni valeur importante »; $\alpha = .60$). Ces échelles de mesure étaient composées de trois énoncés, à deux exceptions près: l'échelle de satisfaction envers les loisirs (5 énoncés) et l'échelle des perceptions de compétence envers les loisirs (4 énoncés). Les sujets devaient répondre aux items de ces instruments sur une échelle de 7 points de type Likert allant de « Ne correspond pas du tout » (1) à « Correspond tout à fait » (7).

Résultats et discussion

Analyse factorielle confirmative

Cette étape avait pour objectif la validation de construit de l'*EML*. L'analyse factorielle confirmative de la structure de l'*EML* à l'aide du logiciel LISREL VII (Jöreskog & Sörbom, 1990) a servi à cette fin.

Les items et les sous-échelles ont été soumis à des analyses préliminaires permettant l'évaluation de la normalité de leur distribution. La moyenne des valeurs de kurtose et d'asymétrie des items est inférieure à 1.00 (Müthen & Kaplan, 1985). La distribution des données de l'échantillon semble donc satisfaire le critère de normalité de façon acceptable, ce qui nous permet d'opter pour la méthode d'extraction factorielle du maximum de vraisemblance (*maximum likelihood*).

Le modèle factoriel mis à l'épreuve permettait l'estimation des saturations de chacun des items au niveau du facteur qu'il prétend mesurer. Cette analyse confirmative visait la vérification de la structure factorielle identifiée lors de l'étude 1. Le modèle permettait également la libre estimation des corrélations entre les facteurs. Les variances associées aux facteurs ont été fixées à 1 de façon à identifier le modèle. Les résultats de l'analyse factorielle confirmative indiquent que le modèle semble s'harmoniser de façon acceptable à la variance de l'échantillon ($\chi^2(329, N=331) = 729.41, p \leq .001$; *Goodness of Fit Index (GFI) = .93*; *Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = .92*) et le *Normed Fit Index (NFI) = .93*). Les indices issus des analyses indiquent donc que 93 % de la variation au niveau des données de l'échantillon est expliquée par le modèle proposé. Le modèle final, incluant les saturations pour chacun des facteurs et les valeurs résiduelles pour chacune des variables mesurées, est présenté à la Figure 1.

Moyennes et cohérence interne des sous-échelles

Les moyennes des 7 sous-échelles apparaissent au Tableau 3. Une analyse de variance univariée avec les 7 sous-échelles comme facteur à mesures répétées a révélé la présence d'un effet significatif pour ce facteur, $F(6,326) = 631.14, p < .001$. Les résultats de l'analyse indiquent que toutes les échelles sont différentes entre elles, à l'exception de la MI à la connaissance et la MI à l'accomplissement. Il est aussi possible d'observer au Tableau 3 que les sujets de cette étude se disent principalement motivés, en ordre décroissant, par la MI à la stimulation, la ME identifiée, la MI à la connaissance, la MI à l'accomplissement et, à un degré moindre, par la ME introjectée et la ME par régularisation externe. Les indices de cohérence interne des 7 sous-échelles, évalués à l'aide de l'alpha de Cronbach, apparaissent dans la diagonale au Tableau 3. Ces valeurs varient entre .73 et .90, ce qui indique que les sous-échelles de l'*EML* sont homogènes de façon satisfaisante.

FIGURE 1
Analyse factorielle confirmative de l'EML.
Tous les paramètres sont significatifs à $p \leq .001$

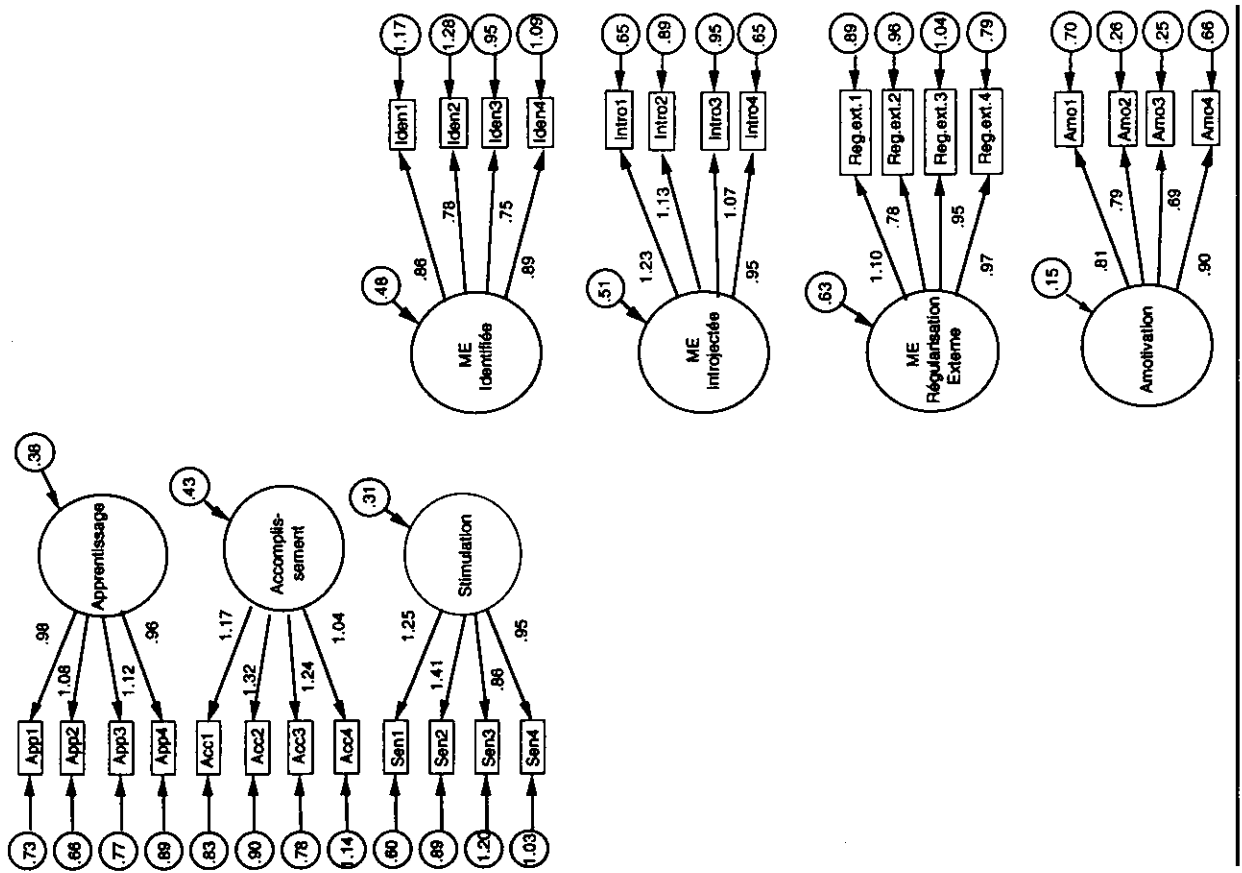


TABLEAU 3

Patron des corrélations Pearson (au-dessus de la diagonale) et des coefficients Phi (sous la diagonale) entre les sous-échelles de l'EML, indices de cohérence interne (diagonale) et valeurs moyennes des sous-échelles

Sous-échelles	Sous-échelles						
	1	2	3	4	5	6	7
MI à la stimulation (1)	.73	.58	.73	.52	.47	-.10	-.35
MI à la connaissance (2)	.60	.90	.51	.68	.29	.01	-.21
MI à l'accomplissement (3)	.54	.62	.85	.44	.40	-.10	-.35
ME identifiée (4)	.40	.50	.42	.82	.41	.11	-.23
ME introjectée (5)	.37	.30	.26	.38	.73	.39	-.16
ME par rég. ext. (6)	-.02	.09	-.02	.22	.32	.76	.30
Amotivation (7)	-.22	-.22	-.14	-.18	.04	.27	.78

Note: Les corrélations Pearson plus élevées que .11 sont significatives à $p < .05$. Les valeurs Phi plus élevées ou égales à .09 ont des valeurs-T significatives à $p < .01$.

Intercorrélations entre les sous-échelles de l'EML

L'étude des corrélations entre les sous-échelles de l'EML implique deux étapes: la comparaison des corrélations entre les trois échelles de MI et la vérification de la présence du patron corrélationnel de type «simplex». Deux types de corrélations ont été calculés, soit les corrélations Pearson et les valeurs Phi. Les valeurs Phi, issues de l'analyse factorielle confirmative, sont des indices d'association qui tiennent compte de l'erreur de mesure associée aux facteurs (Bentler, 1983). Les résultats de l'analyse des corrélations entre les sous-échelles apparaissent au Tableau 3.

Les corrélations entre les types de MI sont modérément élevées (les valeurs Phi varient entre .54 et .62, et les corrélations Pearson, entre .51 et .73), ce qui reflète la présence d'un concept commun, la MI. Ces corrélations ne sont cependant pas excessivement élevées, ce qui suggère la présence de distinctions conceptuelles susceptibles de correspondre aux différences essentielles entre les types de MI. Les corrélations de Pearson et les coefficients Phi (corrélations estimées par LISREL entre les variables latentes) reproduisent le patron «simplex» postulé par la théorie de l'autodétermination. En effet, en général les corrélations entre les sous-échelles adjacentes sont les plus positivement élevées, alors que les corrélations entre les sous-échelles les plus éloignées sont les plus négativement élevées. Cette analyse corrélationnelle conforte donc l'existence du continuum d'autodétermination posée par Deci et Ryan (1985) dans le domaine du loisir.

Relations avec les construits associés aux loisirs

Les corrélations entre les types motivationnels et les construits qui représentent les antécédents et les conséquences de la motivation sont présentées au Tableau 4. Ces analyses corrélationnelles confirment globalement la validité de construit de l'*EML*. Les antécédents et les conséquences positifs (*i.e.*, perceptions de compétence, d'autonomie, intérêt, émotions positives et satisfaction envers les loisirs) sont corrélés positivement avec les trois types de MI et avec la ME identifiée. Ces construits sont plus faiblement corrélés avec la ME introjectée et avec la ME par régularisation externe. Ils sont finalement corrélés de façon négative avec l'amotivation. On observe un patron de corrélation inverse au niveau des conséquences négatives de la motivation : la distraction et l'inertie envers les loisirs sont corrélées positivement à l'amotivation et à la régularisation externe tout en étant corrélées négativement aux trois types de MI et à la ME identifiée.

TABLEAU 4
Patron des corrélations entre les sous-échelles de l'*EML*
et les construits associés aux loisirs : Étude 1

Sous-échelles	Perceptions d'auto-détermination	Perceptions de compétence	Intérêt vis-à-vis des loisirs	Émotions positives	Satisfaction vis-à-vis des loisirs	Distraction lors des loisirs	Tendance à l'inertie
Intrinsèque à la stimulation	.38	.27	.23	.33	.23	-.17	-.18
Intrinsèque à l'accomplissement	.30	.24	.25	.33	.30	-.26	-.27
Intrinsèque à la connaissance	.24	.39	.21	.21	.15	-.18	-.18
Régularisation identifiée	.22	.25	.30	.19	.21	-.10	-.17
Régularisation introjectée	.16	.09	.22	.18	.15	-.14	-.12
Régularisation externe	-.12	-.06	.09	-.19	-.07	.14	.17
Amotivation	-.20	-.23	-.19	-.31	-.21	-.32	.26

Note: Les corrélations supérieures à .08 sont significatives à $p < .05$.

En somme, l'ensemble des résultats présentés précédemment valident l'*EML* de manière préliminaire. L'analyse factorielle confirmative révèle que la structure latente des items retenus correspond clairement à la structure théorique des construits que l'on prétend mesurer. Les analyses de cohérence interne indiquent que les items composant les sous-échelles font preuve d'homogénéité. Les analyses corrélationnelles, comme celles des études antérieures (Brière *et al.*, 1995 ; Pelletier *et al.*, 1996 ; Ryan & Connell, 1989 ; Vallerand

et al., 1989), démontrent que les sous-échelles de l'*EML* sont reliées entre elles de façon à conforter l'existence d'un continuum d'autodétermination et qu'elles sont associées de façon pertinente à des construits liés à la pratique des loisirs.

Étude 3

La troisième étude s'intéressait à la fidélité de l'*EML*. Il s'agissait plus précisément d'évaluer la stabilité temporelle et la cohérence interne des sous-échelles de l'*EML* au cours de plusieurs semaines.

Méthode

L'*EML* a été distribuée à 56 étudiants de niveau collégial (20 hommes et 36 femmes) âgés en moyenne de 17,7 ans. Ils ont été conviés à remplir l'*EML* à deux reprises, à un intervalle de 5 semaines. Les consignes données aux participants étaient similaires à celles de l'étude 1 ; les participants devaient cependant indiquer leur nom afin que nous puissions jumeler les deux questionnaires.

Résultats et discussion

La fidélité test-retest et les indices de cohérence interne (alpha de Cronbach) calculés lors du pré-test et du post-test sont illustrés au Tableau 5. Les corrélations test-retest varient entre .66 et .79. Ces valeurs sont acceptables et démontrent que l'*EML* possède une stabilité temporelle adéquate. Les indices de cohérence interne varient entre .72 et .90 lors du pré-test et entre .71 et .90 lors du post-test, ce qui révèle la stabilité de la cohérence interne des sous-échelles de l'*EML*. Globalement, ces résultats indiquent que l'*EML* est dotée d'une fidélité élevée.

Conclusion

Les résultats présentés dans cet article ont des incidences importantes au niveau théorique et appliqué. L'objectif premier de cet article était de proposer l'application d'une nouvelle perspective théorique au contexte du loisir : la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985). La réalisation de cet objectif nécessitait la création d'un instrument de mesure pertinent. Nous avons donc conçu une échelle susceptible de permettre l'évaluation des construits motivationnels postulés. Les résultats des analyses psychométriques révèlent que l'*EML* remplit sa fonction de façon satisfaisante. Ceux qui ont été obtenus lors des trois études présentées dans cet article confirment la validité du cadre conceptuel proposé par Deci et Ryan (1985) et révèlent que

TABLEAU 5
Cohérences internes et corrélations test-retest
pour les 7 sous-échelles de l'EML

Sous-échelles	Alpha (Pré-test)	Alpha (Post-test)	Corrélations Test-retest
Intrinsèque à la stimulation	.86	.88	.75
Intrinsèque à l'accomplissement	.89	.90	.79
Intrinsèque à la connaissance	.83	.80	.72
Régularisation identifiée	.75	.70	.66
Régularisation introjectée	.72	.71	.73
Régularisation externe	.84	.82	.78
Amotivation	.90	.88	.78

l'EML possède une validité et une fidélité satisfaisantes. Ces résultats confortent également l'hypothèse selon laquelle les conséquences psychologiques associées à la pratique des loisirs varient en fonction du degré d'autodétermination de la motivation qui sous-tend le comportement. Les formes de motivation plus autodéterminées sont plus précisément associées à des conséquences psychologiques positives, alors que les formes de motivation moins autodéterminées sont associées à des conséquences psychologiques plus négatives.

Bien que ces résultats soient très encourageants, il est nécessaire de reconnaître la portée limitée d'une première entreprise de validation. Nous espérons que les résultats d'investigations empiriques ultérieures permettront d'approfondir l'étude des propriétés psychométriques de l'EML.

La validation conceptuelle du cadre théorique proposé par Deci et Ryan (1985) dans le contexte du loisir a des incidences importantes sur le plan théorique. Elle permet en effet d'intégrer les conceptions théoriques reliées à la définition du loisir ainsi que les résultats des études antérieures portant sur les conséquences psychologiques associées à ce secteur d'activité. Cette perspective théorique permet donc la simplification et l'avancement des développements théoriques sur le loisir. Le potentiel explicatif d'une théorie possédant un niveau d'abstraction suffisamment élevé pour demeurer pertinente dans de nombreuses situations différentes est, par surcroît, intéressant en soi. La théorie de Deci et Ryan avait déjà été utilisée avec succès lors d'études motivationnelles effectuées dans différents domaines. L'utilisation

de ce cadre conceptuel dans le contexte du loisir permet d'élargir notre compréhension des phénomènes régis par la motivation.

Plusieurs auteurs (Neulinger, 1974, Iso-Aloha, 1979, Tinsley & Tinsley, 1986) définissent le loisir en fonction des conséquences psychologiques qui y seraient associées. Ils ont proposé que seuls les loisirs intrinsèquement motivés seraient des loisirs « purs » entraînant des conséquences psychologiques positives. Selon nous, il est très probable que la motivation intrinsèque joue un rôle au niveau des conséquences psychologiques associées aux loisirs. Les résultats de la présente série d'études semblent cependant indiquer que le plaisir inhérent à la pratique des loisirs ne joue pas un rôle exclusif à ce niveau. En effet, nos résultats indiquent que le niveau d'autodétermination semble être la principale dimension permettant la compréhension de la relation entre les loisirs et les conséquences psychologiques associées à leur pratique.

L'approche théorique proposée par Deci et Ryan (1985) a également des répercussions importantes sur le plan appliqué. En effet, plusieurs études antérieures (voir Deci & Ryan, 1987, pour une recension de la documentation) ont permis de déterminer des facteurs extérieurs (p. ex. : la présence de récompenses, le climat social, etc.) susceptibles d'agir sur la motivation. Il serait éventuellement intéressant de vérifier si l'effet de ces facteurs se manifeste dans le contexte des loisirs, et s'ils sont en mesure d'expliquer les hausses et les baisses de motivation dans ce contexte. De plus, la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985) permet de prévoir les conséquences associées au niveau d'autodétermination de la motivation. Les résultats de la présente série d'études permettent de penser que les conséquences associées au loisir dépendent du niveau d'autodétermination de la motivation. Les loisirs pratiqués pour des motifs intrinsèques ou extrinsèques autodéterminés sont associés à des conséquences psychologiques positives (p. ex. : bien-être psychologique élevé). À l'inverse, lorsque la motivation est peu autodéterminée, la pratique des loisirs serait associée à des conséquences psychologiques négatives. Ces connaissances au niveau des antécédents et des conséquences de la motivation vis-à-vis des loisirs sont susceptibles d'être utiles aux professionnels des loisirs et de la santé.

En somme, le loisir est une abstraction qui cherche à intégrer toute une panoplie d'activités hétérogènes sous une même définition conceptuelle. Cette variété est souvent source d'ambiguïté. La définition de ce concept a soulevé maintes controverses. En réponse à cette situation, nous avons proposé l'adoption d'une nouvelle approche théorique permettant une meilleure compréhension de la régularisation de la pratique des loisirs. Cet outil conceptuel permet également une meilleure discrimination des conditions entraînant des conséquences psychologiques positives lors de la pratique des loisirs.

L'utilisation opérationnelle de la théorie de Deci et Ryan (1985) est cependant tributaire de la genèse d'un instrument de mesure adéquat. Les résultats de la présente série d'études témoignent des qualités psychométriques de l'*EML*. Nous espérons avoir créé un outil utile, susceptible de contribuer significativement à la recherche ultérieure dans le domaine du loisir.

NOTES

* La rédaction du présent article a été facilitée par des subventions du Conseil Triple du Canada (CRSSH-CRSNG-CRM), du Fonds pour la Formation des Chercheurs et l'Aide à la Recherche (FACR) et l'Université d'Ottawa au premier auteur, ainsi que des subventions du CRSHC, du FCAR, du Conseil Québécois de la Recherche Sociale et l'Université du Québec à Montréal au deuxième auteur. Le troisième auteur est titulaire d'une bourse d'études doctorales du CRSHC. Les demandes de tirés-à-part ainsi que les demandes concernant l'*EML* doivent être adressées à Luc G. Pelletier, École de Psychologie, Université d'Ottawa, Ottawa, Ontario, Canada, K1N 6N5.

1. Vallerand, Lacouture, Blais et Deci (1987) ont traduit et validé en langue française le *General Causality Orientation Scale* (l'échelle des orientations générales à la causalité). Cette échelle, inspirée de la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985), constitue une mesure de la motivation relativement stable ; elle permet de déterminer les orientations globales des individus à interagir avec leur environnement de façon autonome, contraignante ou impersonnelle. Théoriquement, elle devrait prédire l'orientation motivationnelle pour des domaines spécifiques comme les loisirs, l'éducation ou le milieu du travail. Cependant, la mesure de la motivation au niveau de ces domaines spécifiques devrait être un meilleur prédicteur du comportement ou des conséquences associées respectivement à ces domaines qu'une mesure globale de la motivation. Pour une discussion plus détaillée de l'importance de mesurer la motivation à différents niveaux de généralité, voir Vallerand (sous presse).
2. Lorsque les trois types de MI ne font pas l'objet d'hypothèses spécifiques, ils peuvent être regroupés de façon à former un seul type de MI. Les trois scores correspondant aux trois types de MI peuvent être utilisés comme indices du concept global de MI lors de l'élaboration d'un modèle de mesure pour l'*EML*.
3. Deci et Ryan (1985) mentionnent également un quatrième type de ME, soit la régularisation intégrée. Un comportement est régularisé de façon intégrée lorsque l'individu se sent pleinement autodéterminé et que le comportement manifesté est cohérent avec les autres aspects de son concept de soi. Ce type de motivation n'est pas mesuré dans l'*EML*, car des résultats antérieurs dans les domaines de l'éducation et du sport ont indiqué que cette forme de régularisation ne se distingue pas nettement de la régularisation identifiée.

BIBLIOGRAPHIE

- ABRAMSON, L. Y., SELIGMAN, M. E. P., & TEASDALE, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology, 87*, 49-74.
- BENTLER, P. M. (1983). Some contributions to efficient statistics in structural model: specification and estimation of moment structures. *Psychometrika, 48*, 493-517.
- BERLYNE, D. E. (1971). *Aesthetics and sociobiology*. New York : Appleton-Century Crofts.
- BLAIS, M. R., SABOURIN, S., BOUCHER, C., & VALLERAND, R. J. (1990). Toward a motivational model of couple happiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 1021-1031.
- BRIÈRE, N. M., VALLERAND, R. J., BLAIS, M. R., & PELLETIER, L. G. (1995). Construction et validation d'une Échelle de Motivation dans les Sports. *International Journal of Sport Psychology, 26*, 465-489.
- BROPHY, J. (1987). Socializing students' motivation to learn. In M. L. Maehr & D. A. Kleiber (Eds.), *Advances in motivation and achievement : Vol. 5 - Enhancing motivation* (pp 181-210). Greenwich, CT : JAI Press.
- BUCHANAN, T. (1985). Commitment and leisure behavior: A theoretical perspective. *Leisure Sciences, 7*, 401-420.
- COLEMAN, D., & ISO-AHOLA, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research, 25*, 111-128.
- CONDRY, J. (1987). Enhancing motivation: A social developmental perspective. In M. L. Maehr & D. A. Kleiber (Eds.), *Advances in motivation and achievement : Vol. 5 - Enhancing motivation* (pp 23-49). Greenwich, CT : JAI Press.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco : Josey-Bass.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. & KUBEY, R. W. (1981). Television and the rest of life: A systematic comparison of subjective experience. *Public Opinion Quarterly, 45*, 317-328.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. & LARSON, R. (1987). Validity and reliability of the experience sampling method. *Journal of Nervous and Mental Disease, 175*, 526-536.
- DAOUST, H., VALLERAND, R. J., & BLAIS, M. R. (1988). Motivation and education: A look at some important consequences. *Canadian Psychology, 29* (2a), 172.
- DECI, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York : Plenum Press.
- DECI, E. L. (1980). *The psychology of self-determination*. Lexington, Mass : DC Heath.
- DECI, E. L. & RYAN, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York : Plenum Press.
- DECI, E. L. & RYAN, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*, 1024-1037.
- DWECK, C. S. (1985). Intrinsic motivation, perceived control, and self-evaluation maintenance: An achievement goal analysis. In C. Ames & R. Ames (Eds.), *Research on motivation in education : Vol 2 - The classroom milieu*, (pp. 289-305). New York : Academic Press.
- DUBIN, R. (1973). Work and non-work : Institutional perspectives. Dans M. D. Dunnette (Ed.), *Work and non-work in the year 2001*. Monterey, Calif : Brooks/Cole.

- GUTTMAN, L. (1954). A new approach to factor analysis: the radex. In Lazarfeld (Ed.), *Mathematical thinking in the social sciences* (pp. 258-348). New York: Free Press of Glencoe.
- HADDAD, N.K., & PELLETIER, L.G. (1996). *The integration of intrinsic motivation, perceived freedom and extrinsic motivation in the leisure experience: The self-determination perspective*. Manuscrit soumis pour publication. Université d'Ottawa.
- HARTER, S. (1981). A new self-report scale on intrinsic versus extrinsic orientation in the classroom: Motivational and informational components. *Development Psychology*, 17, 300-312.
- HARTER, S. (1982). The Perceived Competence Scale for Children. *Child Development*, 53, 87-97.
- HARTER, S., & JACKSON, B. (1992). Trait vs. nontrait conceptualizations of intrinsic/extrinsic motivational orientation. *Motivation and Emotion*, 16, 203-209.
- HAWORTH, J.T. (1984). The perceived nature of meaningful pursuits and the social psychology of commitment. *Society and Leisure*, 7, 196-216.
- HORMUTH, S.E. (1986). The sampling of experiences in situ. *Journal of Personality*, 54, 262-293.
- HUGHES, J.R. (1984). Psychological effects of habitual aerobic exercise: A critical review. *Preventive Medicine*, 13, 66-78. Haworth, J.T. (1984). The perceived nature of meaningful pursuits and the social psychology of commitment. *Society and Leisure*, 7, 196-216.
- HULSTMAN, J.T., & RUSSELL, R.V. (1988). Assessing the reliability of the measurement component of Neulinger's paradigm. *Journal of Leisure Research*, 20, 1-9.
- ISO-AHOLA, S.E. (1979). Basic dimensions of definitions of leisure. *Journal of Leisure Research*, 11, 28-39.
- ISO-AHOLA, S.E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Ia: W.C. Brown.
- JÖRESKOG, K.G., & SÖRBOM, D. (1990). *LISREL VII*. Chicago, Il: National Educational Resources.
- KAGAN, J. (1972). Motives and development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 22, 51-66.
- KELLY, J.R. (1972). Work and Leisure: A simplified paradigm. *Journal of Leisure Research*, 4, 50-62.
- KELLY, J.R. (1982). *Leisure*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- KELLY, J.R., STEINKAMP, M.W., KELLY, J.R. (1988). Later-life satisfaction: Does leisure contribute? *Leisure Sciences*, 9, 189-200.
- LARSON, R., & KUBEY, R.W. (1983). Television and music: Contrasting media in adolescent life. *Youth and Society*, 15, 13-31.
- LARSON, R., MANNELL, R.C., & ZUZANEK, J. (1986). The daily experience of older adults with friends versus family and its relation to global well-being. *Psychology and aging*, 2, 117-126.
- LONDON, M., CRANDALL, R., & SEALS, G.W. (1977). The contribution of job and leisure satisfaction to the quality of life. *Journal of Applied Psychology*, 62, 328-334.
- LLOYD, J., & BARENBLATT, L. (1984). Intrinsic intellectuality: Its relation to social class, intelligence, and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 646-654.
- LUNDBERG, B.A., KOMAROVSKY, M., & MCINERNEY, M.A. (1969). *Leisure: A suburban study*. New York: Agathon.
- MADDI, S.R., HOOVER, M., & KOBASA, S.C. (1979). An alienation test. *Journal of Humanistic Psychology*, 19, 73-76.
- MANNELL, R.C., ZUZANEK, J., & LARSON, R. (1988). Leisure states and «flow» experiences: Testing perceived freedom and intrinsic motivation hypotheses. *Journal of Leisure Research*, 20, 289-304.
- MORGAN, W.P., & GOLDSTON, S.E. (1987). *Exercise and mental health*. Hemisphere: Washington, DC.
- MÜTHEN, B., & KAPLAN, D. (1985). A comparison of methodologies for the factor analysis of non-normal Likert variables. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 38, 171-189.
- NEULINGER, J. (1974). *The psychology of leisure*. Springfield, Ill: Charles C. Thomas.
- NEULINGER, J. (1981). *Psychology of leisure*. Second edition. Springfield, Ill: Charles C. Thomas.
- NEULINGER, J. (1986). *What am I doing? The WAID*. Dolgeville, NY: The Leisure Institute.
- NICHOLLS, J.G. (1984). Conceptions of ability and achievement motivation. In R. Ames, & C. Ames (Eds.), *Research on motivation in education (Vol. 1)*, (pp. 39-73). New York: Academic Press.
- PELLETIER, L.G., TUSON, K.M., GREEN-DEMERS, I., BEATON, A.M., & NOELS, K. (sous presse). Why are you doing things for the environment – or are you? The Motivation Toward the Environment Scale. *Journal of Applied Social Psychology*.
- RYAN, R.M. (1982). Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 450-461.
- RYAN, R.M., & CONNELL, J.P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.
- RYAN, R.M., CONNELL, J.P., & GROLNICK, W.S. (1992). When achievement is not intrinsically motivated: A theory of self-regulation in school. In A.K. Boggiano & T.S. Pittman (Eds.), *Achievement and motivation: A social-developmental perspective* (pp. 167-188). New York: Cambridge University Press.
- RYAN, R.M. & GROLNICK, W.S. (1987). Origins and pawns in the classroom: Self-report and projective assessments of individual differences in children's perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 550-558.
- SAMDAHL, D.M. (1988). A symbolic interactionist model of leisure: Theory and empirical support. *Leisure Sciences*, 10, 27-39.
- SARASON, I.G., SARASON, B.R., KEEFFE, D.E., & SHEARIN, E.N. (1986). Cognitive interference: Situational determinants and traitlike characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 215-225.
- SHAW, S.M. (1985). The meaning of leisure in everyday life. *Leisure Sciences*, 7, 1-24.

- SIMONO, R.B. (1991). Anxiety reduction and stress management through physical exercise. Dans L. Diamant (Ed.), *Psychology of sports, exercise, and fitness: Social and personal issues* (pp. 51-66). N.Y.: Hemisphere Publishing Corporation.
- SMIGEL, E.O. (1963). *Work and Leisure*. New Haven: College and University Press.
- SZALAI, A. (1972). *The use of time - Daily activities of urban and suburban populations in twelve countries*. The Hague, The Netherlands: Mouton.
- TINSLEY, H.E.A. (1984). The psychological benefits of leisure participation. *Society and Leisure*, 7, 125-140.
- TINSLEY, H.E. & TINSLEY, D.J. (1986). A theory of the attributes, benefits, and causes of leisure experience. *Leisure Sciences*, 8, 1-45.
- VALLERAND, R.J. (1993). La motivation intrinsèque et extrinsèque en contexte naturel: implications pour les secteurs de l'éducation, du travail, des relations interpersonnelles et des loisirs. Dans R. J. Vallerand et E.E. Thill, *Introduction à la psychologie de la motivation* (p. 533-578). Montréal: Éditions Études vivantes.
- VALLERAND, R.J. (sous presse). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. Dans M.P. Zanna (éd.), *Advances in Experimental Social Psychology* (vol. 29). New York: Academic Press.
- VALLERAND, R.J., & BISSENETTE, R. (1990). Construction et validation de l'Échelle de Satisfaction dans les Études. *Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 22, 295-306.
- VALLERAND, R.J., BLAIS, M.R., BRIÈRE, N.M. & PELLETIER, L.G. (1989). Construction et validation de l'échelle de motivation en éducation (EME). *Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 21, 323-349.
- VALLERAND, R.J., LACOUTURE, Y., BLAIS, M.R., & DECI, E.L. (1987). L'échelle des orientations générates à la causalité: Validation en langue canadienne-française du General Causality Orientation Scale. *Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 19, 1-15.
- VALLERAND, R.J., & O'CONNOR (1989). Motivation in the elderly: A theoretical framework and some promising findings. *Canadian Psychology*, 30, 538-550.
- VALLERAND, R.J., O'CONNOR, B.P., & BLAIS, M.R. (1989). Life satisfaction of elderly individuals in regular community housing, in low cost community housing, and high and low self-determination nursing homes. *International Journal of Aging and Human Development*, 28, 277-283.
- WEISSENGER, E. (1985). *Development and validation of an intrinsic leisure motivation scale*. Unpublished doctoral dissertation, University of Maryland, College Park.
- WHITE, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.

Luc G. PELLETIER, Robert J. VALLERAND, Isabelle GREEN-DEMERS,
 Marc R. BLAIS et Nathalie M. BRIÈRE
 Vers une conceptualisation motivationnelle multidimensionnelle du loisir:
 Construction et validation de l'Échelle de motivation
 vis-à-vis des loisirs (EML)

RÉSUMÉ

Cet article présente les résultats de trois études qui avaient pour but de construire et de valider un nouvel instrument mesurant la motivation vis-à-vis des loisirs. Cet instrument, l'Échelle de Motivation vis-à-vis des Loisirs (EML), s'inspire de la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985). L'EML comprend 7 sous-échelles mesurant trois types de motivation intrinsèque (MI; MI à la connaissance, MI à l'accomplissement et MI à la stimulation), trois types de motivation extrinsèque (ME; ME par régularisation externe, ME par régularisation introjectée et ME par régularisation identifiée) et l'amotivation. Dans l'ensemble, les résultats des trois études révèlent que les sous-échelles de l'EML possèdent un niveau de cohérence interne satisfaisant ainsi qu'une stabilité temporelle élevée. Les résultats d'analyses factorielles exploratoire et confirmative (LISREL VII) confirment la pertinence d'une structure à 7 facteurs pour l'EML. Finalement, la validité de construit de l'EML est soutenue par une série de corrélations entre les 7 sous-échelles ainsi qu'entre ces dernières et certaines variables servant d'antécédents et de conséquences dans le secteur des loisirs. Les présents résultats confirment la validité et la fidélité de l'EML. Selon la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985), les différents types de motivation mesurés par l'EML se distinguent par le degré d'autodétermination qui sous-tend le comportement. Cette perspective motivationnelle serait donc susceptible d'expliquer avantageusement les conséquences liées à la pratique des loisirs. Certaines pistes sont suggérées pour l'utilisation de l'EML, tant en recherche fondamentale qu'appliquée.

Luc G. PELLETIER, Robert J. VALLERAND, Isabelle GREEN-DEMERS,
 Marc R. BLAIS and Nathalie M. BRIÈRE
 Towards a Multidimensional Motivational Conception of Leisure:
 Construction and Validation of the
 Échelle de motivation vis-à-vis des loisirs (EML)

ABSTRACT

This article discusses the findings of three studies whose purpose was to construct and validate a new measure of motivation toward leisure: the Échelle

de motivation vis-à-vis des loisirs (EML). According to the self-determination theory (Deci & Ryan, 1985), leisure activities are regulated by three types of intrinsic motivation (to know, to accomplish, and to experience stimulation), by three types of extrinsic motivation (identified, introjected, and externally regulated), or by amotivation. The findings show that the *EML* (composed of the seven subscales assessing the three types of intrinsic motivation, the three types of extrinsic motivation, and amotivation) displays satisfactory internal consistency and temporal stability. The construct validity of the *EML* is supported by a series of correlational analyses among the 7 subscales, as well as between these subscales, and several variables relevant to leisure. The factor structure is supported by an exploratory factor analysis in the first study and by a confirmatory factor analysis (using LISREL VII) in the second study. Because these forms of motivation are thought to be on a continuum from high to low self-determination, and because self-determination is associated with enhanced psychological functioning (Deci, 1980), one would expect a corresponding pattern of relationships between the regulation of leisure activities and positive consequences associated with leisure. Directions concerning the future use of the *EML* in theoretical and applied research are proposed.

PELLETTIER, Luc G., VALLERAND, Robert J., GREEN-DEMERS, Isabelle
BLAIS, Marc R., BRIÈRE, Nathalie M.

Escala de motivación con respecto a las actividades recreativas

RESUMEN

Este artículo presenta los resultados de tres estudios que tenían como objetivo construir y validar un nuevo instrumento que midiese la motivación con respecto a las actividades recreativas. Este instrumento, *l'Échelle de Motivation vis-à-vis les Loisirs (EML)* (Escala de la Motivación con respecto a las actividades Recreativas, (EMR)), se inspira de la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 1985). La *EML* (EMR) comprende siete sub escalas que miden tres tipos de motivación intrínseca (MI); MI al conocimiento, MI a la realización y MI externa, ME por regularización introyectada y ME por regularización identificada; y por último la desmotivación.

En conjunto, los resultados de los tres estudios dan a conocer que las sub escalas de la *EML* (EMR) poseen un nivel de coherencia interna satisfactorio, como también una estabilidad temporal elevada. Los resultados de

análisis factoriales exploratorios y confirmativos (LISREL VII) sirven de apoyo a la estructura de 7 factores de la *EML* (EMR). Finalmente, la validez de construcción de la *EML* es sostenida por una serie de correlaciones entre las 7 sub escalas de la *EML* así que entre éstas últimas y algunas variables que sirven de antecedentes y de consecuencias en el sector de las actividades recreativas. Los presentes resultados sostienen la validez y la fidelidad de la *EML*. Según la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 1985), los diferentes tipos de motivación medidos por la *EML* se pueden distinguir por el grado de autodeterminación que subtiende el comportamiento. Esta perspectiva motivacional sería por consiguiente susceptible de explicar con ventaja las consecuencias ligadas a la práctica de actividades recreativas. Algunas pistas para la utilización de la *EML*, tanto en la investigación fundamental como en la aplicación, se sugieren.