



## PERSONNALITÉ, CHANGEMENT PERSONNEL ET CONDITIONNEMENT PHYSIQUE PERSONNALISÉ

**Jim Gavin, Ph. D., ABPP, FACM**

Professeur – Sciences humaines appliquées

Directeur – Centre d'études communautaires et en relations humaines

Université Concordia

### Intentions

Concevoir des mesures et méthodes psychosociales pour la création d'un système d'orientation du sport et de l'activité physique

1. Comprendre la relation entre le caractère (ou la personnalité) et la participation à différents sports et diverses activités physiques.
2. Déterminer si l'on peut comprendre pleinement l'apport des activités physiques et sportives en évaluant ce que ces activités exigent des participants sur le plan psychosocial.
3. Évaluer si les croyances au sujet des résultats de la participation régulière à l'activité physique peuvent être influencées de façon à ce que les personnes aient d'autres sources de motivation.





