

## *Contribution à la performance collective*

O36-Approche interpersonnelle des émotions en sport. Etude expérimentale en rugby à XV  
*Mickaël Campo<sup>1 & 2</sup>, Stéphane Champely<sup>1</sup>, Elisabeth Rosnet<sup>2</sup> & Claude Ferrand<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Centre de Recherche et d'Innovation sur le Sport (CRIS), EA647, Université de Lyon, Université  
Claude Bernard Lyon 1, France

<sup>2</sup>Institut National du Sport de l'Expertise et de la Performance (INSEP), Paris, France  
[campomick@hotmail.com](mailto:campomick@hotmail.com)

La connaissance actuelle des émotions en sport est avant tout issue d'approches centrées sur l'individu. Or, en sport collectif, la notion d'équipe est prépondérante. Ainsi, le but de cette recherche est d'étudier si l'adoption de buts allocentrés exerce une influence sur le vécu émotionnel per-compétitif et la performance de joueurs du rugby à XV. Pour cela, un design expérimental a été utilisé afin d'induire chez les participants deux types de buts opposés (i.e. allocentrés vs. égocentrés) relatifs à leur participation au sein d'un match de 30 min. Les participants ont par la suite procédé à une autoévaluation des émotions vécues tout le long du match et leurs performances ont été évaluées. Différentes analyses statistiques ont montré une influence de l'adoption d'un but allocentré sur les émotions et les performances. Ces résultats soulignent la nécessité de l'intégration de l'orientation des buts aux modèles cognitifs actuels du processus émotionnel.

Mots clés : Emotions, Buts, Groupe, Dimension interpersonnelle, Sport

### **INTRODUCTION**

De nombreuses études ont été réalisées afin d'explorer le processus émotionnel et ses effets sur la performance en sport. Certains auteurs ont alors mis en avant la nécessité de prendre en considération le type de sport (i.e., collectif vs. individuel) en tant que modérateur du vécu émotionnel (Cerin et al., 2000). Néanmoins, en sport, très peu de recherches à notre connaissance, se sont focalisées sur l'étude des émotions et de leur relation à la performance dans une approche interpersonnelle.

La théorie cognitive motivationnelle et relationnelle (Lazarus, 2000) souligne l'importance des buts de l'individu dans l'émergence des émotions. Aussi, au regard des travaux de Mackie et Smith (1998) sur la théorie interpersonnelle des émotions, une personne identifiée à un groupe réagirait émotionnellement en fonction des intérêts de son groupe. Par souci de convention, nous nommerons les buts orientés vers le groupe, *buts allocentrés*, et les buts orientés vers soi, *buts égocentrés*.

Le but de cette étude est alors d'identifier les liens entre l'orientation du but et le vécu émotionnel de joueurs de rugby. Dans ce sens, nous formulons l'hypothèse que le type de but influence le vécu émotionnel des participants et leurs performances.

### **METHODE**

30 joueurs d'une équipe de rugby évoluant en catégorie moins de 21 ans élite ont participé à cette étude ( $M = 19.06$ ,  $SD = 0.78$ ).

Une approche expérimentale a été utilisée au travers de laquelle les participants ont été répartis en deux groupes correspondant à deux conditions expérimentales : ( $G^1$ ) buts individuels égocentrés, ( $G^2$ ) buts individuels allocentrés. Pour cela, un scénario a été élaboré en collaboration avec le directeur sportif du club afin de conférer à la situation expérimentale un enjeu individuel important. L'expérimentation consistait ainsi à faire participer les joueurs à un match de 30 min reproduisant les caractéristiques environnementales qu'ils rencontrent lors des matches de compétition. Le scénario consistait à expliquer aux joueurs que ce match servirait à les sélectionner pour leur prochaine compétition. Par la suite, il été présenté aux participants du groupe  $G1$  que seuls les meilleurs joueurs des deux équipes seraient sélectionnés, et à ceux du groupe  $G2$  que seuls les joueurs de l'équipe victorieuse seraient sélectionnés. L'effet de l'induction a été contrôlé 2 minutes avant le coup d'envoi à l'aide d'une échelle visuelle analogique de 10 cm (VAS). Les scores reportés par les membres de chaque groupe expérimental étaient satisfaisants, aucun scores n'ayant été reporté en dehors de la zone attendue.

A la suite du match, une séance d'auto-confrontation a été réalisée. À l'aide d'échelles visuelles analogiques, les participants ont été invités à déterminer sur 17 temps de mesures les émotions vécues individuellement, ainsi que leur perception de celles vécues par le groupe.

Les performances des joueurs, et celles de l'équipe considérée comme une entité à part entière (Barsade & Gibson, 1998), ont été évaluées par quatre experts pour les mêmes temps de mesure en utilisant des EVA de 10-cm permettant de mesurer la performance réalisée sur des séquences de jeu courtes. Nous avons fourni des informations aux experts en nous basant notamment sur la validation

de la grille d'observation de la performance en sport collectif de Nadeau et al. (2008), ainsi que sur le modèle de performance en rugby utilisé par la direction technique nationale. La fidélité inter-observateurs est apparue comme satisfaisante; ICC (2,1) = 0.90 avec un intervalle de confiance de 95%:  $0.882 < ICC < 0.91$ .

## RESULTATS

Premièrement, les résultats de cette étude montrent un effet significatif (tests de Student appariés) de la condition expérimentale sur les performances. Les joueurs du groupe G<sup>2</sup> ont été plus performants individuellement (+1.8,  $p=.009$ ) et collectivement (+2.53,  $p=.004$ ). De plus, les résultats montrent que les performances de l'équipe en condition G<sup>1</sup>, en tant qu'entité holistique à part entière, ont été significativement moins élevées que l'addition des performances des joueurs de cette équipe (-0.71,  $p=.008$ ), alors qu'aucune différence significative n'a été observée pour le groupe G<sup>2</sup> ( $p = 0.965$ ).

Deuxièmement, les résultats montrent un effet significatif (modèles linéaires logistiques) de la condition sur les émotions ressenties par les joueurs. Plus particulièrement, les joueurs du groupe G<sup>1</sup> ont ressenti significativement plus d'émotions négatives (colère, honte, culpabilité, tristesse). Les participants du groupe G<sup>2</sup> ont alors reporté significativement plus d'émotions positives (espoir, fierté, joie, sérénité et soulagement).

Finalement, les résultats de cette étude montrent l'existence de vécus émotionnels collectifs (i.e., plusieurs participants ont ressentis les mêmes émotions au même moment). Une analyse statistique de *surdispersion* suggère alors l'existence d'une contagion émotionnelle, et spécifiquement de l'anxiété, individuelle et de l'équipe, et ce, quelque soit la condition expérimentale ( $.03 > p > .0001$ )

## CONCLUSION

Le but de cette étude était de savoir si l'adoption de buts allocentrés exerce une influence sur le vécu émotionnel per-compétitif et la performance. Les résultats confirment notre hypothèse en montrant que l'orientation des buts de l'individu a exercé une influence significative sur les émotions vécues par les participants, mais également sur leurs performances respectives. La relation émotion-performance pouvant être considérée comme réciproque (Lazarus, 2000), ces résultats suggèrent que l'adoption de buts allocentrés a soit favorisé l'émergence d'émotions ayant favorisé la performance de l'individu et de l'équipe, soit permit d'être plus performant et donc de ressentir des émotions différentes de celles de l'autre groupe. Sans permettre de conclure sur le sens de la relation but-émotions-performance, cette étude met néanmoins en avant des résultats encourageant la prise en compte de la dimension interpersonnelle dans l'étude du processus émotionnel et de sa relation à la performance en sports collectifs. Cette voie d'investigation semble être alors conférée d'une forte valeur heuristique dans le sens où les connaissances actuelles sur le processus émotionnel peuvent être approfondies en prenant en considération l'orientation des buts des individus.

## BIBLIOGRAPHIE

- Cerin, E., Szabo, A., Hunt, N., & Williams, C. (2000). Temporal patterning of competitive emotions: A critical review. *Journal of Sports Sciences*, 18, 605–625.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.
- Mackie, D. M., & Smith, E. R. (1998). Intergroup cognition and inter- group behavior: Crossing the boundaries. In C. Sedikides, J. Schopler, & C. A. Insko (Eds.), *Intergroup cognition and intergroup behavior* (pp. 423-450). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Nadeau, L., Godbout, P., & Richard, J-F. (2008). Assessment of ice hockey performance in real-game conditions. *European Journal of Sport Science*, 8, 379-388.