

O130-Perception des comportements de l'entraîneur, stratégies de coping, et ATTEINTE DE BUT en compétition sportive

Nicolas Michel¹ & Gaudreau Patrick² & Franche Véronique²

¹ SPMS (EA 3985), Faculté des Sciences du Sport de Dijon,
Université de Bourgogne, France

² School of Psychology, University of Ottawa, Canada
michel.nicolas@u-bourgogne.fr

Cette étude a examiné les relations entre les comportements perçus de l'entraîneur, les stratégies de coping et d'atteinte de but pendant une compétition sportive. 80 athlètes en sports individuels ont complété des évaluations des comportements de l'entraîneur deux jours avant une compétition (temps 1) et des mesures du coping et d'atteinte de buts moins de trois heures après une compétition sportive (temps 2). Comme prévu, les résultats des régressions multiples ont indiqué que les comportements de soutien de l'entraîneur influençaient positivement le coping orienté vers la tâche et l'atteinte de but tandis que les comportements non soutenant de l'entraîneur influençaient positivement le coping orienté vers le désengagement. Le coping orienté vers la tâche était un médiateur partiel significatif entre les comportements de soutien et l'atteinte de but sportif.

Mots clefs : Comportements de l'entraîneur, Coping, Atteinte de but, Compétition

INTRODUCTION

Dans son modèle transactionnel du stress, Lazarus (1991) a suggéré que les antécédents sociaux et environnementaux (e.g., comportements de l'entraîneur) influençaient les réponses de coping. De plus, le coping est de plus en plus identifié comme un facteur essentiel qui peut faciliter ou réduire la possibilité que les athlètes atteignent leur niveau optimal d'accomplissement dans le sport (e.g., Bois, Sarrazin, Southon, & Boiché, 2009 ; Gaudreau, Nicholls, & Levy, 2010).

Le premier but de cette étude était d'examiner les relations entre les comportements de l'entraîneur perçus par les athlètes avant une compétition et l'utilisation des stratégies de coping (SC) pendant une compétition sportive. Le deuxième but était d'explorer si les comportements de soutien de l'entraîneur pouvaient favoriser l'atteinte de but pendant une compétition sportive. En somme, cette étude voulait examiner si le coping était une variable médiatrice entre les comportements perçus de l'entraîneur et l'atteinte de but des athlètes.

METHODE

80 compétiteurs ($M = 18,46$; $SD = 2,71$) majoritairement de niveau national ont rempli le CBS-S (Coaching Behavior Scale for Sport; Côté, Yardley, Hay, Sedgwick, & Baker, 1999) avant une compétition (Temps 1). Les comportements de soutien de l'entraîneur regroupent les facteurs du CBS-S qui sont orientés vers une relation de qualité et les besoins de l'athlète tandis que les relations personnelles négatives ont été rapportées aux comportements non soutenant de l'entraîneur.

Moins de trois heures après la compétition (Temps 2), ils ont passé le ICCS (Inventaire de Coping en Compétition Sportive; Gaudreau & Blondin, 2002) pour évaluer les SC utilisées par les athlètes en compétition sportive (SC centrées sur la tâche, centrées sur la distraction et centrées sur le désengagement), et l'A-SAGS (Sport Achievement Goal Scale ; Amiot et al., 2004) qui évalue dans quelle mesure les athlètes estiment avoir atteint leur buts d'accomplissement sportif (Atteintes de buts de performance, de buts de maîtrise, et de buts autoréférencés).

RESULTATS

Les résultats de cette étude prospective ont indiqué que les comportements de soutien et d'absence de soutien perçus de l'entraîneur étaient respectivement associés à une utilisation plus élevée de SC centrées sur la tâche et de SC centrées sur le désengagement pendant une compétition sportive. De plus, les SC centrées sur la tâche et les SC centrées sur

désengagement ont été respectivement associés aux plus grands et plus faibles niveaux d'atteinte de but (Figure 1).

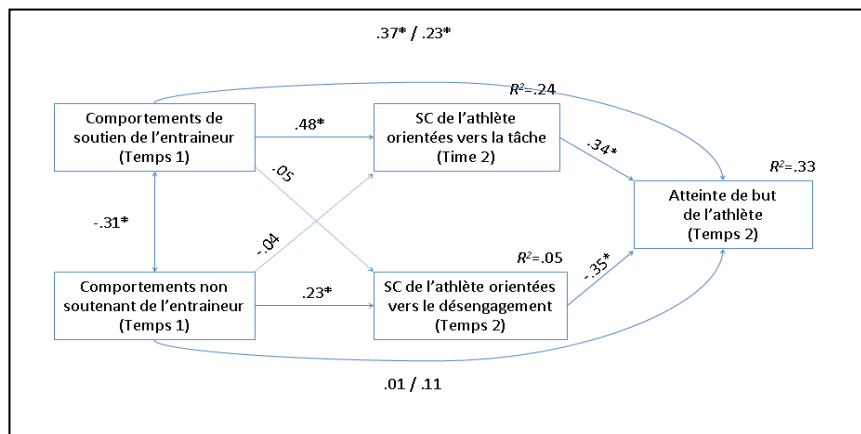


Figure 1 : Résultats des régressions multiples. Les nombres précédents et suivants les tirets correspondent respectivement aux effets total et direct. $*p < .05$

CONCLUSION

Les résultats ont montré que le coping était une variable médiatrice entre les comportements perçus de l'entraîneur et l'atteinte de but des athlètes. Les hypothèses sont confirmées, à savoir que les comportements de soutien de l'entraîneur peuvent agir en tant que ressource pour favoriser l'utilisation des stratégies de SC centrées sur la tâche pendant une compétition sportive et par conséquent sur des niveaux d'accomplissement sportifs plus élevés. Cette étude a contribué à une littérature clairesemée en psychologie du sport indiquant l'importance de l'environnement social proximal des athlètes et des relations interpersonnelles sur l'utilisation des SC et sur l'atteinte de but des athlètes pendant une compétition sportive. Finalement, cette étude souligne l'importance des comportements de soutien à l'entraînement dans la gestion du stress lors des compétitions sportives.

REFERENCES

- Amiot, C. E., Gaudreau, P., & Blanchard, C. M. (2004). Self-determination, coping, and goal attainment in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 26*(3), 396-411.
- Bois, J. E., Sarrazin, P., Southon, J., & Boiché, C. S. (2009). Psychological characteristics and their relation to performance in professional golfers. *The Sport Psychologist, 23*(2), 252-270.
- Côté, J., Yardley, J., Hay, J., Sedgwick, W., & Baker, J. (1999). An exploratory examination of the coaching behavior scale for sport. *Avante, 5*(2), 82-92.
- Gaudreau, P., & Blondin, J. P. (2002). Development of a questionnaire for the assessment of coping strategies employed by athletes in competitive sport settings. *Psychology of Sport and Exercise, 3*, 1-34.
- Gaudreau, P., Nicholls, A., & Levy, A. R. (2010). The ups and downs of coping and sport achievement: An episodic process analysis of within-person associations. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 32*(3), 298-311.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford, UK: Oxford University Press.