

MIEUX FORMER

pour **agir**

dans une **société**

en **MOUVEMENT**

Sous la direction de Carlo Spallanzani,
Robert Goyette, Martin Roy, Sylvain Turcotte,
Jean-François Desbiens et Sylvie Beaudoin

PUQ | NUMÉRIQUE 

Le Groupe de Recherche sur l'Intervention Éducative et en Formation Professionnelle en Activité Physique (GRIEFPAP) de la Faculté d'éducation physique et sportive s'intéresse à diverses dimensions de l'intervention éducative et est subventionné par l'Université de Sherbrooke.

Groupe de recherche sur l'intervention éducative
et en formation professionnelle en activité physique
Faculté d'éducation physique et sportive
Université de Sherbrooke, Québec

Ouvre : RUBEN RAMONDA, *High Jump*

2011 – Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés
© 2011 Presses de l'Université du Québec
www.puq.ca
ISBN 978-2-7605-3109-3

Merci à nos commanditaires

CRIFPE, Immex, Agence universitaire de la francophonie,
Sylvain Grondin – artiste-peintre sculpteur, Rita Fleuriste, GRIEFPAP,
Université de Sherbrooke – Faculté d'éducation physique et sportive



LES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES DANS LE DOMAINE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Une analyse de la littérature

Alexandre MOUTON, assistant

Université de Liège, Département des Sciences de la Motricité, Belgique

Marc CLOES, professeur

Université de Liège, Département des Sciences de la Motricité, Belgique

Pour information : Alexandre.Mouton@ulg.ac.be

MOTS CLÉS

intelligence émotionnelle, activité physique, sport, intervention, éducation physique

1. INTRODUCTION

L'étude des facteurs qui influencent l'efficacité de la dyade éducative entre un intervenant et un apprenant a toujours suscité un véritable engouement dans le domaine de l'intervention en sport (Clœs et Roy, 2010). Une des composantes essentielles de la communication interpersonnelle est le lien socio-émotionnel existant entre les acteurs de cette relation. En effet, de nombreuses études en psychologie du sport ont souligné l'importance des émotions et du contrôle des émotions, tant du point de vue de l'apprenant (Hanin, 2000) que de l'intervenant (Thelwell, 2008), dans la recherche d'une optimisation de la performance. En milieu scolaire, ces émotions peuvent s'avérer utiles ou nuisibles à l'apprentissage des élèves ou encore à la qualité des échanges avec les autres acteurs de l'éducation (Nias, 1996; Haergraves, 2000). Au travers de notre recherche, nous nous sommes demandé si les émotions avaient été étudiées dans le contexte particulier de l'enseignement de l'éducation physique. Pour répondre à cette question, nous avons orienté nos recherches vers un concept émergent qui permet de mesurer les compétences émotionnelles des individus : l'intelligence émotionnelle (I.E.).

2. CONTEXTE THÉORIQUE

Regroupées sous le concept d'intelligence émotionnelle (I.E.), les compétences émotionnelles se réfèrent à la manière dont les individus identifient, comprennent, utilisent et régulent leurs émotions et celles d'autrui (Mikolajczak, 2009). Ces dernières années, l'intérêt porté par la communauté scientifique envers ces compétences émotionnelles s'est accru de façon importante par le fait qu'elles joueraient un rôle essentiel dans le maintien d'une bonne santé physique, mentale et sociale (Mayer *et al.*, 2008). Nelis et ses collaborateurs (2009) soulignent que de nombreuses études empiriques ont associé un niveau élevé d'I.E. à davantage de résistance au stress ou encore à de meilleures relations sociales.

Dans un environnement impliquant des interactions entre individus, la recherche s'est d'abord penchée sur des secteurs tels que les soins de santé ou le milieu des affaires. Plusieurs études ont souligné que coachs sportifs et managers du milieu des affaires possèdent des qualités humaines comparables (Jones, 2002), justifiant l'hypothèse selon laquelle les emplois impliquant l'adaptation

à un environnement exigeant des interactions entre individus doivent être associés à des qualités socio-émotionnelles particulières chez les intervenants. Chez les enseignants en classe, I.E. et sentiment d'efficacité personnelle ont été associés positivement (Chan, 2004), invitant la recherche à approfondir davantage le lien existant entre I.E. et efficacité de l'intervention dans un contexte d'apprentissage.

Lorsque l'on s'intéresse particulièrement au contexte de l'intervention en activités physiques et sportives, la pauvreté des études réalisées nous interpelle (Meyer et Zizzi, 2006). Devant ce constat, l'objectif de cette étude était de dresser un état des lieux de la recherche portant sur l'intelligence émotionnelle et ses implications dans le domaine des activités physiques et sportives (APS).

3. MÉTHODOLOGIE

La méthodologie que nous avons choisie s'inspire de celle utilisée par Gilbert et Trudel (2004), composée de quatre phases :

- 1) Un repérage d'articles portant sur l'intelligence émotionnelle dans le domaine des APS a été effectué par l'intermédiaire d'une interrogation systématique des banques de données en ligne (SportDiscus, Eric, PsychINFO). Une analyse systématique des sommaires des revues identifiées comme publiant des travaux spécifiques au champ concerné complétait cette recherche. Afin d'assurer la pertinence et la validité des résultats, nous avons limité nos recherches aux études empiriques publiées dans des revues avec comité de lecture et rédigées en français ou en anglais ;
- 2) La constitution de la banque d'articles à analyser, qui consistait en la recherche et la reproduction d'une version papier de chaque article identifié ;
- 3) Un processus de validation de la banque d'articles répertoriés. Pour ce faire, la liste bibliographique a été actualisée par la vérification manuelle des derniers numéros des revues et la consultation systématique des références des articles déjà rassemblés. L'envoi de cette liste à un groupe d'experts ($n=4$) du champ de recherche a complété cette étape ;
- 4) Pour une analyse plus approfondie des articles, une grille de codage a été créée, reprenant les critères suivants : a) le nom de(s) auteur(s) ; b) l'année de publication ; c) le titre de l'article ; d) le nom de la revue ; e) la méthodologie générale ; f) l'instrument de collecte des données ;

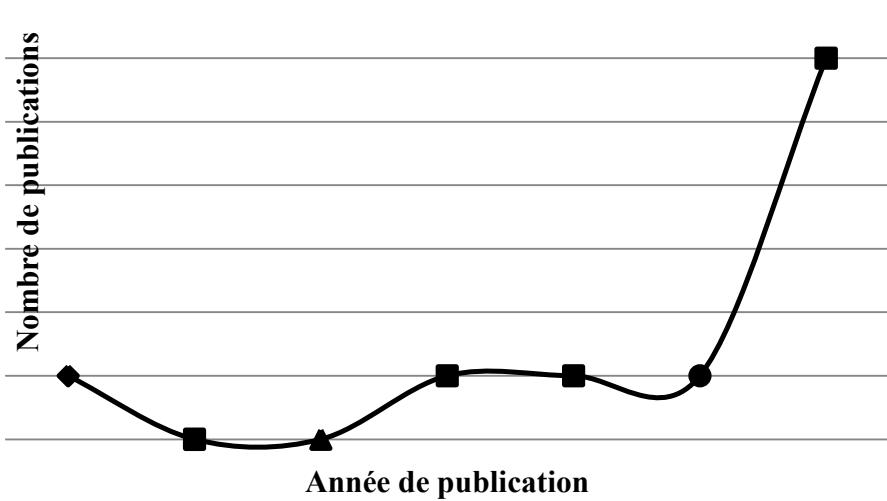
g) le type de participants ; h) le contexte de pratique ; et i) le pays. Les articles ont été analysés par le premier auteur et un contrôle de fidélité de l'encodage a été effectué (88,9 % de fidélité interanalyste).

4. RÉSULTATS ET DISCUSSION DES RÉSULTATS

Notre analyse montre clairement que, dans le domaine des activités physiques et sportives, l'intérêt spécifique des chercheurs pour la thématique de l'intelligence émotionnelle s'est manifesté depuis peu. En effet, malgré l'émergence du concept dans d'autres champs de recherche (Zizzi *et al.* 2003), seuls 10 articles ont été répertoriés, dont 7 consacrés aux intervenants ou aux apprenants du mouvement sportif.

Entre 2003 et 2008, nous avons répertorié au maximum un article par an. Or, pas moins de six articles ont été publiés en 2009. Cela pourrait nous amener à penser que les chercheurs ont pris conscience, à partir de ce moment, de l'intérêt de cette thématique de recherche. Étant donné la relative nouveauté de ces études et le manque de cohésion constaté tant dans la conceptualisation de l'I.E. que dans sa mesure, nous devons rester prudents et attentifs quant à l'évolution de ce nouvel objet de recherche.

FIGURE 1. ANNÉES DE PUBLICATION DES ARTICLES RÉPERTORIÉS



Dans une très grande majorité (8/10), les études actuelles ont montré des résultats indiquant un lien positif entre l'I.E. et différents facteurs de qualité dans le domaine du sport, de l'activité physique et de l'éducation physique. Les principaux résultats sont repris dans le tableau 1. Dans le contexte de l'éducation physique, les études actuelles n'ont pas encore apprécié les compétences émotionnelles des enseignants en éducation physique, mais bien celles d'intervenants lors d'activités extrascolaires (Magyar *et al.*, 2007) ou encore celles de futurs enseignants (Tok *et al.*, 2009).

En outre, et en accord avec la littérature générale portant sur l'I.E., il existe un appel à la standardisation du concept. Même si les études recensées ont majoritairement choisi d'utiliser des instruments de mesure autorappor-tés (9/10) propres au modèle de l'intelligence émotionnelle de trait (Petrides et Furnham, 2001), il n'en demeure pas moins que les questionnaires utilisés restent dissemblables. Cela aboutit inévitablement à une disparité des résultats, impliquant des profils d'I.E. qui seront différents pour un même individu en fonction de l'outil de mesure utilisé (Meyer et Fletcher, 2007).

TABLEAU 1. RECENSEMENT DES ÉTUDES INVESTISSANT LA RELATION ENTRE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE (I.E.) ET DIFFÉRENTS FACTEURS DE QUALITÉ DANS LES DOMAINES DU SPORT, DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE.

Auteur	Échantillon	Instrument de mesure	Résultats principaux	Effets positifs, mixtes, ou neutres de l'I.E.
Sport				
Zizzi et al. (2003)	61 joueurs de division 1 au baseball (USA)	EIS, questionnaire autorapporté de 33 items (Schutte et al., 1998)	Lien modeste entre l'I.E. et la performance de réception de balle. Pas de relation entre l'I.E. et la performance de frappe de balle.	Mixte
Perlini et Halverson (2006)	79 joueurs de hockey de la Ligue Nationale (NHL, USA)	EQ-i, questionnaire autorapporté de 133 items (Bar-On, 1997)	Les joueurs de hockey de la Ligue Nationale obtiennent des scores d'I.E. supérieurs à la moyenne de la population.	Positif
Thelwell et al. (2008)	99 coachs sportifs	EIS, questionnaire autorapporté de 33 items (Schutte et al., 1998)	Relation positive entre l'I.E. et l'efficacité de coaching.	Positif
Lane et al. (2009)	54 étudiants masculins avec le statut d'athlète de haut niveau	EIS, questionnaire autorapporté de 33 items (Schutte et al., 1998)	Relation positive entre les compétences psychologiques utilisées durant l'entraînement et la compétition et la perception de l'I.E.	Positif
Narimani et Bashsharpoor (2009)	90 femmes athlètes (sport collectif, sport individuel) et non-athlètes	questionnaire autorapporté de 90 items	L'I.E. des athlètes de sport collectif est supérieure à celle des athlètes de sport individuel, elle-même supérieure à celle mesurée chez les non-athlètes.	Positif
Crombie et al. (2009)	6 équipes de cricket (AFS)	MSCEIT, questionnaire de performance maximale de 141 items (Mayer et al., 2002)	L'I.E. de l'équipe est associée positivement avec la performance sportive des équipes de cricket.	Positif
Costarelli et Stamou (2009)	20 judokas nationaux et internationaux, 40 non-sportifs	EQ-i, questionnaire autorapporté de 133 items (Bar-On, 1997)	Les athlètes de sport de combat ont des niveaux plus élevés d'I.E. et une image corporelle plus saine que les non-athlètes.	Positif
Activité physique				
Li et al. (2009)	599 collégiens (Taïwan)	EQ-i, questionnaire autorapporté de 133 items (Bar-On, 1997)	Relation positive entre le niveau d'activité physique et l'I.E. chez les collégiens.	Positif
Éducation physique				
Tok et Morali (2009)	295 étudiants en formation en éducation physique	EIS, questionnaire autorapporté de 40 items (Schutte et al., 1998 ; révisé par Austin et al., 2004), adaptation turque (Tok et al., 2007)	Pas d'association entre l'I.E. et le succès scolaire des étudiants en éducation physique.	Neutre
Magyar et al. (2007)	37 animateurs d'un camp de vacances sportif pour jeunes en difficulté	WLEIS, questionnaire autorapporté de 16 items (Wong et Law, 2002)	Relation positive entre l'I.E. et la qualité de la prise en charge des animateurs de camp.	Positif

5. CONCLUSION

L'intérêt croissant et marqué envers la recherche du rôle des composantes socioaffectives de la relation intervenant-apprenant en activité physique, combiné à des premiers résultats encourageants, invite les acteurs de l'intervention en sport à explorer davantage le concept d'intelligence émotionnelle dans leur contexte professionnel.

Afin de faire avancer la recherche concernant l'I.E. dans les APS, il nous semble dès lors opportun :

- d'utiliser une approche systématique de l'I.E. (conceptualisation, mesure) par laquelle les résultats pourront être adéquatement échangés et comparés entre les études et les populations ;
- de développer un modèle de l'I.E. adapté à notre champ de recherche, l'intervention en sport, et de collecter davantage de données descriptives avec des échantillons plus larges et diversifiés ;
- d'évaluer les effets de programmes développant les compétences émotionnelles chez les intervenants.

6. RÉFÉRENCES

- CHAN, D. W. (2004). Perceived emotional intelligence and self-efficacy among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Personality and Individual Differences*, 36(8), 1781-1795.
- CLÈS, M., & ROY, M. (2010). Le cheminement de l'approche écologique : du paradigme processus-produit au modèle heuristique du processus enseignement-apprentissage. *Dans M. Musart, M. Loquet & G. Carlier (Eds), Sciences de l'intervention en EPS et en sport: résultats de recherches et fondements théoriques* (p. 13-34). Paris: Revue EPS.
- HANIN, Y. L. (2000). *Emotions in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- HARGREAVES, A. (2000). Mixed emotions: teachers' perceptions of their interactions with students. *Teaching and Teacher Education*, 16, 811-826.
- MAYER, J. D., ROBERTS, R. D., & BARSADE, S. G. (2008). Human abilities: emotional intelligence. *Annual Reviews*, 59(1), 507-536.
- MEYER, B. B., & ZIZZI, S. (2006). Emotional intelligence in sport: conceptual, methodological, and applied issues. *Dans A.M. Lane (dir.), Mood and human performance: Conceptual, measurement, and applied issues* (p.131-152). New-York: Nova Science Publishers.

- MEYER, B. B., & FLETCHER, T. B. (2007). Emotional intelligence: a theoretical overview and implications for research and professional practice in sport psychology. *Journal of Applied Sport Psychology, 19*(1), 1-15.
- PETRIDES, K. V., & FURNHAM, A. (2001). Trait emotional intelligence: psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality, 15*, 425-448.
- NELIS, D., QUOIDBACH, J., MIKOLAJCZAK, M., & HANSENNE, M. (2009). Increasing emotional intelligence: (How) is it possible? *Personality and Individual Differences, 47*, 36-41.
- NIAS, J. (1996). Thinking about feeling: The emotions in teaching, *Cambridge Journal of Education, 26*, 293-306.