

Université Paris Descartes

École doctorale 566 : Sciences du sport, de la motricité et du mouvement humain
Laboratoire Sport, Expertise, Performance - EA 7370

Étude de la dimension interpersonnelle dans la gestion du stress en football : caractérisation et identification des antécédents du *communal coping*

Par Chloé Leprince

Thèse de doctorat en Sciences du Sport et du Mouvement Humain

Présentée et soutenue publiquement le 10 Décembre 2019

Devant un jury composé de :

Rapporteurs : **Patrick GAUDREAU**, Professeur, Université d'Ottawa

Jean-Philippe HEUZÉ, Professeur, Université Grenoble Alpes

Examineurs : **Élisabeth ROSNET**, Professeur, Université de Reims Champagne-Ardenne

Mickaël CAMPO, Maître de Conférences, Université de Bourgogne Franche-Comté

Invité : **Christopher CARLING**, Chercheur à la Fédération Française de Football

Directrice : **Claire CALMELS**, Chercheur, HDR, INSEP

Co-directrice : **Fabienne d'ARRIPE-LONGUEVILLE**, Professeur, Université Côte d'Azur

Co-encadrante : **Julie DORON**, Maître de Conférences, Université de Nantes

Remerciements

Je n'ai jamais feuilleté un manuscrit de thèse sans porter une attention toute particulière à la partie consacrée aux remerciements. Peut-être est-ce mon regard de psychologue qui aime deviner l'engagement personnel de chacun dans un tel travail, et percevoir la manière dont le support social du doctorant s'est organisé autour de lui pour le soutenir. Ces quelques lignes sont alors l'occasion pour chacun d'entre nous de prendre le temps, ce temps qui nous a été si rare pendant trois ans, de rendre hommage à toutes ces personnes qui ont, de près et de loin, contribué à notre accomplissement personnel et professionnel. C'est précisément mon cas dans les prochaines lignes, où je retrace de manière trop brève, l'immense chance que j'ai eu d'être entourée par vous tous.

En premier lieu, je tiens à remercier les professeurs Jean-Philippe Heuzé et Patrick Gaudreau pour avoir accepté d'être rapporteurs de mon travail, ainsi que l'ensemble des examinateurs et invités de mon jury, Elisabeth Rosnet, Mickaël Campo et Christopher Carling, pour m'offrir l'opportunité d'échanger avec chacun d'entre vous et ainsi enrichir mes réflexions.

Julie, Fabienne, je reconnais l'immense chance que j'ai eue de travailler encadrée par le duo que vous avez formé. Vos conseils, toujours bienveillants, pertinents et encourageants, ainsi que votre complémentarité ont réellement été un atout incroyable dans la réalisation de mon travail.

Julie je te remercie plus particulièrement pour m'avoir donné ma chance sans même me connaître, je ne sais pas si tu referais ce choix aujourd'hui et je mesure à bien des égards la chance que j'ai eue de te rencontrer il y a maintenant cinq ans. Fraichement diplômée de psychologie, sans aucune heure de formation en recherche à mon compteur, je possédais juste une volonté d'apprendre encore et encore. J'avais intuitivement choisi la bonne directrice : j'ai appris... beaucoup appris. Merci pour la qualité et la richesse de ton encadrement, et pour le temps et la patience nécessaires à ma formation.

Merci Fabienne pour avoir suivi ce projet avec une implication sans faille mais également le recul profitable pour prendre de la hauteur et guider nos choix avec la plus grande pertinence. J'ai su profiter pleinement de l'extrême bienveillance et la formidable pédagogie dont tu as fait preuve à mon égard.

Merci à Claire d'avoir accepté ce rôle de directrice administrative et de m'avoir ainsi permis de réaliser ma thèse dans les meilleures conditions à l'INSEP. Ton soutien et les mots toujours gentils que tu as eus pour moi pendant ces quatre ans ont été précieux.

Enfin, merci à Julien pour avoir réfléchi avec nous autour de mes problématiques de recherches et pour nous avoir fait profiter de ta précieuse compétence. Merci également pour ton humanité et pour avoir répondu à mes infinies questions, toujours très patiemment !

Merci à la Fédération Française de Football pour avoir porté financièrement ce projet, mais surtout pour m'avoir fait confiance dans le travail que vous m'avez confié au pôle. Merci à Didier d'avoir été le relais de cette confiance et de considérer mon travail comme tu le fais. Aux coordinatrices, figures féminines du football qui m'ont tour à tour accompagnée : Sandrine, Emilie, Peggy ; vos approches ont enrichi la mienne, merci. Merci à Fred, Rudy, Christian, Thierry pour avoir animé la vie de ce pôle par vos compétences et vos personnalités ! Et bien sûr merci à l'ensemble des joueuses passées au pôle France depuis 2015, à cette demi-centaine de jeunes filles qui ont su grandir au cours de nos accompagnements divers et faire de moi une psychologue plus confiante et épanouie.

J'ai également une pensée particulière pour les directeurs et directrices de centre de formation et de pôle qui m'ont chaleureusement ouvert les portes de leur structure dans le cadre de ma troisième étude. J'ai été particulièrement touchée par la qualité de vos accompagnements respectifs et par la manière dont vous travaillez avec vos équipes à l'accomplissement sportif, scolaire et personnel des joueurs(euses) que vous encadrez.

Merci également au Dr Orhant, directeur du département médical de la FFF pour m'avoir accompagnée dans la mise en place de cette étude et pour avoir été mon référent scientifique au sein de la fédération.

Je remercie bien évidemment l'ensemble des membres du laboratoire SEP qui m'a accueillie pendant ces quatre ans. Merci aux chercheurs pour avoir régulièrement pris des nouvelles et suivi mon travail avec bienveillance et intérêt. Un merci particulier à Jean-François pour l'estime que tu me portes et pour l'oreille attentive que tu nous prêtes à tous en cas de besoin. Merci à Gaël pour avoir fait le relais entre la fédération et mon travail de recherche, pour l'avoir ainsi valorisé et lui avoir ouvert des perspectives.

Ces remerciements ne seraient pas « dans le thème » si je n'abordais pas ici le vrai *communal coping* sous-jacent à ce travail, celui qui règne au « rdj » entre les doctorants du laboratoire. Ce couloir et les membres qui y travaillent sont une richesse incommensurable pour la réalisation d'une thèse. Je ne compte pas les jours où je suis venue au bureau, juste pour vous voir, vous sentir à côté de moi, vous entendre rigoler dans les couloirs et partager avec vous la réalité d'un travail de thèse que vous seuls pouvez comprendre. Un grand merci à Allison et Mildred pour les post-it, les fleurs, les gâteaux,

les messages et les tours du lac. J'espère pouvoir être là pour vous dans les prochains mois comme vous l'avez été pour moi, je connais deux trois étapes que vous allez prochainement traverser... à bien des égards 😊. Merci à Joffrey pour ton eau toujours chaude, Anis pour avoir toujours bien voulu suivre le sommeil de mes joueuses, à Maël pour ces moments de partage professionnel et pour m'avoir appris à checker les joueuses de basket, à Valentine pour ton arrivée pleine de fraîcheur et de douceur dans le bureau, quelle chance de pouvoir croiser le temps de quelques mois quelqu'un comme toi, à Robin... tout simplement pour ce que tu es : un indescriptible au grand cœur, à Mathilde D et Marie pour leur touche bretonne dans ce couloir, à Jérôme pour tes passages furtifs mais toujours positifs, à Simon pour nous avoir montré la voie à tous : premier de notre lignée à quitter le nid ! A Mathilde P à qui j'envoie tous mes encouragements pour suivre cet exode du rdj... Et à Julie pour être la gardienne du temple qui veille sur chacun d'entre nous au quotidien.

Et bien sûr à toi Enzo, pour ne m'avoir jamais lâchée même de l'autre côté de la frontière (je parle de la frontière franco-belge, pas de la frontière doctorant/docteur 😊). L'admiration et la confiance réciproque qui ont régné dans ce bureau 07 ont changé la trajectoire de ma thèse. Je n'oserai dire que certaines discussions ont changé la trajectoire de ma vie, mais c'est peut-être le cas. Merci pour un de tes mails reçu lors de l'été 2018 que j'ai relu à plusieurs reprises quand les temps étaient durs, merci pour tes remerciements que je garde profondément ancrés en moi comme un cadeau d'amitié, merci de nous avoir laissés être là pour toi quand c'était nécessaire et merci d'avoir été en retour notre ami le plus fidèle et présent quand ce fut notre tour.

À toutes les bonnes fées qui se sont penchées d'une manière ou d'une autre sur le berceau de cette thèse un grand merci, en particulier à Edith pour m'avoir guidée à mes débuts, au Dr Gorde pour nous avoir aidés lors de ce long hiver 2019 et à Sabine pour... tout et plus encore.

À Amandine et William, car tout ou presque est resté identique à ce que je pensais de vous il y a cinq ans, permettez-moi de reprendre des mots précédemment écrits pour vous : « A Dine et Will, et à leurs filles Tia et Noamy, non pas pour ce qu'ils font, mais davantage pour ce qu'ils sont pour ~~moi~~ nous ».

Merci à ma famille, qui a su suivre de près et de loin cette aventure. A mes grands-parents et leur repas dominical ressourçant, à mes parents et leur soutien logistique indispensable depuis 2 ans, à mes frères pour la manière dont ils regardent leur grande sœur... Merci également à ma belle-famille pour votre accueil et la manière dont vous nous avez toujours soutenus avec Olivier.

Difficile d'écrire quelques lignes pour vous Olivier et Aïnoa. Je ne vois pas de *communal coping* entre nous, car tout est simple et rien n'a jamais nécessité de mobiliser nos ressources outre-mesure ces dernières années. Bien au contraire, vous êtes ma ressource.

Aïnoa, mille mercis d'avoir réussi à bousculer nos vies avec tant de douceur et de spontanéité. Quel doux équilibre as-tu trouvé entre cette incroyable énergie de vie qui t'habite et ta formidable capacité à t'adapter au contexte que nous t'avons parfois imposé. Je n'en attendais pas tant de toi, toi qui es née pour faire comme bon te semble, vis ma fille.

Olivier, jamais je n'ai été aidée, soutenue, accompagnée, aimée comme tu le fais. Ton implication dans ce travail a été mon aide la plus précieuse. Le courage, l'abnégation et la persévérance dont tu as fait preuve pour ta thèse sont des qualités que j'admire tous les jours chez toi. Merci de les avoir mises à disposition pour mon travail, rien ne serait ainsi sans toi.

Ce travail a fait l'objet des publications et communications suivantes :

Publications dans des revues scientifiques internationales à comité de lecture

- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., & Doron, J. (2018). Coping in teams: Exploring athletes' *communal coping* strategies to deal with shared stressors. *Frontiers in psychology*, 9, 1908. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01908
- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., Chanal, J., & Doron, J. (2019). Development and preliminary validation of the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports. *Psychology of Sport and Exercise*. doi: 10.1016/j.psychsport.2019.101569.
- Bonk, D., Leprince, C., Tamminen, K. A., & Doron, J. (2019). Collective rituals in team sports: Implications for team resilience and *communal coping*. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité*. doi: 10.1051/sm/2019007.

Communications dans des congrès internationaux avec actes

- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., & Doron, J. (2016). La gestion du stress dans l'équipe : prise en compte des niveaux individuels et collectifs. Actes des Journées Nationales d'Etudes de la Société Française de Psychologie du Sport. Grenoble, 21-22 avril.
- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., & Doron, J. (2017). How team sport athletes cope with shared stressors: A *communal coping* perspective. The 14th ISSP world congress of sport psychology. Seville - July 10- 24.
- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., Corrion, K., & Doron, J. (2018). The Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports (CCSICTS): development and preliminary validation. International Congress of the French Society of Sport Psychology. Lausanne – June 13-15.
- Leprince C. (2018). Les stratégies de gestion du stress en Football. 49ème congrès médical de la Fédération Française de Football : Football et Neurologie. Nancy, 7-8 septembre.

Articles de vulgarisation scientifique

- Leprince, C. Stress : une gestion collective pour performer. *Réflexions Sport*, INSEP, 2017, pp.25-43. <https://hal-insep.archives-ouvertes.fr/hal-01734544/document>
- Leprince, C. Un match de football ne se gagne pas qu'avec les pieds. *The conversation*, Mars 2019. <https://theconversation.com/un-match-de-foot-ne-se-gagne-pas-quavec-les-pieds-114219>

Média

Leprince, C. Un match de football ne se gagne pas qu'avec les pieds. Le club de la tête au carré, France Inter. 29 Mars 2019. <https://www.franceinter.fr/emissions/la-tete-au-carre/la-tete-au-carre-29-mars-2019>.

Table des matières

1. LA THEORIE COGNITIVO-MOTIVATIONNELLE- RELATIONNELLE DES EMOTIONS : UN CADRE THEORIQUE DE REFERENCE POUR ETUDIER LE STRESS ET LE COPING EN SPORT	17
1.1. CONCEPTUALISATION DU STRESS ET DU COPING SELON LA CMRT	17
1.2. LES STRESSEURS SPECIFIQUES AU CONTEXTE SPORTIF	19
1.2.1. IDENTIFICATION ET CLASSIFICATION DES STRESSEURS EN SPORT	20
1.2.2. LA DIMENSION INTERPERSONNELLE DES STRESSEURS EN SPORT	21
1.3. LES EMOTIONS SPECIFIQUES AU CONTEXTE SPORTIF	22
1.3.1. IDENTIFICATION DES EMOTIONS EN SPORT	22
1.3.2. LA NATURE SOCIALE DES EMOTIONS EN SPORT	23
1.4. IDENTIFICATION ET CLASSIFICATION DES STRATEGIES DE COPING EN SPORT	24
1.5. RESUME	27
2. LE COMMUNAL COPING : UNE APPROCHE INTERPERSONNELLE DU STRESS ET DU COPING	28
2.1. CONCEPTUALISATION DU STRESS ET DU COPING COLLECTIF SELON LE MODELE DE COMMUNAL COPING	28
2.1.1. CARACTERISATION DU COMMUNAL COPING VIS-A-VIS DU COPING INDIVIDUEL	29
2.1.2. CARACTERISATION DU COMMUNAL COPING VIS-A-VIS DE LA RECHERCHE DE SOUTIEN	30
2.1.3. CARACTERISATION DU COMMUNAL COPING VIS-A-VIS DE L'AIDE INDIVIDUELLE	30
2.1.4. LES TROIS COMPOSANTES DU COMMUNAL COPING	31
2.2. LES STRATEGIES DE COMMUNAL COPING	31
2.3. LES CONSEQUENCES DU COMMUNAL COPING	33
2.4. LES CONSTRUITS PSYCHOLOGIQUES IMPLIQUANT AUTRUI DANS LES REACTIONS D'ADAPTATION EN SPORT	34
2.4.1. LES STRATEGIES IMPLIQUANT AUTRUI DANS LE CADRE THEORIQUE DU COPING	34
2.4.1.1. Le soutien social	35
2.4.1.2. Le coping dyadique	35
2.4.1.3. Le communal coping « parents-athlète »	37
2.4.2. LES APPROCHES COLLECTIVES POUR FAIRE FACE A L'ADVERSITE AU TRAVERS DU CONCEPT DE RESILIENCE	39
2.4.3. LA DIMENSION INTERPERSONNELLE DANS LE CHAMP DE LA REGULATION EMOTIONNELLE	40
2.5. RESUME	45
3. LA MESURE DU COPING	46
3.1. LES OUTILS DE MESURE DU COPING INDIVIDUEL EN SPORT	46
3.2. LA MESURE DU COPING DYADIQUE	48
3.2.1. LA MESURE DU COPING DYADIQUE DANS LES RELATIONS CONJUGALES	48
3.2.2. LA MESURE DU COPING DYADIQUE ENTRE L'ENTRAINEUR ET SON ATHLETE	50
3.3. LA MESURE DU COMMUNAL COPING DANS LE CHAMP DE LA PSYCHOLOGIE DES CATASTROPHES	51
3.4. MESURER DES CONSTRUITS COLLECTIFS EN SPORT : DES DIFFICULTES RENCONTREES AUX PRECAUTIONS A ENVISAGER	52
3.5. RESUME	55
4. LES ANTECEDENTS DU COPING EN SPORT	56
4.1. LES ANTECEDENTS DU COPING INDIVIDUEL EN SPORT	56
4.1.1. LES ANTECEDENTS INDIVIDUELS DU COPING EN SPORT	57
4.1.2. INTELLIGENCE EMOTIONNELLE ET STRATEGIES DE COPING EN SPORT	58
4.1.2.1. Définition de l'intelligence émotionnelle	58
4.1.2.2. Le rôle de l'intelligence émotionnelle dans le développement des stratégies de coping particulières	60
4.1.3. COHESION ET STRATEGIES DE COPING EN SPORT	62
4.1.3.1. Définition de la cohésion	62
4.1.3.2. Le rôle de la cohésion dans le développement des stratégies de coping particulières	62
4.2. LES ANTECEDENTS DU COPING DYADIQUE	63

4.2.1.	LES ANTECEDENTS DU COPING DYADIQUE DANS LE CHAMP DE LA SANTE ET DES RELATIONS CONJUGALES	64
4.2.2.	LES ANTECEDENTS DU COPING DYADIQUE EN SPORT	65
4.3.	LES ANTECEDENTS DU <i>COMMUNAL COPING</i>	66
4.4.	RESUME	68
5.	<u>PROBLEMATIQUE.....</u>	69
6.	<u>ÉTUDE 1 : LE COPING DANS LES EQUIPES : EXPLORATION DES STRATEGIES DE <i>COMMUNAL COPING</i> DES ATHLETES DE SPORTS COLLECTIFS POUR FAIRE FACE AUX STRESSEURS COMMUNS</u>	74
6.1.	INTRODUCTION	75
6.2.	MATERIEL ET METHODE.....	77
6.3.	RESULTATS	79
6.4.	DISCUSSION.....	82
6.5.	CONCLUSION	83
6.6.	REFERENCES	84
7.	<u>ÉTUDE 2 : DEVELOPPEMENT ET VALIDATION PRELIMINAIRE DE L'INVENTAIRE DES STRATEGIES DE <i>COMMUNAL COPING</i> POUR LES SPORTS COLLECTIFS EN COMPETITION.....</u>	86
7.1.	INTRODUCTION	87
7.2.	DEVELOPPEMENT DU <i>CCSICTS</i>	88
7.2.1.	PARTICIPANTS ET PROCEDURE	89
7.2.2.	RESULTATS ET DISCUSSION	89
7.3.	MESURES DE VALIDATION	89
7.3.1.	PARTICIPANTS ET PROCEDURE	89
7.3.2.	MESURES	89
7.3.3.	ANALYSE DES DONNEES	89
7.3.4.	RESULTATS	89
7.3.5.	DISCUSSION.....	90
7.4.	VALIDITE CONVERGENTE.....	90
7.4.1.	PARTICIPANTS ET PROCEDURE	90
7.4.2.	MESURES	90
7.4.3.	ANALYSE DES DONNEES	91
7.4.4.	RESULTATS	91
7.4.5.	DISCUSSION.....	91
7.5.	DISCUSSION GENERALE.....	91
7.7.	CONCLUSION	92
7.8.	APPENDICE.....	93
7.9.	REFERENCES	94
8.	<u>ÉTUDE 3 : ANTECEDENTS DU <i>COMMUNAL COPING</i> RELATIFS A L'INDIVIDU ET A L'EQUIPE : UNE EXTENSION DU MODELE DE LA CMRT EN FOOTBALL.....</u>	96
8.1.	INTRODUCTION	96
8.1.1.	DES ANTECEDENTS DU <i>COMMUNAL COPING</i> RELATIFS A L'INDIVIDU ET A L'EQUIPE	97
8.1.2.	LES PROCESSUS D'ÉVALUATION COGNITIVE DU <i>COMMUNAL COPING</i>	99
8.1.3.	LA PRESENTE ETUDE	99
8.2.	METHODE.....	101
8.2.1.	PARTICIPANTS	101
8.2.2.	PROCEDURE.....	101
8.2.3.	MESURES	102
8.2.4.	ANALYSE DES DONNEES	103
8.3.	RESULTATS	104
8.3.1.	STATISTIQUES DESCRIPTIVES ET ANALYSES PRELIMINAIRES	104

8.3.2.	ANALYSE DES MODELES TESTES	107
8.4.	DISCUSSION.....	111
8.5.	CONCLUSION	117
9.	<u>DISCUSSION GENERALE.....</u>	<u>118</u>
9.1.	LES STRATEGIES ET DIMENSIONS DE <i>COMMUNAL COPING</i> EN SPORT	118
9.2.	UN OUTIL DE MESURE DU <i>COMMUNAL COPING</i>	120
9.3.	LES ANTECEDENTS DU <i>COMMUNAL COPING</i> EN FOOTBALL.....	121
9.4.	LIMITES ET PERSPECTIVES	125
9.5.	APPLICATIONS PRATIQUES	131
10.	<u>BIBLIOGRAPHIE.....</u>	<u>135</u>

Introduction générale

« Je pense que ça c'est notre grande force, de pouvoir mourir les uns pour les autres. »
Blaise Matuidi, joueur de l'équipe de France de football, à deux jours de disputer une finale de coupe du monde (Journal Ouest France, le 13/07/2018).

« Pour gagner, on a besoin de tout le monde. Je suis très fier de cette équipe. [...] On est un groupe, on a bien vécu ensemble du début à la fin, les remplaçants ne boudaient pas, ils travaillaient aussi pour le collectif, pour que tout aille bien. On l'a vu dans cette Coupe du monde, sans un collectif soudé, on n'est rien, on passe à la trappe. »

Antoine Griezmann, joueur de l'équipe de France de football, au soir de sa victoire en coupe du monde (Média en ligne France Football, le 15/07/2018).

« Des individualités ont fait la différence durant ce mondial : Kylian, Paul, Raphaël, Samuel... Mais les joueurs ont vraiment tout fait ensemble, sur et en dehors du terrain. Je suis convaincu que tout passe par le collectif. »

Didier Deschamps, sélectionneur de l'équipe de France de football, au lendemain de sa victoire en coupe du monde (Journal Ouest France, le 16/07/2018).

Ces extraits d'interviews du sélectionneur et de joueurs de l'équipe de France de football lors de la coupe du monde 2018 témoignent de l'importance accordée à la dimension collective dans la performance des équipes de football, et plus généralement dans les équipes de sports collectifs. Plusieurs concepts psychologiques ont été étudiés ces dernières années pour mieux comprendre la dynamique des équipes et leur performance. Ainsi, le rôle de la cohésion et de l'efficacité collective, ainsi que leur contribution à la performance sportive des équipes ont été largement mis en évidence dans la littérature en psychologie du sport. A l'inverse, l'attention portée à la gestion du stress dans les sports collectifs a été moindre. En effet, bien qu'elle ait été largement décrite au niveau individuel dans la littérature, la gestion du stress n'a pas été étudiée jusqu'alors au niveau collectif auprès des équipes en contexte de performance.

Et pourtant, nombreux sont les exemples qui témoignent de l'importance de la capacité à gérer le stress dans le contexte du football actuel, où les joueurs(euses) partagent des situations de stress et doivent y faire face collectivement. Parmi ces situations stressantes, nous pouvons citer la pression médiatique (notamment lors d'évènements majeurs organisés à domicile tels que la coupe du monde de football féminin 2019 en France) ; le niveau d'adversité croissant de la concurrence nationale et internationale qui entraîne une nécessité chez les équipes de s'adapter en permanence ; les attentes de performance continues de la part des encadrements, des dirigeants, des supporters pour des raisons

économiques et sociologiques ; la complexité des relations au sein des équipes où se mêlent parfois des enjeux d'égo, de reconnaissance, de concurrence. Ainsi, les joueurs et joueuses de football rencontrent en permanence dans leur activité compétitive des stressseurs, qui les impactent à la fois individuellement (i.e., réponse individuelle au stress : « je dois faire face à cet évènement ») mais également collectivement (i.e., réponse collective au stress : « mon équipe doit faire face à cet évènement »). Par conséquent, il apparaît nécessaire de penser la gestion du stress en football de manière collective, en questionnant la façon dont les équipes font face ensemble à des stressseurs partagés. Or, jusqu'à aujourd'hui, le stress et les stratégies pour y faire face ont été principalement étudiés au niveau de l'individu, laissant en suspens la question du stress et de sa gestion au niveau de l'équipe. Afin de répondre à cette question, il est important de comprendre comment le stress et la gestion du stress ont été étudiés dans les champs de la psychologie du sport, et de définir les approches dites « interpersonnelles » qui permettraient de prendre en compte l'aspect collectif du stress et de sa gestion dans le contexte du football.

Le stress et la gestion du stress ont été décrits par plusieurs approches au cours du siècle dernier. Les premières descriptions du stress se sont faites sous l'angle principal de la physiologie, en considérant exclusivement les réactions biologiques typiques mises en jeu par un organisme soumis au stress. Ainsi, les descriptions du syndrome d'urgence de Cannon (1928), puis du syndrome général d'adaptation de Selye (1936) ont mis en avant les réactions d'adaptations physiologiques de l'organisme face à des stressseurs (i.e., modification du rythme cardiaque, de la fréquence de ventilation pulmonaire, de la pression artérielle, du taux d'hormones). En revanche, ces modèles n'ont pas pris en compte le stress psychologique sous-jacents à ces phénomènes d'adaptation. L'approche transactionnelle (Lazarus & Folkman, 1984) apporte un point de vue complémentaire en prenant en compte la dimension psychologique du stress et des réactions de l'individu. Cette approche qui donnera lieu à la théorie cognitivo-motivationale-relationnelle des émotions (CMRT - Lazarus, 1991, 1999) considère le stress comme « *une relation particulière entre la personne et l'environnement qui est évaluée par la personne comme éprouvant ou excédant ses ressources et mettant en danger son bien-être* » (Lazarus & Folkman, 1984, p. 19). La CMRT (Lazarus, 1991, 1999) décrit alors les processus d'évaluations cognitives utilisés face aux stressseurs, ainsi que l'ensemble des réactions comportementales, émotionnelles et cognitives de l'individu en situation du stress (i.e., stratégies de coping). Cette conception du stress considère ainsi que le stress n'émane ni de la situation, ni de l'individu, mais renvoie à des processus dynamiques (perceptifs, cognitifs, émotionnels, comportementaux) impliquant des actions réciproques entre l'individu et son environnement (l'individu pouvant modifier/influencer – et/ou être modifié/influencé par - la situation). De plus, selon cette théorie, des caractéristiques de l'individu (e.g., traits de personnalité,

motivation, croyances, etc.) et les caractéristiques de la situation (e.g., nouveauté, imprévisibilité, imminence, ambiguïté, etc.) jouent également un rôle important et influencent la manière dont l'individu évalue et répond à une situation spécifique.

En contexte sportif, l'approche transactionnelle du stress et du coping fait largement consensus et a servi de cadre de référence à nombreuses recherches pour étudier les stressseurs rencontrés par les athlètes (e.g., Arnold & Fletcher, 2012 ; Hanton, Fletcher, & Coughlan, 2005 ; Mellalieu, Neil, Hanton, & Fletcher, 2009), les stratégies développées pour les gérer et les conséquences sur leur performance (cf., Nicholls, Taylor, Carroll, & Perry, 2016 pour revue). Or, l'ensemble de ces recherches s'est centré majoritairement sur l'individu, pour étudier ses stressseurs, ses stratégies et les conséquences sur sa performance, sans prendre en compte l'ensemble de ces processus au niveau collectif. Or dans les contextes de sports collectifs tels que le football, il semble que les équipes font face à des stressseurs communs et développent en retour des stratégies collectives pour y faire face. Pour appréhender ces concepts de stress et de coping collectif dans les équipes, il s'avère nécessaire d'adopter des approches dites « interpersonnelles » pour étudier le stress et le coping des équipes de sports collectifs, comme les équipes de football.

Les approches intrapersonnelles sont centrées essentiellement sur les sources de stress, les émotions, les stratégies de coping et leurs conséquences au niveau individuel (e.g., performance individuelle). Les approches interpersonnelles quant à elles se focalisent sur la manière dont les sources de stress et les stratégies de coping sont influencées par autrui, et comment les manifestations émotionnelles et comportementales influencent en retour autrui. Ces approches interpersonnelles ont été utilisées en sport pour étudier des construits tels que la régulation émotionnelle interpersonnelle (Gross & Thompson, 2007) et la résilience collective (Morgan, Fletcher & Sarkar, 2013). Ces dernières années, plusieurs chercheurs ont souligné la nécessité de prendre en compte la dimension interpersonnelle dans le champ de la gestion du stress en contexte sportif, en explorant ainsi le coping au niveau collectif (Crocker, Tamminen & Gaudreau, 2015 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Pour appréhender le coping au niveau collectif, deux approches peuvent être utilisées. La première consisterait à examiner le coping dans l'équipe (i.e., *coping in team*), c'est-à-dire la manière dont chaque individu fait face au stress dans une équipe, et les effets de cette somme de coping individuels sur les autres individus et sur les résultats de l'équipe. La seconde consisterait à examiner le coping de l'équipe (i.e., *coping of team*), c'est-à-dire la manière dont l'équipe dans son ensemble fait face au stress collectivement (Tamminen & Gaudreau, 2014).

L'étude du « *coping of team* », également appelé « *communal coping* » pourrait s'appréhender à travers le modèle du *communal coping* de Lyons, Mickelson, Sullivan, et Coyne (1998). Ce dernier a été décrit et appliqué dans des contextes très éloignés des enjeux de la performance sportive (e.g.,

psychologie de la famille, de la santé, des catastrophes naturelles - Afifi, Hutchinson, & Krouse, 2006 ; Helgeson, Jakubiak, Van Vleet, & Zajdel, 2018 ; Wlodarczyk et al., 2016) mais pourrait être étudié spécifiquement dans le contexte sportif pour déterminer ses formes, ses fonctions et ses mécanismes d'action au sein des équipes de sports collectifs. Ces recherches en contexte sportif pourraient alors permettre de comprendre davantage les mécanismes collectifs sous-jacents à la performance des équipes, en tentant notamment d'étudier comment des construits collectifs tels que la cohésion et l'efficacité collective ; ou des construits interpersonnels tels que la régulation émotionnelle interpersonnelle et la résilience collective influencent la gestion collective du stress.

L'objet principal de ce travail doctoral est d'étudier la dimension interpersonnelle de la gestion du stress dans les équipes de sports collectifs et plus particulièrement en football pour : (a) identifier et caractériser les stratégies de *communal coping* développées par les athlètes de sports collectifs en situation de compétition ; (b) comprendre les mécanismes psychologiques sous-jacents à l'engagement des équipes dans ces stratégies collectives de gestion du stress.

La défense de cette thèse s'articule autour de deux grandes parties. La première partie est consacrée à l'exposé du cadre théorique général. Le premier chapitre présente ainsi le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) et recense les principales études relatives au stress et au coping des athlètes en situation de compétition ayant adopté une approche intrapersonnelle de ces construits. Le deuxième chapitre a pour objet de présenter le modèle de *communal coping* de Lyons et ses collaborateurs (1998) et les études menées en psychologie de la santé, de la famille et des catastrophes naturelles s'appuyant sur ce modèle et utilisant ainsi une approche interpersonnelle pour décrire la gestion collective du stress. Ce deuxième chapitre vise également à présenter des construits psychologiques impliquant autrui dans des réactions d'adaptation en situation de performance sportive, tels que le soutien social, le coping dyadique, la résilience collective et la régulation émotionnelle interpersonnelle. Le troisième chapitre questionne les outils de mesure du coping, à la fois dans sa dimension intrapersonnelle en sport, mais également dans sa dimension interpersonnelle dans différents domaines de la psychologie. Enfin, le quatrième chapitre permet une compréhension des mécanismes explicatifs du coping en présentant ses antécédents, d'une part dans le contexte sportif dans sa dimension intrapersonnelle, et d'autre part dans des contextes relatifs à la santé et à la famille dans sa dimension interpersonnelle.

La deuxième partie de ce travail doctoral présente le programme de recherche qui est composé de trois études. L'objet de la première étude est de caractériser, de manière qualitative, les stratégies de *communal coping* développées par les athlètes de sports collectifs en situation de compétition. La deuxième étude présente le développement et la validation d'un outil psychométrique permettant de

mesurer les stratégies de *communal coping* des athlètes. En utilisant cet outil validé, la troisième étude de ce programme de recherche vise à comprendre l'engagement des joueurs et joueuses de football dans des stratégies particulières de *communal coping*. En s'appuyant sur les cadres théoriques de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) et le modèle du *communal coping*, les contributions d'antécédents spécifiques tels que la cohésion et l'intelligence émotionnelle seront étudiées, ainsi que le rôle médiateur des évaluations cognitives collectives. Les deux premières études de ce programme de recherche seront présentées sous la forme d'articles publiés dans les revues *Frontiers in Psychology* et *Psychology of Sport and Exercise*, tandis que la dernière, dont le manuscrit est en préparation est rédigée sous forme d'étude en français.

1. La théorie cognitivo-motivationale-relationnelle des émotions : un cadre théorique de référence pour étudier le stress et le coping en sport

En situation de performance, les athlètes sont confrontés à une série d'exigences physiques, techniques, tactiques et psychologiques auxquelles ils doivent faire face pour maximiser leur chance de réussite (Gaudreau & Blondin, 2002 ; Holt & Dunn, 2004). Ainsi, l'accomplissement des résultats sportifs ne requiert pas uniquement des qualités physiques mais également des fortes compétences psychologiques et émotionnelles pour maintenir un niveau de performance élevé malgré les difficultés rencontrées (Hanin, 2010 ; Uphill & Jones, 2012). Cette capacité à faire face au stress (i.e., coping) a été largement étudiée dans la littérature en psychologie du sport, en s'appuyant notamment sur la Théorie Cognitivo-Motivationale Relationnelle des émotions (CMRT - Cognitivo-Motivational-Relational Theory ; Lazarus, 1991, 1999) qui représente aujourd'hui le modèle le plus largement utilisé pour étudier le stress et le coping des athlètes en compétition (Nicholls & Polman, 2007).

L'utilisation de cette théorie dans les recherches en psychologie du sport a permis de produire des connaissances approfondies quant à la manière dont les athlètes font face au stress en contexte sportif de compétition. Après avoir présenté la conceptualisation du stress et du coping selon la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), la section suivante proposera un état des lieux des connaissances relatives aux stressseurs et aux émotions les plus couramment expérimentés, pour ensuite souligner les champs d'investigation qu'il reste à explorer pour mieux comprendre les processus collectifs d'adaptation au stress des athlètes en contexte de performance.

1.1. Conceptualisation du stress et du coping selon la CMRT

La CMRT (Lazarus, 1991, 1999) décrit le stress comme un processus transactionnel qui implique une relation dynamique entre un individu et son environnement au cours d'un processus de double évaluation cognitive (Figure 1). L'évaluation cognitive primaire est le processus à travers lequel un individu évalue, interprète et juge la signification et la portée d'un événement. Au cours de cette

première évaluation, l'individu évalue les demandes spécifiques émanant de son environnement (i.e., stressseurs) par rapport à ses valeurs personnelles, ses objectifs, ses croyances et ses intentions. Si une situation a été premièrement jugée comme préjudiciable, menaçante, stimulante, ou même bénéfique, la personne est tenue de faire face à la situation (Lazarus, 1999). L'évaluation cognitive secondaire amène alors la personne à évaluer ses ressources disponibles (i.e., ses options de coping possibles) pour gérer la situation. Cette double évaluation cognitive peut influencer l'expérience émotionnelle des individus. Par exemple, en contexte sportif, si un athlète a une perception de ses ressources insuffisantes pour faire face aux stressseurs rencontrés dans son environnement, il sera davantage enclin à ressentir des émotions telles que la peur ou l'anxiété (i.e., émotions liées à la perception de menace), tandis que si l'évaluation des exigences et de ses ressources est davantage équilibrée, il peut ressentir de l'enthousiasme ou de la détermination (i.e., émotions liées à la perception de défi) (Neil, Hanton, Mellalieu, & Fletcher, 2011). Ces évaluations jouent également un rôle important dans l'adoption de stratégies de gestion du stress particulières (i.e., stratégies de coping), utilisées pour gérer les éléments de la transaction individu-environnement et/ou réguler les émotions et pensées qui en découlent.

Dans la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), le coping est décrit comme « *l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux constamment changeants que déploie l'individu pour gérer les exigences internes / ou externes, évaluées comme consommant ou excédant ses ressources* » (Lazarus & Folkman, 1984, p. 141). Les stratégies de coping des athlètes leur permettent alors de faire face aux exigences de situations stressantes rencontrées dans leur environnement sportif et/ou aux émotions qui en découlent. Elles peuvent ainsi modifier activement la transaction personne-environnement et/ou réguler l'expérience émotionnelle des athlètes. Le coping peut être appréhendé au niveau micro-analytique permettant ainsi l'identification des types spécifiques de stratégies de coping (e.g., contrôle des pensées, augmentation des efforts, discours interne, résolution de problème, recherche de soutien, etc.) ; ou au niveau macro-analytiques en regroupant les stratégies de coping en catégories d'ordre supérieur répondant à des fonctions communes (Skinner, Edge, Altman, & Sherwood, 2003). À l'origine, Lazarus et Folkman (1984) ont proposé une catégorisation du coping mettant en avant deux fonctions : le coping centré sur le problème et le coping centré sur l'émotion. Le coping centré sur le problème fait référence aux actions d'une personne pour changer la situation, tandis que le coping centré sur l'émotion vise à réguler les réactions émotionnelles provoquées par la situation stressante. Plus tard, une troisième dimension, l'évitement, a été introduite dans la littérature par Krohne (1993). L'évitement comprend les efforts comportementaux et cognitifs pour se dégager d'une situation stressante. D'autres classifications ont proposé de regrouper les stratégies de coping

en deux catégories d'ordre supérieur que sont l'engagement et le désengagement (l'individu affronte ou se retire de la situation, Skinner et al., 2003). En 2001, Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen et Wadsworth ont proposé trois dimensions d'ordre supérieur au coping : le coping centré sur la tâche (pour diminuer le stress), la distraction (pour orienter son attention sur des aspects non reliés au facteur stressant) ou le désengagement (pour se désengager de ses objectifs personnels dans la situation stressante).

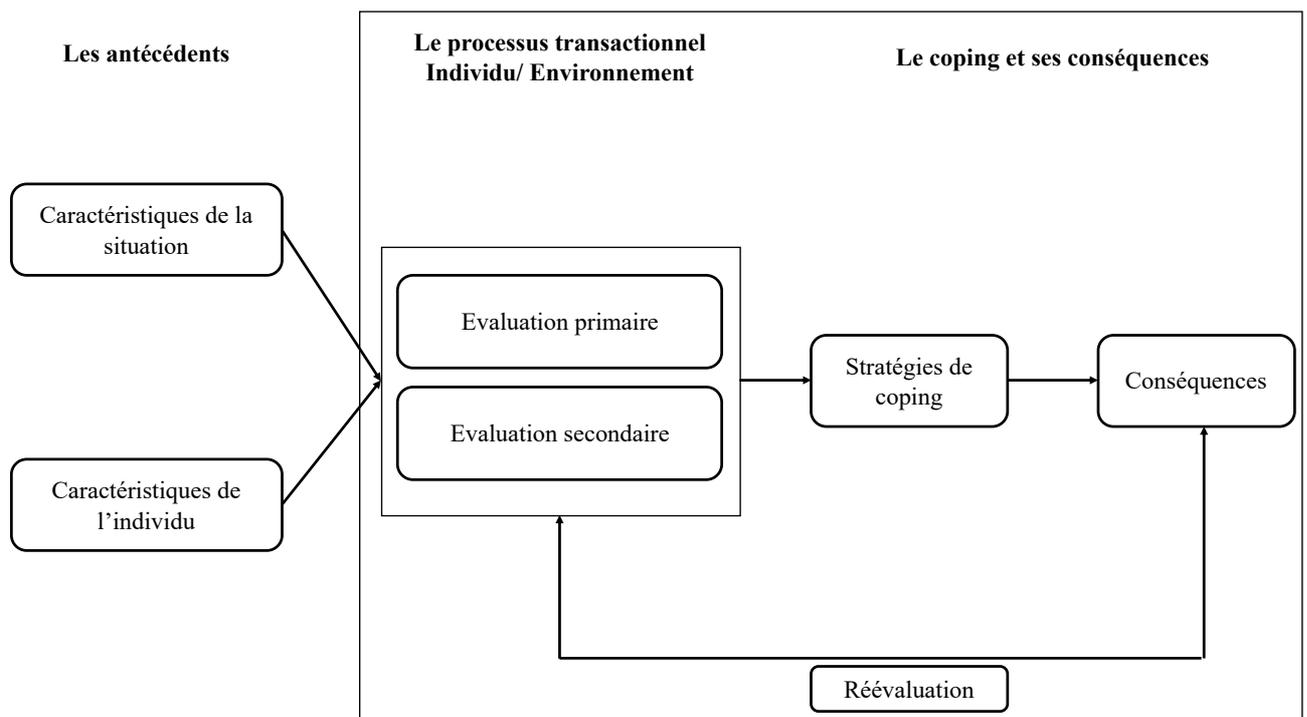


Figure 1. La conceptualisation du stress et du coping selon la CMRT (Lazarus, 1991, 1999)

La CMRT (Lazarus, 1991, 1999) a été appliquée dans de nombreux domaines (e.g., psychologie du travail, psychologie de l'éducation, etc.), dont le contexte sportif où plusieurs recherches ont porté sur les stressseurs rencontrés et les émotions expérimentées par les athlètes dans leurs activités compétitives, ainsi que sur leurs stratégies de coping développées pour y faire face.

1.2. Les stressseurs spécifiques au contexte sportif

L'application de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) au contexte sportif a mis en évidence que dans leurs activités compétitives, les athlètes sont régulièrement confrontés à des sources de stress particulières telles que l'enjeu du match, la qualité de l'adversaire, les attentes du staff envers leur performance. Les deux sous-sections suivantes présenteront les résultats de ces travaux puis

souligneront la nature interpersonnelle des stressseurs couramment rencontrés par les athlètes de sports collectifs en situation de compétition.

1.2.1. **Identification et classification des stressseurs en sport**

Ces dernières années, de nombreuses études ont mis en évidence des stressseurs spécifiques au contexte sportif, auxquels les athlètes doivent régulièrement faire face en situation de performance. Ces stressseurs peuvent être d'ordre compétitif ou organisationnel. Le stress compétitif peut être défini comme une transaction entre un individu et les exigences de son environnement qui sont associées directement avec la performance, tandis que pour le stress organisationnel les exigences de l'environnement sont reliées à l'organisation dans lesquelles les athlètes évoluent (Hanton et al., 2005). Les stressseurs compétitifs (e.g., la confrontation à un adversaire plus performant) et organisationnels (e.g., les relations avec un entraîneur) peuvent agir tous les deux en situation de performance pour les athlètes.

Concernant les stressseurs organisationnels, plusieurs études ont mis en avant l'importance de stressseurs liés aux questions de leadership, de relations dans l'équipe, de conditions matérielles, de projet de carrière ou de performance individuelle (Hanton et al., 2005 ; Mellalieu et al., 2009). Récemment, ces résultats ont été synthétisés dans la méta-analyse d'Arnold et Fletcher (2012) dans laquelle sont analysées 34 études qualitatives portant sur les stressseurs organisationnels rencontrés par les athlètes. Six cent quarante stressseurs ont été référencés avant d'être regroupés en quatre catégories de stressseurs : (a) ceux liés au leadership et aux inquiétudes personnelles concernaient principalement les relations avec l'entraîneur ou l'ensemble du staff ; (b) ceux associés aux inquiétudes collectives et culturelles étaient reliés à une atmosphère inconfortable dans l'équipe avec des interactions néfastes entre coéquipiers, un manque de clarté dans les rôles de chacun, une absence de direction commune ; (c) ceux associés aux inquiétudes environnementales et logistiques concernaient des composantes de l'organisation des compétitions telles que les voyages, le logement, les processus de sélection des athlètes ; (d) ceux liés à la performance individuelle renvoyaient principalement à la peur de se blesser et aux conséquences financières et à la suite de carrière. Les stressseurs compétitifs, quant à eux, sont davantage associés aux questions de niveau de préparation, aux blessures, aux attentes et exigences de la compétition, à l'estime de soi physique ou la qualité de l'opposition (Hanton et al., 2005 ; Mellalieu et al., 2009). Parmi les stressseurs organisationnels et compétitifs, certains se manifestent spécifiquement en contexte de match ou de compétition. Bien qu'ils soient nombreux et variés, certains d'entre eux sont récurrents dans les études. Ainsi des stressseurs comme les relations avec l'entraîneur, les questions de performance individuelle insuffisante au regard des exigences compétitives, les relations interpersonnelles, la qualité de

l'adversaire, la peur de commettre des erreurs ou la peur de se blesser sont fréquemment cités par les athlètes lorsqu'ils évoquent les événements pouvant les perturber en situation même de compétition (Anshel & Wells, 2000 ; Holt & Hogg, 2002 ; Nicholls, Holt, Polman, & James, 2005 ; Nicholls, Holt, Polman, & Bloomfield, 2006 ; Nicholls & Polman, 2007 ; Noblet & Gifford, 2002 ; Reeve, Nicholls, & McKenna, 2009).

Dans le contexte des sports collectifs, plusieurs études (e.g., Anshel & Wells, 2000 ; Holt & Hogg, 2002) ont souligné que les stressseurs rencontrés par les athlètes de ces disciplines étaient régulièrement reliés à des problématiques interpersonnelles. Par exemple, Anshel et Wells (2000) ont étudié les stressseurs rencontrés par des joueurs d'une équipe de basket. Leurs résultats ont mis en évidence cinq catégories de stressseurs dont quatre impliquaient *à minima* une tierce personne : les conflits interpersonnels, les décisions arbitrales, l'influence de l'adversaire et le comportement de l'équipe. Ces résultats suggèrent ainsi que les stressseurs expérimentés par les équipes de sports collectifs possèdent une dimension interpersonnelle. Une des limites cependant des conclusions de cette étude réside dans l'approche intrapersonnelle utilisée par les auteurs. En effet, malgré une exploration des stressseurs en sports collectifs, les auteurs ont adopté une approche intrapersonnelle en interrogeant les athlètes sur les stressseurs qu'ils rencontraient individuellement, sans questionner si ces stressseurs pouvaient être expérimentés par plusieurs joueurs ou l'équipe dans son ensemble. Récemment, de nouveaux travaux ont tenté de dépasser cette limite, en adoptant une perspective interpersonnelle pour étudier les stressseurs rencontrés par les athlètes de sports collectifs.

1.2.2. **La dimension interpersonnelle des stressseurs en sport**

Les stressseurs rencontrés par les athlètes de sports collectifs peuvent posséder une dimension interpersonnelle (a) soit parce qu'ils sont liés aux interactions sociales qui émanent de l'environnement du sportif (e.g., une remarque du coach, des conflits entre coéquipiers, une réprimande d'un officiel), (b) soit parce que certains stressseurs évalués individuellement par les athlètes (e.g., blessure, erreur individuelle) peuvent être perçus comme stressant pour les autres membres de leur équipe, (c) soit parce que les stressseurs sont directement évalués collectivement par l'ensemble du groupe (e.g., faire face à un adversaire particulier) (Crocker et al., 2015 ; Holt & Hogg, 2002 ; Tamminen & Gaudreau, 2014).

Afin de mieux comprendre cette dimension interpersonnelle des stressseurs en sport collectif, Doron et Bourbousson (2017) ont mené une étude auprès d'une équipe de basket pour prendre en compte le partage des stressseurs au sein de celle-ci. Pour cela, les auteurs ont examiné dans quelle mesure les stressseurs évalués individuellement étaient également expérimentés simultanément par des coéquipiers évoluant dans la même équipe. Après avoir interrogé individuellement neuf joueurs

de basket d'une même équipe (à l'aide d'entretiens d'auto-confrontation) sur les stressseurs rencontrés au cours d'un match, ils ont ensuite analysé dans quelle mesure certaines sources de stress étaient également vécues par d'autres joueurs et le degré de synchronisation de ces stressseurs au cours du match. Les résultats ont mis en évidence six configurations de stressseurs partagés par les membres de l'équipe au cours du match :

- (a) Un joueur commet une erreur et cette erreur est suffisamment importante pour générer du stress pour l'ensemble de l'équipe et pour lui.
- (b) Un joueur commet une erreur et cette erreur est suffisamment importante pour générer du stress pour l'ensemble de l'équipe mais non pour lui.
- (c) Un événement extérieur est perçu comme une source de stress pour le groupe (e.g., remarque du coach).
- (d) Plusieurs joueurs sont simultanément concernés par un problème de performance individuelle.
- (e) Plusieurs joueurs sont concernés par une baisse de performance de l'équipe ce qui génère du stress.
- (f) Plusieurs joueurs sont concernés par le niveau de l'équipe adverse ce qui génère du stress.

À notre connaissance, cette étude est la première à avoir utilisé cette approche pour mettre en avant la dimension commune des sources de stress en sport collectif. Ces résultats mettent en évidence que les stressseurs rencontrés par les athlètes de sports collectifs peuvent être vécus de manière commune par plusieurs de leurs coéquipiers. En sports collectifs, les sources de stress ne sont pas les seules à pouvoir être expérimentées conjointement. Il semble en effet que les émotions qui résultent de la confrontation aux stressseurs puissent également être vécues collectivement dans les équipes.

1.3. Les émotions spécifiques au contexte sportif

L'application de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) au contexte sportif a également mis en évidence que les athlètes expérimentent dans leurs activités compétitives de nombreuses émotions. Les deux sous-sections suivantes présenteront ces émotions avant de mettre en évidence leur nature sociale en contexte sportif.

1.3.1. Identification des émotions en sport

S'appuyant sur le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), plusieurs recherches ont étudié les émotions que les athlètes sont amenés à réguler en situation de compétition (e.g., Campo Mellalieu, Ferrand, Martinet, & Rosnet, 2012 ; Cerin, 2003 ; Nicholls, Jones, Polman, Borkoles, 2009 ; Tamminen & Crocker, 2013 ; Uphill & Jones, 2007). Ces dernières ont mis en évidence que

les athlètes peuvent ressentir dans leur activité compétitive des émotions dont le spectre large englobe l’anxiété, la colère, la culpabilité, la honte, la tristesse, la joie, la fierté ou le soulagement (Uphill & Jones, 2007). Ces émotions ont été classées en deux catégories dont la première à valence positive regroupe des émotions plaisantes telles que la joie, tandis que la seconde à valence négative comprend des émotions déplaisantes comme la tristesse ou la colère. Le lien entre ces valences émotionnelles et les effets sur la performance des athlètes doit être analysé de manière nuancée : si les émotions plaisantes sont de manière générale reliées à la performance (e.g., Cerin, 2003; Wilson, Wood, & Vine, 2009), les émotions déplaisantes ne sont pas toujours facteurs de contre-performance (e.g., Robazza & Bortoli, 2007; Woodman et al., 2009). À titre d’exemple, la revue de littérature de Campo et ses collaborateurs (2012) a mis en évidence une prévalence forte d’émotions de colère et d’anxiété chez les athlètes de sports de contact, ces deux dernières servant probablement à mobiliser les ressources des athlètes devant faire face à un défi physique tel qu’un match de rugby ou de hockey.

Tout comme pour les études portant sur les sources de stress en sport, les études sur les émotions expérimentées par les athlètes ont soulevé la nécessité d’observer ces phénomènes au niveau collectif, incitant ainsi à prendre en compte la nature collective de ces dernières en contexte sportif.

1.3.2. **La nature sociale des émotions en sport**

Dans leur environnement sportif, les athlètes sont en perpétuelle interaction avec autrui, en particulier avec leurs coéquipiers (Tamminen, Palmeeter et al., 2016). Par conséquent, les émotions qu’ils ressentent dans ce contexte peuvent, tout comme les stressseurs, être expérimentées par plusieurs de leurs coéquipiers. Ces dernières années, plusieurs recherches ont étudié la nature sociale des émotions en sport (Campo et al., 2012 ; Friesen, Devonport, Lane, & Sellars, 2015 ; Tamminen & Crocker, 2013 ; Tamminen, Palmeeter et al., 2016). Parmi ces études, la revue de littérature des émotions en sports de contact (Campo et al., 2012) a décrit en plus des émotions expérimentées par les athlètes, leurs antécédents, leurs stratégies de coping, et les modérateurs des expériences émotionnelles des athlètes. Il est mis en évidence l’importance des influences sociales sur les expériences émotionnelles des athlètes. En effet, l’influence des autres (e.g., relations négatives, critiques, comportements des coéquipiers) a été identifiée comme un antécédent des émotions négatives des athlètes dans plus de 58% des études examinées, alors que les erreurs individuelles des athlètes ont été identifiées comme des antécédents d’émotions négatives dans 52,9% des études examinées. Ces résultats soulignent ainsi l’importance d’autrui dans le vécu émotionnel des athlètes.

En plus d’être influencées par autrui, les émotions dans un groupe peuvent être communiquées à autrui. Ce phénomène résulte des processus de contagion émotionnelle par lesquels les membres

d'une équipe influencent les émotions ou les comportements de leurs coéquipiers au travers d'induction émotionnelle consciente ou inconsciente (Hatfield, Cacioppo, & Rapson, 1994). Ainsi, en sport collectif, il a été démontré que les manifestations émotionnelles des athlètes (e.g., manifestation de fierté après un penalty) pouvaient entraîner un vécu émotionnel similaire chez leurs coéquipiers et impacter le vécu émotionnel de l'équipe dans son ensemble, ainsi que sa performance (e.g., Moll, Jordet, & Pepping, 2010 ; Ronglan, 2007 ; Totterdell, 2000).

En s'appuyant sur le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), l'ensemble des travaux sur les stressseurs et les émotions des athlètes sus présentés a permis d'identifier et catégoriser les sources de stress spécifiques au contexte sportif, ainsi que les réponses émotionnelles des athlètes résultant de la confrontation à ces stressseurs en situation de performance. Pour faire face aux événements évalués comme stressants, ou pour faire face aux émotions en résultant, les athlètes peuvent développer des stratégies de coping.

1.4. Identification et classification des stratégies de coping en sport

Le coping, initialement conceptualisé dans le cadre général de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) a été largement repris et étudié en contexte sportif. Des connaissances approfondies quant à ses formes spécifiques (i.e., stratégies), et ses fonctions (i.e., dimensions) ont été mises en évidence dans la littérature de psychologie du sport. De la même manière que des classifications du coping ont été décrites dans le contexte général de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), en 2004 Gaudreau et Blondin ont proposé une classification du coping spécifique au contexte sportif. En s'appuyant sur la classification du coping de Compas et al. (2001), ces auteurs ont proposé trois dimensions au coping des athlètes : (a) le coping orienté vers la tâche visant à maîtriser une situation stressante à l'aide de stratégies telles que l'analyse logique, l'imagerie ou la relaxation ; (b) le coping orienté vers la distraction impliquant une focalisation sur des éléments non reliés à la situation stressante en utilisant des stratégies de distraction ou distanciation ; (c) le coping orienté vers le désengagement entraînant une rupture dans la volonté et les moyens déployés par l'athlète pour atteindre ses buts, par l'utilisation de stratégies telles que la ventilation des émotions ou le désengagement (Gaudreau & Blondin, 2004a).

En réalisant une méta-analyse sur le coping en sport, Nicholls et ses collaborateurs (2016) ont mis en évidence que les recherches sur le sujet s'ancrent dans des conceptions différenciées du coping et qu'aucune classification, générales ou spécifiques au contexte sportif, n'a fait consensus. Selon ces

auteurs, cette absence de consensus est préjudiciable car elle empêche les comparaisons des résultats obtenus dans les études portant sur le coping des athlètes et utilisant l'une de ses classifications générales ou spécifiques. Pour tenter de répondre à cette problématique, ces auteurs ont proposé une nouvelle classification du coping en reprenant les forces, les limites et les différences des précédentes classifications. Leur classification propose alors trois dimensions de stratégies de coping. La première catégorie, le coping centré sur la maîtrise, inclut des stratégies par lesquelles les athlètes essaient de maîtriser une situation stressante et d'éliminer le stress. Les stratégies répertoriées au sein de cette catégorie comprennent le coping centré sur la tâche et le problème, l'engagement, l'approche, la fixation des objectifs, la préparation mentale, la concentration, la confiance, la motivation à l'accomplissement, la « coachabilité » et le fait de faire face à l'adversité. La seconde catégorie, la régulation interne, inclut des stratégies par lesquelles les athlètes essaient de réguler les réponses internes générées par le stress telles que les stratégies de coping centré sur les émotions, la distraction, l'acceptation et l'évitement. Enfin, la troisième catégorie, le coping centré sur le désengagement des objectifs, inclut des stratégies conduisant les athlètes à cesser leurs efforts pour atteindre un objectif. Les stratégies identifiées au sein de cette catégorie comprennent le coping orienté vers le désengagement, le désengagement mental et comportemental, la ventilation des émotions.

Ainsi, l'identification des stratégies de coping en sport et leur classification ont représenté ces dernières années un enjeu majeur pour comprendre les processus d'adaptation des athlètes face au stress. Diverses classifications ont été proposées, jusqu'à la récente classification de Nicholls et ses collaborateurs (2016) qui tente de faire consensus dans la littérature en psychologie du sport. À travers ces classifications, l'identification des fonctions d'ordre supérieur auxquelles les stratégies de coping répondent a permis de mieux comprendre leur utilisation et a ouvert un champ d'investigation sur leurs conséquences possibles, notamment celles relatives à la performance (cf., Nicholls et al., 2016 pour une méta-analyse).

En revanche, l'ensemble des études menées en psychologie du sport sur le stress et le coping des athlètes a été conduit au niveau de l'individu (i.e., approche intrapersonnelle), en se centrant sur l'athlète, ses stressors et ses stratégies, sans prendre en compte l'ensemble de ces processus au niveau des équipes (Crocker et al., 2015 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Or, en contexte sportif, et plus particulièrement en sport collectif, il a été montré que les stressors rencontrés par les athlètes et les émotions qui en découlent peuvent être partagés et impacter plusieurs coéquipiers, jusqu'à l'équipe dans son ensemble parfois. Plusieurs auteurs ont alors souligné que, pour faire face à ces stressors ou émotions communs, les stratégies de coping des athlètes émanent souvent d'une coordination d'efforts individuels et collectifs (Friesen et al., 2013). Or, la nature collective (i.e.,

interpersonnelle) des stratégies de coping n'a pas été étudiée à ce jour dans la littérature de psychologie du sport et un nouveau champ reste à explorer pour comprendre ces processus d'adaptation non plus au niveau de l'athlète mais au niveau de l'équipe. Si les études sur le coping en contexte sportif n'ont pas permis jusqu'à aujourd'hui une prise en compte de sa dimension interpersonnelle, dans d'autres domaines de la psychologie des travaux ont investigué la manière dont plusieurs individus font face ensemble à des stressors communs en se basant sur le modèle de *communal coping* (Lyons et al., 1998). La présentation de ce modèle dans le chapitre suivant permettra de mieux comprendre les processus d'adaptation au stress au niveau collectif et d'envisager son utilisation pour les équipes sportives.

1.5. Résumé

Ce premier chapitre a présenté le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), théorie référente pour étudier le stress et le coping en sport. Selon cette théorie, le stress émane d'une interaction entre l'individu et son environnement. L'adaptation au stress résulte ensuite d'un processus de double évaluation cognitive au cours duquel l'individu évalue les exigences de la situation et ses ressources disponibles pour faire face. Cette double évaluation conduit à la genèse d'émotions pour le sportif et à l'utilisation de stratégies de coping pour gérer ces émotions et/ou faire face à l'évènement évalué comme stressant. Le coping représente alors l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux déployés pour gérer ce stress (Lazarus & Folkman, 1984). De nombreuses études utilisant ce référentiel théorique se sont intéressées à l'identification des stressseurs rencontrés par les athlètes en situation de compétition (Arnold & Fletcher, 2012 ; Hanton, et al., 2005 ; Mellalieu, et al, 2009). Plusieurs de ces études ont mis en avant la nature interpersonnelle des stressseurs rencontrés par les athlètes (Anshell & Wells, 2000 ; Doron & Bourbousson, 2017 ; Holt & Hogg, 2002). De la même manière, les études portant sur les émotions expérimentées par les athlètes ont mis en évidence la nature sociale des émotions (Campo et al., 2012 ; Friesen et al., 2013 ; Tamminen, Palmeeter et al., 2016 ; Tamminen & Crocker, 2013). Ainsi, les stressseurs peuvent être expérimentés communément par plusieurs coéquipiers dans une équipe, et les émotions peuvent être influencées par des membres de l'équipe (i.e., origine sociale des émotions) ou influencer les membres de l'équipe (i.e., contagion émotionnelle). Les études menées sur le coping, quant à elles, ont permis de mettre en évidence les stratégies utilisées par les athlètes et les fonctions d'ordre supérieur auxquelles elles répondent (cf., Nicholls et al., 2016 pour une méta-analyse). Cependant, ces études ont utilisé des approches intrapersonnelles pour étudier ces mécanismes d'adaptation au niveau de l'athlète. Or, le partage des stressseurs et des émotions laisse penser que, dans les équipes, les efforts déployés pour faire face devraient également impliquer autrui. Ce premier chapitre amène donc à envisager une exploration des processus de stress et de coping des athlètes, non plus au niveau individuel, mais au niveau collectif, en prenant en compte leur dimension interpersonnelle.

2. Le *communal coping* : une approche interpersonnelle du stress et du coping

Si la dimension interpersonnelle du stress et du coping a été peu explorée en contexte sportif, il n'en demeure pas moins que, dans d'autres champs de la psychologie, plusieurs chercheurs ont investigué ces mécanismes d'adaptation au stress au niveau interpersonnel. En 1998, Lyons et ses collaborateurs ont proposé un cadre d'analyse de ces processus qui servira de bases pour étudier le concept de *communal coping*. Sans pour autant représenter un cadre de référence en psychologie comme l'est la théorie cognitivo-motivationale relationnelle des émotions (CMRT- Lazarus, 1991, 1999), ce cadre d'analyse a été utilisé dans divers contextes où des individus expérimentent des stressors communs et y font face de manière collective (e.g., divorce ou maladie dans une famille ; exposition à une catastrophe naturelle). Ce chapitre présentera le modèle du *communal coping* décrit par Lyons et ses collaborateurs (1998), ainsi que les travaux ayant utilisé ce cadre d'analyse pour étudier les processus collectifs d'adaptation au stress, avant d'envisager une adaptation de ce modèle au contexte sportif.

2.1. Conceptualisation du stress et du coping collectif selon le modèle de *communal coping*

Selon Lyons et al. (1998), le *communal coping* se met en place lorsqu'un événement stressant survient dans un contexte de relations sociales étroites (e.g., dans une famille, dans une communauté touchée par une catastrophe naturelle, des guerres ou des attentats). Ce stressor est évalué par les individus le rencontrant comme « notre » problème (i.e., évaluation sociale) et non comme « mon » ou « ton » problème (i.e., évaluation individuelle). En réponse à ce stressor commun, les individus peuvent joindre leurs efforts et s'engager dans des actions coopératives pour faire face ensemble. Ils partagent ainsi la responsabilité du stressor et « *activent des processus de coping partagés et collaboratifs* » [Traduction libre] (Lyons et al., 1998, p. 583).

Afin de caractériser ce construit, Lyons et ses collaborateurs (1998) ont proposé un cadre d'analyse du *communal coping* selon deux dimensions : l'évaluation et l'action. La dimension « évaluation » représentée sur l'axe vertical (Figure 2) symbolise les variations avec lesquelles le stressor est appréhendé comme mon problème (approche individuelle) ou notre problème (approche collective). Cet axe représente l'évaluation cognitive du *communal coping* : est-ce que les cognitions

des individus concernés par le stress se s'orientent vers une perception individuelle ou collective (Basinger, 2018). La dimension « action », qui est quant à elle représentée sur l'axe horizontal (figure 2) symbolise la manière dont les stratégies sont mises en place de manière individuelle ou collective. Le *communal coping* se situe dans le cadran supérieur de droite (figure 2), impliquant une évaluation partagée et des actions collectives.

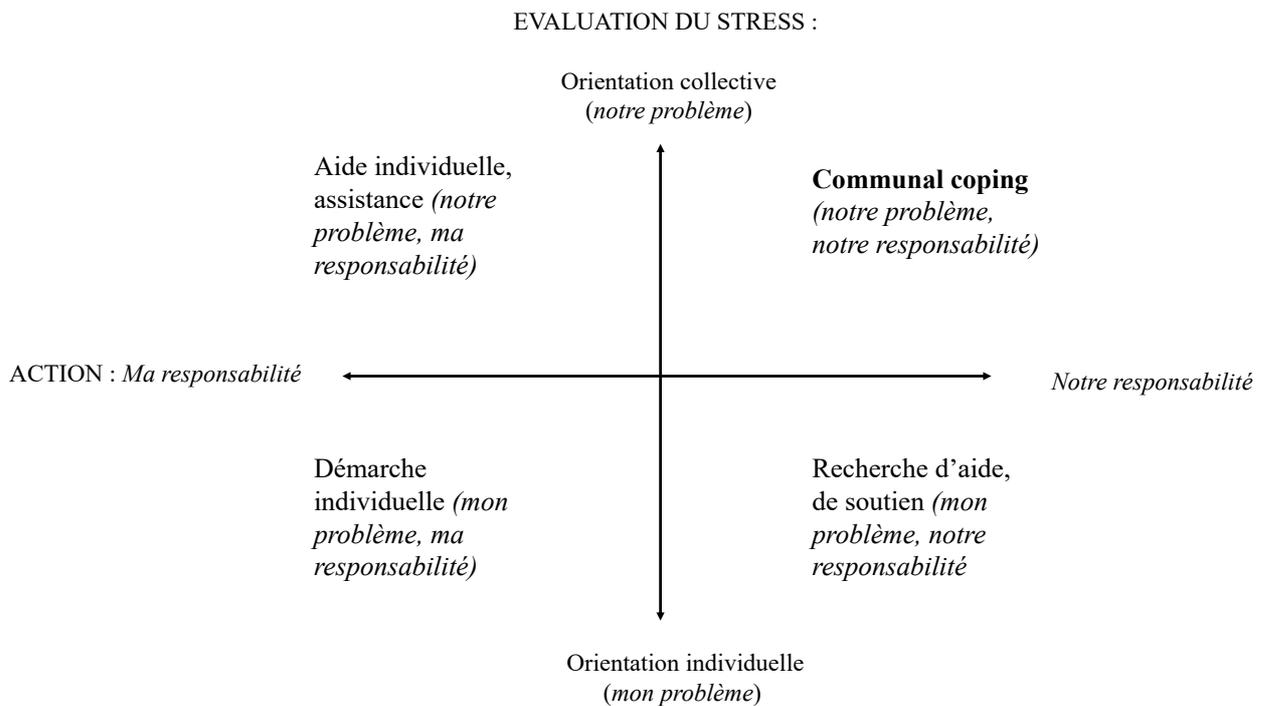


Figure 2 : Le cadre d'analyse du *communal coping* de Lyons et al. (1998)

Ce cadre d'analyse permet de distinguer le *communal coping* du coping individuel, de la recherche de soutien ou des stratégies d'aide individuelle. Grâce aux exemples suivants issus des travaux sur le coping en psychologie de la santé et de la famille, nous allons mettre en avant le caractère distinctif du *communal coping* vis-à-vis de ces différents construits.

2.1.1. **Caractérisation du *communal coping* vis-à-vis du coping individuel**

Dans le modèle de Lyons et al. (1998), le coping individuel se met en place quand un individu évalue une source de stress comme « son problème » et en assume seul la responsabilité (Figure 2). Bien que le coping individuel puisse se développer en contexte social (e.g., dans une famille), il ne relève pas d'évaluation et d'action partagées. Afifi et al. (2006) ont ainsi mis en évidence que, dans une famille impactée par un divorce par exemple, un individu touché par un stresser peut se trouver

dans une situation de coping individuel, si les membres de sa famille ne perçoivent pas le stresser en question ou s'ils considèrent qu'il ne leur appartient pas, et ne partagent pas la responsabilité d'y faire face (e.g., une mère de famille qui cache les soucis financiers consécutifs au divorce à ses enfants). Ainsi, bien que le stresser survienne en contexte social, son évaluation et les stratégies développées pour y faire face sont individuelles et relèvent du coping individuel et non du *communal coping*.

2.1.2. **Caractérisation du *communal coping* vis-à-vis de la recherche de soutien**

La recherche de soutien, quant à elle, se met en place quand un individu recherche de l'aide auprès d'autrui pour faire face à un stresser qui le concerne directement : « *c'est mon problème mais vos responsabilités peuvent être engagées pour y faire face à avec moi* » (Figure 2). Ainsi la source de stress relève ici d'une problématique individuelle mais les responsabilités sont partagées avec plusieurs membres du groupe. Helgeson et al. (2018) ont par exemple décrit ces situations dans le cas de la maladie affectant un membre du couple. Le « patient » peut estimer que sa maladie est son problème, mais demander de l'aide à son partenaire pour y faire face. Ainsi, bien que le couple puisse faire face ensemble suite à cette demande, cela ne relève pas du *communal coping*. Cela le devient quand, dans le couple, la maladie est perçue comme « notre problème » par les deux partenaires.

2.1.3. **Caractérisation du *communal coping* vis-à-vis de l'aide individuelle**

Les stratégies d'aide individuelle se développent quand un stresser est perçu comme partagé, mais que la responsabilité d'y faire face reste individuelle, portée par une personne : « *c'est notre problème mais seule ma responsabilité est engagée* » (Figure 2). Dans le cas d'une famille touchée par un divorce, cette situation est par exemple décrite par Afifi et al. (2006) lorsque l'un des parents reconnaît que le divorce représente une source de stress pour l'ensemble de sa famille (et particulièrement pour ses enfants) mais qu'il engage seul sa responsabilité d'y faire face en venant en aide individuellement à chacun des membres de la famille, cela ne relevant pas du *communal coping*. Pour que cela le devienne, il est nécessaire que les membres de la famille se perçoivent comme un tout, travaillant à l'unisson pour faire face ensemble au stresser commun qui les touche.

Par ces différents exemples, nous comprenons que le *communal coping* ne relève pas seulement de stratégies de coping qui se développent dans un contexte social ou qui implique la participation d'autrui. Il requiert que les différents membres du groupe évaluent le stresser comme partagé, en

partagent la signification et la responsabilité, et qu'ils agissent ensemble pour y faire face (Afifi et al., 2006). En plus de ces deux dimensions d'évaluation et d'action partagées, Lyons et al. (1998) ont décrit trois composantes nécessaires dans les groupes pour que ces derniers s'engagent dans des processus de *communal coping*, en développant notamment des stratégies collectives qui seront décrites ci-après.

2.1.4. Les trois composantes du *communal coping*

Lyons et al. (1998) ont défini trois composantes nécessaires à l'engagement de groupes dans des processus de *communal coping* :

- (a) Une *orientation collective de faire* à travers laquelle croire que joindre les efforts pour faire face à un problème particulier est bénéfique, nécessaire et/ou attendu.
- (b) Une *communication* à propos du stresser, des circonstances de son apparition et de sa signification pour le groupe (*Que se passe-t-il ? En quoi ce stresser nous affecte nous et nos relations, quels impacts possibles pouvons-nous anticiper ?*)
- (c) Des *actions coopératives* lors desquelles les individus collaborent pour construire des stratégies qui vont les amener à réduire les impacts négatifs du stresser et faire face aux demandes d'adaptation qu'imposent les circonstances.

La question des formes spécifiques de ces actions coopératives a été relativement peu explorée dans la littérature, que ce soit dans les champs de la santé ou des catastrophes naturelles où le *communal coping* a été principalement étudié. Or, selon Afifi, Felix et Afifi (2012), la caractérisation des formes du *communal coping* (i.e., stratégies de *communal coping*) demeure un enjeu majeur dans l'étude de ces processus collectifs d'adaptation au stress. Malgré le nombre relativement restreint d'études empiriques étudiant ces éléments, la partie suivante exposera les différentes stratégies de *communal coping* mises en avant à ce jour dans les contextes du divorce dans les familles.

2.2. Les stratégies de *communal coping*

Dans le contexte des familles confrontées à un divorce, Afifi et al. (2006) ont mis en évidence les stratégies collectives utilisées par la famille telles que des stratégies visant à résoudre le problème, s'organiser, planifier la vie de la famille et adopter une communication « *we-language* » pour parler du divorce (i.e., utiliser la première personne du pluriel pour aborder le problème).

D'autres études menées dans le contexte des catastrophes naturelles ont également permis de renseigner la nature des stratégies collectives de coping. En effet, les situations de catastrophes

naturelles telles que les tremblements de terre ou les incendies sont des situations permettant d'étudier le *communal coping* car elles impliquent et exposent plusieurs individus à un stress intense et partagé. Parce que ces situations pourraient contraindre l'engagement des personnes confrontées au stresser dans du coping collectif, plusieurs auteurs se sont intéressés à ces contextes pour étudier la nature des stratégies de *communal coping* (e.g., Lackner & Gurtman, 2004 ; Richardson & Maninger, 2016 ; Włodarczyk et al., 2016). Ainsi, Richardson et Maninger (2016) ont exploré les stratégies de *communal coping* utilisées par des survivants pour faire face à un ouragan. L'analyse des résultats a mis en évidence différentes formes de stratégies relevant de processus de *communal coping* dans la communauté interrogée. La première catégorie intitulée « *mutualité* » concerne des stratégies qui visent à partager le problème et les émotions associées. Elle décrit les relations réciproques entre des participants partageant leurs préoccupations, leurs problèmes, leurs interrogations. Cette communication autour du stresser permet de partager les cognitions des survivants et de reconnaître que chacun est impacté par la catastrophe. Elle permet également de partager les ressentis des différents survivants et de repérer leurs émotions communes. La seconde catégorie décrit les *stratégies de communal coping centrées sur le problème*. Ces stratégies sont caractérisées par des actions telles que l'assistance matérielle et le partage d'information. Enfin, la troisième catégorie concerne « *la co-construction d'un récit communautaire* ». Cet exercice consiste à faire raconter aux participants leurs expériences sous forme d'histoire. La co-construction d'un récit représente un outil de prévention des effets du traumatisme (Trees & Kellas., 2009). Cela permet aux participants de faire des liens entre leurs propres ressentis et le ressenti du groupe.

En 2016, Włodarczyk et ses collaborateurs ont investigué les types de stratégies de *communal coping* adoptées par des survivants pour faire face à un tremblement de terre au Chili. Les résultats de leur étude ont permis d'identifier quatre catégories de stratégies collectives de coping. La première catégorie comporte des stratégies visant à changer la situation et les relations sociales dans le groupe à travers des actions directes de résolution de problème, de recherche de contact, de soutien (instrumental ou émotionnel), et/ou des conseils auprès des membres confrontés directement au stresser. La seconde catégorie comprend des stratégies ayant pour objectif d'éviter la situation au travers d'actions volontaires pour s'échapper physiquement ou mentalement de la situation stressante. La troisième catégorie consiste en des stratégies collectives ayant pour objectif de rediriger l'attention (vers des pensées plaisantes) et modifier ses cognitions (en changeant son évaluation de la situation stressante). Enfin, la quatrième catégorie inclut des stratégies visant à réguler ses réponses émotionnelles, en faisant par exemple le choix d'inhiber ses propres émotions pour protéger le groupe, ou en échangeant et en réconfortant les membres du groupe pour les aider à faire face à leurs émotions.

Malgré une prise en compte de la dimension interpersonnelle du coping dans le champ des catastrophes naturelles, la description de ses stratégies reste limitée dans la littérature empirique du *communal coping*. En revanche, la question de ses conséquences dans les groupes a été davantage explorée, mettant en avant les effets du *communal coping* sur les individus et les groupes qui s'engagent dans de tels processus collectifs de gestion du stress.

2.3. Les conséquences du *communal coping*

Le développement de ces actions coopératives peut avoir plusieurs conséquences, à la fois pour le groupe qui développe ces stratégies, mais également pour les individus qui le composent. D'un point de vue théorique, Lyons et al. (1998) ont supposé que le *communal coping* pouvait avoir des conséquences sur le coping individuel puisque sa mise en place permet aux individus concernés de ressentir un bénéfice émotionnel à ne pas affronter seul un stressor en le partageant avec autrui. Le *communal coping* leur permet d'étendre leurs ressources de coping et leur capacité à faire face en offrant un répertoire étendu de réponses sur le moment, mais également à long terme, en accumulant les ressources disponibles. Le *communal coping* a également des conséquences sur les relations dans le groupe. Il peut faciliter sa cohésion et fournir des informations quant aux qualités de ses relations internes. Il permet à la fois le maintien des relations face à un événement stressant et/ou le développement de nouvelles relations. Il contribue ainsi au bien-être du groupe, parfois à sa résilience ou sa survie dans des cas extrêmes. Enfin, le *communal coping* a des effets directs sur le bien-être des individus qui composent le groupe. Il leur permet une meilleure intégration et une validation sociale de leur compétence et de leur valeur quand leur aide est sollicitée pour résoudre un problème. Il offre également à ces individus la satisfaction de surmonter l'adversité ensemble (Lyons et al., 1998).

Ces hypothèses théoriques ont été complétées par des études empiriques qui ont également démontré les conséquences individuelles et collectives du *communal coping*. D'un point de vue individuel, le *communal coping* semble favoriser chez les individus engagés dans ces processus un sentiment de sécurité, d'efficacité et de résilience (Afifi et al., 2006 ; Bonanno, Galea, Bucciarelli, & Vlahov, 2007), diminuer la détresse et l'anxiété (Koehly et al., 2008), et favoriser la rémission de certaines maladies (e.g., l'insuffisance cardiaque, Rohrbaugh, Mehl, Shoham, Reilly, & Ewy, 2008 ; l'alcoolisme, Rentscher, Soriano, Rohrbaugh, Shoham, & Mehl, 2017). D'un point de vue collectif, le développement de stratégies de *communal coping* dans les familles impactées par un divorce ou une communauté touchée par un tremblement de terre a respectivement mis en évidence les effets

tampons et protecteurs de ces stratégies pour les familles (Afifi et al., 2006) et un renforcement de l'identité sociale des groupes de survivants (Wlodarczyk et al., 2016).

Cette première partie de chapitre nous a éclairés sur la définition du *communal coping* au travers des processus d'évaluation et d'action partagés. Il a été notamment question de mettre en avant la nature spécifique de ces stratégies lorsqu'elles sont mobilisées dans des contextes tels que le divorce dans une famille, la maladie dans un couple ou la survenue de catastrophes naturelles. Ces stratégies de *communal coping* peuvent prendre la forme de résolution de problème, de redirection de l'attention, d'évitement ou de régulation émotionnelle. Elles reposent sur une communication importante au sein des groupes et peuvent impacter les individus engagés dans ces processus collectifs de gestion du stress en favorisant par exemple leur sentiment de sécurité, d'efficacité et d'appartenance au groupe.

En raison de l'expérience de sources de stress et d'émotions communes en contexte sportif (cf., chapitre 1), l'utilisation du modèle de *communal coping* dans ce contexte semble pertinente. Cependant, le nombre d'études sur le sujet en sport reste limité. Ainsi, la seconde partie de ce chapitre sera consacrée à présenter les premiers travaux initiés sur la dimension interpersonnelle des processus d'adaptation en sport, dans le champ théorique du coping dans un premier temps, puis dans d'autres champs théoriques, comme la régulation émotionnelle interpersonnelle et la résilience d'équipe dans un second temps.

2.4. Les construits psychologiques impliquant autrui dans les réactions d'adaptation en sport

La prise en compte de la dimension interpersonnelle du coping en contexte sportif s'est faite au travers d'études portant sur le soutien social, le coping dyadique, et le *communal coping* entre des parents et leur enfant athlète qui seront présentées dans les prochaines sous-sections.

2.4.1. Les stratégies impliquant autrui dans le cadre théorique du coping

Bien que l'étude du *communal coping* soit peu développée en sport, la prise en compte de la dimension interpersonnelle des processus de stress et de coping dans ce contexte a déjà fait l'objet d'études, notamment au travers des concepts de soutien social ou de coping dyadique (e.g., Nicholls & Perry, 2016 ; Tamminen, McEwen, & Crocker, 2016).

2.4.1.1. Le soutien social

Le soutien social est un construit multidimensionnel à la fois structurel (i.e., la composition du réseau), fonctionnel (les caractéristiques des échanges sociaux au sein du réseau) et perceptuel (la perception des athlètes de leur support social disponible) (Tamminen & Gaudreau, 2014). En contexte sportif, plusieurs types de soutien social ont été identifiés : le soutien émotionnel (i.e., l'écoute, la sécurité, le réconfort), le soutien informationnel (i.e., le conseil et l'orientation), le soutien d'estime de soi (i.e., augmenter le sentiment de compétence de l'athlète), le soutien tangible (i.e., l'aide concrète telle que l'aide financière) (Holt & Hoar, 2006). La notion de soutien social est reliée au construit théorique du coping de deux façons distinctes dans la littérature. Premièrement, l'influence du soutien social sur le développement des stratégies de coping a été étudiée dans plusieurs recherches, mettant en évidence des liens entre la perception de soutien social et l'utilisation de stratégies de coping telles que la résolution de problème ou l'augmentation des efforts (e.g., Lafferty & Dorrell, 2006). Deuxièmement, le soutien social est associé au coping par l'intermédiaire des stratégies de recherche de soutien qui ont été identifiées comme des stratégies de coping en tant que telles. Cette recherche de soutien intervient en contexte sportif pour faire face à des stressseurs tels que la blessure (Bianco, 2001 ; Johnston & Carroll, 1998) et est régulièrement associée à des résultats positifs comme une augmentation de la performance (Freeman, & Rees, 2009 ; Gould, Guinan, Greenleaf, Medbery, & Peterson, 1999) ou à une meilleure estime de soi des athlètes (Freeman & Rees, 2010 ; Rees & Freeman, 2009).

Les stratégies de recherche de soutien impliquant par définition *à minima* une tierce personne, constituent une forme interpersonnelle de coping. Cependant, bien qu'impliquant une dimension interpersonnelle, le support social diffère du *communal coping*. En effet, le soutien social se compose d'un réseau social agissant en réponse à la demande d'aide d'une personne, alors que dans le cas du *communal coping*, le facteur de stress est évalué collectivement par les membres qui partagent ensuite la responsabilité d'y faire face (Neely, McHugh, Dunn, & Holt, 2017).

2.4.1.2. Le coping dyadique

Le coping dyadique renvoie à la manière dont deux individus interagissent pour faire face ensemble au stress (Berg & Upchurch, 2007). Ce concept a été initialement décrit dans le contexte des relations conjugales, pour comprendre les processus d'adaptation de deux partenaires. Ainsi, Bodenmann (1995, 2005) a proposé un modèle transactionnel-systémique du coping dyadique des couples. Ce modèle stipule que le coping dyadique repose sur trois facteurs, qui impliquent une interaction entre les deux partenaires. Tout d'abord, le premier facteur implique un partenaire qui transmet son stress à l'autre partenaire sous la forme d'une communication verbale ou non verbale.

Le second facteur fait référence aux tentatives de l'autre partenaire pour comprendre ces signaux de stress en utilisant des stratégies passives (i.e., observer l'autre personne), actives (i.e., poser des questions sur la situation stressante) ou interactives (i.e., communiquer avec l'autre personne). Enfin, le dernier facteur concerne les réactions du partenaire à ces signaux de stress, ce dernier développant des stratégies de coping dyadique dont les formes peuvent être plus ou moins adaptatives (Bodenmann, 1995, 2005). Le coping dyadique adaptatif comprend trois types de coping distincts: le coping dyadique de soutien (i.e., un partenaire aidant l'autre dans ses efforts, en lui prodiguant des conseils pratiques ou en faisant preuve d'empathie), le coping dyadique de « délégation » (i.e., une personne assumant la responsabilité de différentes tâches pour réduire la charge de travail de l'autre personne), et le coping dyadique commun (i.e., les deux partenaires partagent les mêmes stratégies, telles que la résolution de problèmes ou la relaxation) (Bodenmann, 2005). Ces formes de coping dyadique servent deux fonctions principales : la réduction du stress des deux partenaires et l'amélioration de la qualité de la relation. À l'inverse, le coping dyadique non adaptatif implique une attitude hostile, ambivalente ou des réponses superficielles à l'autre personne et représente un soutien peu sincère ou fourni à contrecœur (Rottmann et al., 2015).

Le coping dyadique a été particulièrement étudié dans le cadre des relations conjugales (e.g., Herzberg, 2013 ; Rottmann et al., 2015) mettant en évidence l'amélioration de la qualité de la relation de deux personnes engagées dans des processus de coping dyadique. En contexte sportif, Nicholls et Perry (2016) ont souligné l'intérêt d'étudier les processus de coping dyadique dans le cadre des relations entraîneur-athlète. La question des relations entraîneur-athlète a fait l'objet de nombreux travaux scientifiques ces 15 dernières années (Jowett & Shanmugam, 2016), mettant en avant la nature interdépendante de cette relation. En effet, les athlètes et les entraîneurs partagent de nombreuses heures d'entraînement et expérimentent au quotidien des situations stressantes communes dont les enjeux sont partagés (Nicholls & Perry, 2016). Jusqu'alors, les études se sont principalement centrées sur la manière dont les entraîneurs peuvent soutenir leurs athlètes face aux situations stressantes (e.g., Didymus & Fletcher, 2014 ; Tamminen & Holt, 2012) sans explorer la manière dont ces deux individus développent des stratégies communes. Plusieurs auteurs ont alors suggéré l'intérêt d'utiliser une approche de coping dyadique pour étudier le coping collectif de ces deux protagonistes (Didymus, 2017). Des études se sont développées dans ce champ, mais jusqu'à aujourd'hui aucune d'entre elles n'a porté sur les formes spécifiques des stratégies de coping de la dyade entraîneur-athlète. En effet, les principaux résultats issus de ces travaux éclairent davantage les antécédents du coping dyadique entraîneur-athlète (Staff, Didymus, Backhouse, 2017a) et leurs conséquences sur la qualité de la relation (Nicholls & Perry, 2016). Cependant ces approches

représentent des avancées importantes quant à la prise en compte de la dimension interpersonnelle du coping en contexte sportif.

L'approche interpersonnelle s'applique dans le cas présent à une dyade et ne relève pas automatiquement du *communal coping* (Afifi et al., 2006). En effet, le terme de *communal coping* est davantage utilisé dans des contextes où un groupe entier est confronté à un stresser commun (Lyons et al., 1998). Dans le cas des dyades, de nombreuses recherches ont étudié la manière dont deux individus (i.e., le plus souvent les membres d'un couple) font face au stresser rencontré par l'un des deux partenaires. Pour que le coping dyadique relève du *communal coping*, il est nécessaire que le stresser qui affecte l'un des membres du couple soit évalué par la dyade comme un stresser commun. Ainsi, dans certaines circonstances, le coping dyadique peut s'apparenter au concept de *communal coping*, c'est-à-dire quand l'évaluation de la source de stress est partagée et que les stratégies pour y faire face sont collectives. Dans le cas du coping dyadique entraîneur-athlète, si le stresser n'impacte que l'un des membres (e.g., un athlète en conflit avec un arbitre), mais que la dyade développe des stratégies collectives de coping, alors cette situation s'inscrira dans le cadre d'un coping dyadique entraîneur-athlète. En revanche, si les deux membres de la dyade évaluent un stresser partagé (e.g., les enjeux d'une compétition qui impactent l'avenir de l'athlète et de l'entraîneur), et qu'ils développent des stratégies collectives pour y faire face, alors la situation s'inscrira dans le cadre du *communal coping*.

Afifi et al. (2006) suggèrent que dans le contexte des familles impactées par un stresser commun (e.g., un divorce), le développement du *communal coping* est plus évident car tous les membres de la famille sont directement impactés par cette source de stress. Dans un contexte familial, relié à des enjeux sportifs, Neely et ses collaborateurs (2017) ont étudié la mise en place du *communal coping* entre des parents et leur enfant athlète.

2.4.1.3. Le *communal coping* « parents-athlète »

En se basant sur le modèle du *communal coping* (Lyons et al., 1998), Neely et ses collaborateurs (2017) ont étudié la dimension interpersonnelle des stratégies de coping d'une famille confrontée à un stresser commun en contexte sportif (i.e., une non-sélection d'un enfant athlète). De manière générale, les résultats de cette étude qualitative ont mis en évidence que l'évaluation du stresser « désélection » était partagée par les parents et leur enfant athlète. En revanche les actions coopératives qui en découlaient ont suivi un processus dynamique, en étant au début développées par les parents qui assumaient seuls la responsabilité du stresser (orientation « notre problème », « ma responsabilité »), puis par les parents et leur enfant, développant ainsi des stratégies de *communal coping* (orientation « notre problème », « notre responsabilité »), avant de reprendre une forme

individuelle où la responsabilité était portée uniquement par l'enfant au travers de stratégies de coping individuel (orientation « notre problème », « ma responsabilité »). En effet, dans les premiers jours suivant l'annonce de la désélection, les parents disent avoir voulu assumer seuls la responsabilité de faire face au stresser en protégeant leur enfant, en le consolant, en échangeant avec lui. Dans un second temps, l'enfant athlète a pris part au processus de coping en assumant lui aussi la responsabilité de faire face. Les stratégies de *communal coping* développées par les parents et leur enfant étaient principalement la rationalisation (i.e., essayer de comprendre les choix des coaches qui n'avaient pas forcément été expliqués), et la restructuration positive pour tenter de percevoir cet événement de manière plus positive (e.g., « *c'est déjà très bien d'être dans les 20 derniers, c'est une expérience, une occasion d'apprendre, de développer des compétences de résilience* »). Enfin, quelques semaines après l'annonce de la désélection, bien que cette dernière soit toujours considérée comme « notre problème », l'enfant athlète a commencé à en assumer la responsabilité de manière plus individuelle, développant ainsi des stratégies individuelles de coping comme la distraction (i.e., s'engager dans d'autres activités ou se recentrer sur son équipe de club), l'augmentation des efforts (i.e., travailler plus dur pour montrer aux sélectionneurs qu'ils ont eu tort), la recherche de soutien (i.e., vers les autres coéquipiers notamment auprès de qui les athlètes pouvaient exprimer leur frustration et leur déception, et recevoir des messages de soutien ou de réassurance).

Les résultats des études sur le soutien social, le coping dyadique ou la récente étude sur le coping collectif « parents-enfant » ont mis en évidence que des processus interpersonnels de gestion du stress se mettent en place en contexte sportif. En revanche, ces construits ne relèvent pas tous directement du concept de *communal coping*, en raison des évaluations du stresser et des actions coopératives qui ne sont pas toujours partagées. Dans le cas du soutien social, le stresser est évalué par un individu et les stratégies pour le résoudre reposent sur une tierce personne (i.e., évaluation individuelle, stratégies individuelles). Dans le cas du coping dyadique, la source de stress impacte généralement un des membres de la dyade mais les deux partenaires de la dyade peuvent développer des stratégies collectives pour y faire face (i.e., évaluation individuelle, stratégies collectives). Dans le cas du *communal coping*, ce sont l'ensemble des acteurs qui évaluent la source de stress comme commune et qui développent des stratégies collectives pour y faire face (i.e., évaluation partagée, stratégies collectives). À ce jour, l'étude de Neely et al. (2017) est la seule à avoir investigué la dimension interpersonnelle du stress et du coping en sport en s'inscrivant dans le cadre d'analyse du *communal coping*. Toutefois, des investigations complémentaires sont nécessaires pour mieux appréhender ce construit, notamment au niveau des équipes de sports collectifs.

En parallèle de la prise en compte progressive de la dimension interpersonnelle du coping dans le contexte sportif, d'autres construits théoriques comme la résilience collective et la régulation

émotionnelle interpersonnelle, impliquent des processus d'adaptation collectifs permettant respectivement aux athlètes de se protéger collectivement des effets négatifs du stress ou de réguler collectivement leurs émotions.

2.4.2. **Les approches collectives pour faire face à l'adversité au travers du concept de résilience**

Le concept de résilience a été défini dans de nombreux contextes (e.g., psychologie des organisations, psychologie du développement, psycho-trauma, psychologie du sport). En sport, sa définition réfère au « *rôle des processus mentaux et du comportement dans la promotion des atouts personnels et la protection d'un individu contre les éventuels effets négatifs des stressseurs* » (Fletcher & Sarkar, 2012, p. 675).

Tout comme dans le champ du coping et de la régulation émotionnelle, plusieurs auteurs ont suggéré qu'étudier les processus de résilience au niveau collectif était nécessaire en contexte sportif. La résilience collective se définit ainsi comme « *un processus psychosocial dynamique qui protège un groupe d'individus contre les effets négatifs potentiels des facteurs de stress qu'ils rencontrent collectivement* » (Morgan, Fletcher, & Sarkar, 2013, p. 552). L'étude de la résilience collective permet alors de comprendre comment les équipes sportives utilisent leurs ressources collectives pour surmonter les situations stressantes auxquelles elles sont régulièrement confrontées (Galli, 2016 ; Yuckelson & Weinberg, 2016). Ainsi, des études empiriques ont été menées au sein d'équipes sportives pour déterminer les caractéristiques des équipes résilientes et les antécédents favorisant le développement de cette ressource collective (Morgan et al., 2013 ; Morgan, Fletcher, & Sarkar, 2015). Les résultats de ces études ont mis en évidence quatre caractéristiques de la résilience collective que sont : (a) *la structure du groupe* (e.g., posséder une vision partagée lors des épisodes stressants, avoir des normes de communication ouverte et honnête, définir des rôles de leader clairs et partagés); (b) *une orientation vers la maîtrise face à l'adversité* (e.g., se concentrer sur l'apprentissage et les progrès du groupe lors des échecs, se préparer minutieusement pour faire face aux stressseurs, acquérir de l'expérience dans des situations difficiles); (c) *le capital social* (e.g., établir des liens émotionnels profonds entre les membres de l'équipe, percevoir un soutien social fort, éviter les blâmes en cas d'échec); et (d) *l'efficacité collective* (e.g., acquérir des croyances d'efficacité de l'équipe au travers d'expériences passées réussies, rester soudé pendant les échecs) (Morgan et al., 2013). Ces mêmes auteurs ont étudié, à travers les autobiographies de huit membres de l'équipe de rugby anglaise vainqueur de la Coupe du Monde en 2003, les antécédents psychosociaux favorisant le développement de la résilience de l'équipe (Morgan et al., 2015). Au nombre de cinq, ces antécédents concernaient le *leadership transformationnel* (e.g., inciter les membres de l'équipe à

partager leur vision malgré les échecs), le *leadership partagé* (e.g., répartir les responsabilités entre les membres de l'équipe), l'*apprentissage en équipe* (lors des échecs), l'*identité sociale* (e.g., développer une identité d'équipe distincte) et les *émotions positives* (e.g., prendre du plaisir dans la pratique, faire preuve d'humour malgré les échecs). Le rôle des entraîneurs est souligné dans le récit des joueurs anglais et cette étude met en évidence que les entraîneurs, en développant dans leur équipe des compétences de leadership transformationnel et partagé, en favorisant l'apprentissage en équipe, en renforçant l'identité sociale de leur groupe et en encourageant les émotions positives de leurs athlètes peuvent développer la résilience de leur équipe.

Ces deux études apportent un éclairage quant aux processus impliqués dans le partage des ressources des athlètes de sports collectifs et sur les antécédents pouvant faciliter cette compétence de l'équipe. Cependant, la résilience collective ne peut être confondue avec le *communal coping*. Si les termes de coping et de résilience peuvent être à tort utilisés de manière interchangeable, ils occupent des positionnements distincts dans les processus d'adaptation (Compas & Harding, 1998 ; Compas et al., 2001). Ainsi, le coping, et par extension le *communal coping*, représente les efforts opérationnels et collectifs de l'équipe pour faire face à une situation d'adversité partagée, tandis que la résilience collective représente une conséquence du déploiement de ces stratégies de *communal coping* adaptatives pour l'équipe (Compas et al, 2001). Les études sur la résilience collective permettent de mieux comprendre les caractéristiques des équipes qui font face à des situations d'adversité partagée, mais ne renseignent pas sur les stratégies opérationnelles mobilisées pour développer cette ressource collective. Ce dernier objectif relève davantage du champ d'étude du *communal coping* en sport, qui devrait renseigner de manière plus opérationnelle et concrète l'ensemble des comportements, pensées ou émotions mobilisés par les athlètes de sports collectifs pour faire face aux situations de stress partagé, ces processus d'adaptation pouvant en retour renforcer la résilience des équipes en cas d'adaptation réussie.

2.4.3. La dimension interpersonnelle dans le champ de la régulation émotionnelle

La régulation émotionnelle a initialement été décrite comme « *le processus par lequel les individus influencent les émotions qu'ils ont, quand ils les ont, et comment ils ressentent et expriment ces émotions* » (Gross, 1998, p. 275). Cinq familles de stratégies de régulation ont été décrites par Gross (1998) : la sélection de la situation (i.e., prendre des mesures pour augmenter ou diminuer le risque de générer des émotions désirables ou indésirables), la modification de la situation (i.e., modifier les caractéristiques d'une situation pour agir sur les réactions émotionnelles attendues), le déploiement attentionnel (i.e., utiliser des indices d'attention spécifiques pour des situations

particulières), le changement cognitif (i.e., modifier la manière dont une personne évalue une situation et ainsi en modifier sa signification émotionnelle), la modulation de la réponse (i.e., supprimer, diminuer ou augmenter des émotions spécifiques après leur émergence). L'étude de la régulation émotionnelle en contexte sportif a permis de mettre en évidence les stratégies utilisées par les athlètes pour réguler leurs émotions telles que la distraction, la redirection de l'attention, la ré-évaluation cognitive, la relaxation (Tamminen & Crocker, 2013). Cette capacité des athlètes à réguler leurs émotions a été associée dans la littérature à leurs niveaux de performance (cf., Jones, 2012 pour une revue).

Si Gross (1998) a initialement décrit les mécanismes de régulation émotionnelle au niveau individuel, Gross et Thompson (2007) ont supposé que les individus pouvaient également réguler les émotions des autres, en utilisant les cinq mêmes familles décrites précédemment. Ces auteurs ont ainsi initié le champ d'étude de la régulation émotionnelle interpersonnelle dont l'application en contexte sportif, auprès des équipes notamment, paraît tout à fait pertinente (Tamminen & Crocker, 2013). En sport, la régulation émotionnelle interpersonnelle fait donc référence aux actions verbales ou non verbales des athlètes, délibérées ou non, qui influencent les émotions des autres (e.g., leurs coéquipiers) (Niven, Totterdell, & Holman, 2009).

Ces dernières années, des recherches en psychologie du sport ont exploré ces processus de régulation émotionnelle interpersonnelle au niveau d'équipes de sports collectifs pour étudier les stratégies de régulation émotionnelle interpersonnelle utilisées par les athlètes (e.g., Campo et al., 2017 ; Tamminen & Crocker, 2013). Ainsi, en 2013, Tamminen et Crocker ont étudié les stratégies de régulation émotionnelle interpersonnelle de joueuses de curling de haut niveau. Leurs résultats ont mis en évidence que pour agir sur les émotions de leurs coéquipières, les joueuses pouvaient utiliser deux catégories de stratégies. La première catégorie concernait les stratégies d'auto-régulation utilisées au profit du collectif. Ainsi, plusieurs athlètes racontent régulièrement utiliser des stratégies d'auto-censure ou de contrôle du langage corporel pour éviter de transmettre leurs émotions à l'ensemble de l'équipe. La seconde catégorie de stratégies concernait les stratégies de régulation émotionnelle interpersonnelle en elle-même, c'est-à-dire les actions mises en place par les joueuses pour réguler les émotions de leurs coéquipières. Cette catégorie comprenait cinq stratégies, à savoir : *fournir un feed-back positif et/ou technique* (e.g., donner des conseils après un échec au tir pour renforcer la confiance de sa coéquipière, la calmer et recentrer son attention sur un critère de réussite), *utiliser l'humour* (e.g., pour réguler les émotions de l'équipe), *informer ses coéquipières à propos de leurs émotions* (e.g., la capitaine qui calme ses joueuses en les informant que l'euphorie collective de la fin de match allait les desservir si elle n'était pas maîtrisée), *développer des actions pro-sociales* pour prendre en compte et répondre aux besoins des autres en adaptant les comportements de chacun

(e.g., tenir compte des préférences de ses coéquipières pour le balayage de la glace), et *mettre en place des actions indirectes* pour protéger ses coéquipières de potentiels stressseurs ou critiques (e.g., redonner des consignes de jeu à toute l'équipe *-bouger plus rapidement-* pour que la coéquipière à qui ce conseil s'applique ne se sente pas l'unique visée par cette remarque).

Des études similaires ont été menées auprès d'athlètes de disciplines différentes. Campo et al. (2017) ont par exemple exploré les stratégies de régulation émotionnelle de joueurs de rugby en s'appuyant sur le modèle de régulation émotionnelle intra et interpersonnelle (Gross, 1998 ; Gross & Thompson, 2007). Leurs résultats ont mis en évidence que les joueurs utilisaient en cours de match des stratégies de régulation émotionnelle intra et interpersonnelles servant à sélectionner ou modifier la situation, déployer leur attention, changer leur perception ou moduler leurs réponses émotionnelles pour réguler leurs propres émotions ou celles de leurs coéquipiers. Au niveau interpersonnel, ces cinq familles de régulation émotionnelle de Gross (1998) ont pris deux formes différentes : la co-régulation interpersonnelle par laquelle les joueurs régulent leurs émotions à l'aide de leurs coéquipiers (e.g., faire de l'humour avec mes coéquipiers pour me détendre, prendre des informations tactiques auprès de mes coéquipiers pour renforcer mon sentiment de contrôle, partager mes ressentis avec mes coéquipiers) ; et la régulation extrinsèque par laquelle les athlètes aident l'un des leurs, ou l'équipe dans son ensemble à réguler ses émotions (e.g., redonner des consignes à un coéquipier pour qu'il sache précisément ce qu'il a à faire, diminuer la pression d'un coéquipier en prenant ses responsabilités, avertir ses coéquipiers).

Les résultats de ces études mettent en avant l'existence dans les équipes de sports collectifs de stratégies interpersonnelles visant à réguler ses propres émotions par l'intermédiaire d'autrui, ou à réguler les émotions d'autrui à travers des régulations extrinsèques. Ces recherches constituent une avancée pour le champ d'étude de la régulation émotionnelle interpersonnelle en sport, offrant un éclairage sur la manière dont les athlètes peuvent développer des stratégies collectives pour réguler leurs émotions ou celles des autres.

À ce stade, il apparaît alors nécessaire de distinguer ce champ d'étude qu'est la régulation émotionnelle interpersonnelle par rapport au concept de *communal coping*. Au niveau individuel, la distinction entre le coping et la régulation émotionnelle s'est heurtée à des conceptualisations opposées, certaines considérant la régulation émotionnelle comme englobant les processus de coping (e.g., Gross, 1998), tandis que d'autres ont considéré la régulation émotionnelle comme une part des stratégies de coping (Skinner & Zimmer-Gembeck, 2007). Ces deux processus de régulation sont proches mais se distinguent par deux principaux aspects (Compas et al., 2014) : (a) la régulation émotionnelle inclut à la fois des processus contrôlés et automatiques tandis que le coping implique uniquement des processus volontaires et contrôlés ; (b) la régulation émotionnelle englobe les

processus de régulation face au stress mais également face aux situations non stressantes (e.g., régulation des émotions positives ou plaisantes) contrairement au coping qui réfère exclusivement au fait de faire face aux situations évaluées comme stressantes. D'une certaine manière, la régulation émotionnelle apparaît donc comme un construit au champ d'application plus large que le coping, ce dernier pouvant représenter une part de la régulation émotionnelle utilisant des stratégies uniquement conscientes, déployées exclusivement en cas de circonstances stressantes. D'une autre manière, le coping comprend un éventail plus large de stratégies de régulation que la régulation émotionnelle (cf., les stratégies et les classifications de coping exposées dans le chapitre 1). Ainsi, le coping apparaît à la fois plus large en termes de répertoire de stratégies, mais aussi plus spécifique que la régulation émotionnelle en ne s'appliquant qu'en situation de stress, à l'aide de stratégies relevant exclusivement de processus conscients. Cette distinction semble pouvoir s'appliquer au niveau interpersonnel. Ainsi, le *communal coping* devrait représenter un construit plus large que la régulation émotionnelle interpersonnelle, avec des stratégies servant à réguler collectivement les émotions mais également à d'autres fonctions (e.g., résoudre collectivement les problèmes). Il devrait également être plus spécifique que la régulation émotionnelle interpersonnelle puisqu'il ne s'appliquerait uniquement en cas de circonstances stressantes, en faisant appel à des processus de régulation exclusivement conscients. Une autre distinction semble également pouvoir s'appliquer au niveau collectif. Cette distinction repose sur la définition du *communal coping* (Lyons et al., 1998), selon laquelle une évaluation partagée de la source de stress et des actions coopératives pour y faire face sont les deux éléments constitutifs du *communal coping*. Dans le cas de la régulation émotionnelle interpersonnelle, les actions peuvent être coopératives pour faire face aux émotions, mais ces dernières ne sont pas forcément évaluées comme communes par les membres du groupe. À l'inverse, le *communal coping* des équipes devra reposer sur une évaluation partagée des sources de stress pour ensuite engendrer le déploiement de stratégies collectives de coping. Sans opposer ces construits, il paraît nécessaire de poursuivre leurs investigations en contexte sportif pour comprendre l'ensemble des stratégies déployées par les athlètes pour faire face aux émotions et aux situations stressantes rencontrées dans leur activité compétitive.

À la clôture de ce chapitre, nous percevons que la prise en compte de la dimension interpersonnelle du stress et du coping dans les équipes sportives peut s'appuyer sur plusieurs concepts et études menées dans des contextes divers, mais qu'à l'heure actuelle, aucune d'entre elles ne permet de saisir pleinement la spécificité du *communal coping* des équipes de sports collectifs. En effet, l'étude du *communal coping* en sport collectif pourra s'appuyer sur les études menées en contexte sportif qui ont pris en compte la dimension interpersonnelle du stress (e.g., Neely et al., 2017 ; Nicholls & Perry, 2016), mais il conviendra d'étendre son investigation au-delà de la dyade

entraîneur-athlète ou du trio parents-enfant, en explorant sa mise en place dans des contextes où des groupes expérimentent des sources de stress en commun (e.g., en sport collectif). Ces futures recherches sur le *communal coping* en sport collectif pourront venir compléter les études menées dans les champs de la résilience collective ou de la régulation émotionnelle interpersonnelle. Pour cela, il sera nécessaire de décrire de manière plus opérationnelle les stratégies de *communal coping* déployées par les athlètes de sports collectifs, dont l'utilisation efficace pourrait conduire au développement de la résilience des équipes ; et d'élargir le champ d'investigation de ces stratégies au-delà de la régulation émotionnelle interpersonnelle. Une fois cette caractérisation du *communal coping* en sport collectif effectuée, la question de sa mesure pourra se poser.

2.5. Résumé

Ce deuxième chapitre a présenté le cadre d'analyse du *communal coping* de Lyons et al. (1998) et ses applications dans les domaines de la psychologie de la santé, de la famille ou des catastrophes naturelles. Selon Lyons et ses collaborateurs (1998), le *communal coping* se définit grâce à deux dimensions : l'*évaluation partagée* du stress (i.e., ce dernier est évalué par les personnes impactées comme « notre » problème et non « mon » ou « ton » problème) et l'*action partagée* (i.e., les individus joignent alors leurs efforts et s'engagent dans des actions coopératives pour faire face ensemble à un stress commun). Bien que l'application de ce concept semble pertinente en contexte sportif (au regard du partage des stressors et des émotions mis en évidence dans le chapitre 1), la majorité de ces études ont été menées dans des contextes aux enjeux éloignés des équipes sportives et du contexte sportif compétitif. Une étude approfondie du *communal coping* en sport s'avère donc nécessaire pour en saisir pleinement la spécificité.

En sport, bien que les études sur le *communal coping* soient peu nombreuses, certains auteurs ont étudié des concepts interpersonnels proches tels que le soutien social et le coping dyadique. Cependant dans ces contextes, la gestion du stress ne repose pas systématiquement sur des évaluations partagées mais relève uniquement d'actions collectives pour faire face à des stressors individuels. Seuls Neely et al. (2017) ont étudié le *communal coping* en contexte sportif en explorant les évaluations partagées et les actions collectives de coping d'une famille dont l'enfant athlète faisait face à une non-sélection. Des investigations de ce construit semblent alors nécessaires pour mieux comprendre ces mécanismes de coping collectif notamment au sein des équipes de sports collectifs. Ces recherches devraient étendre les connaissances issues des travaux sur la régulation émotionnelle interpersonnelle en explorant un éventail plus large de stratégies, et améliorer la compréhension des mécanismes de résilience collective qui pourraient résulter de processus d'adaptation collectifs réussis.

3. La mesure du coping

L'évaluation du coping peut se faire à l'aide de différents outils tels que les questionnaires, les entretiens, les supports de recueil régulier (« *journal de coping* »). Les questionnaires représentent la méthode la plus communément utilisée pour quantifier le type de stratégies de coping employées par les athlètes devant faire face à des situations stressantes. Cette méthode présente en effet l'avantage de permettre aux chercheurs de comparer les résultats d'une étude à l'autre et d'envisager des études quantitatives pour modéliser et évaluer des questions théoriques spécifiques (Crocker et al., 2015). L'objectif du présent chapitre est de présenter la manière dont le coping est actuellement mesuré, au niveau individuel mais aussi collectif, dans le contexte sportif et dans les champs de la psychologie de la famille et des catastrophes naturelles.

3.1. Les outils de mesure du coping individuel en sport

L'élaboration d'outils de mesure du coping en sport repose sur les conceptualisations du coping adoptées par les auteurs de ces outils. Ainsi, nous verrons à travers les sous-parties suivantes, que ces différentes conceptualisations, en terme d'approches intra- ou interpersonnelles, de classifications différentes, de conceptualisation de trait ou d'état, ont conduit à l'émergence de plusieurs questionnaires évaluant le coping en sport.

Le coping en contexte sportif ayant été largement décrit et conceptualisé dans sa dimension intrapersonnelle dans le cadre de la théorie cognitivo-motivationale-relationnelle des émotions (CMRT - Lazarus, 1999), il n'est en conséquence pas surprenant d'observer l'existence d'outils de mesure du coping en sport exclusivement au niveau individuel (e.g., *The Ways of Coping Checklist for Sport* – WCCS, Madden, Kirkby, & McDonald, 1989 ; *The Modified Ways of Coping Checklist* - MWCC, Crocker, 1992 ; *The Coping Style Inventory* - CSI, Kaissidis-Rodafinos & Anshel, 2000 ; *The Coping Style in Sport Survey* - CSSS, Anshel William, & Williams, 2000 ; *The Modified COPE* - MCOPE, Crocker & Graham, 1995 ; *The Athletic Coping Skills Inventory 28* - ACSI-28, Smith, Schultz, Smoll, & Ptacek, 1995 ; *The Coping Function Questionnaire* – CFQ, Kowalski & Crocker, 2001; l'Inventaire des Stratégies de Coping en Compétition Sportive – ISCCS, Gaudreau & Blondin, 2002)

En termes de classifications du coping, Nicholls et ses collaborateurs (2016) ont souligné l'absence de consensus (cf., chapitre 1). Par conséquent, les outils de mesure du coping présentent

également des disparités quant aux stratégies et aux dimensions mesurées (e.g., dans trois des questionnaires de coping les plus couramment utilisés en sport, l'ACSI-28, le MCOPE et l'ISCCS, plus de 25 stratégies de coping différentes sont mesurées). De plus, certains auteurs ont pris en compte différents niveaux de la nature hiérarchique du coping dans les questionnaires mesurant le coping. Le CFQ par exemple mesure le coping uniquement au niveau des dimensions, en évaluant le coping centré sur la tâche, le coping centré sur l'émotion, et le coping centré sur le désengagement. D'autres outils tels que l'ACSI-28 et le MCOPE ne mesurent le coping qu'au niveau des stratégies. À l'inverse, l'ISCCS mesure le coping au niveau des stratégies et des dimensions. Ainsi, cet outil mesure dix stratégies de coping spécifiques regroupées en trois dimensions que sont le coping orienté vers la tâche, la distraction et le désengagement.

En plus de s'appuyer sur les classifications du coping, la création et le développement de questionnaires reposent également sur la conceptualisation du coping en tant que trait ou d'état. Lazarus et Folkman (1984) ont initialement conceptualisé le coping à des niveaux dispositionnel (i.e., coping trait ou style de coping) et situationnel (i.e., coping état). Le niveau dispositionnel reflète la manière dont les individus font face au stress de manière générale tandis que le niveau situationnel représente la manière dont les individus font face de manière spécifique dans une situation particulière. Ainsi, certains questionnaires s'inscrivent dans le cadre d'une mesure dispositionnelle du coping en interrogeant l'athlète sur la manière dont il fait face au stress habituellement (e.g., le MCOPE, l'ACSI-28), tandis que d'autres mesurent la composante situationnelle du coping en interrogeant l'athlète sur la manière dont il a fait face à une situation spécifique comme sa dernière compétition (e.g., le CFQ, l'ISCCS). Notons que certains de ces questionnaires ont été validés dans des formats dispositionnel et situationnel, en spécifiant les consignes des questionnaires et les temps utilisés dans les items dans chaque version. Ainsi, le MCOPE a été validé dans une version situationnelle (Giacobbi & Weinberg, 2000), et l'ISCCS dans une version dispositionnelle (Hurst, Thompson, Visek, Fisher, & Gaudreau, 2011).

Par ces exemples de questionnaires, nous soulignons que la construction d'outils de mesure du coping s'appuie étroitement sur la conceptualisation du coping soutenu par les auteurs (i.e., conceptualisation intrapersonnelle, type de classifications, formes dispositionnelles ou situationnelles). Si le *communal coping* tend à se développer et à être étudié en contexte sportif comme nous l'avons vu dans les deux précédents chapitres ; il sera nécessaire de créer un outil de mesure qui lui sera spécifique. Or, à l'heure actuelle l'ensemble des outils de mesure du coping validés en sport mesurent le coping au niveau individuel. Dans d'autres contextes en revanche, un outil a été élaboré pour mesurer les stratégies de coping au niveau des dyades (i.e., coping dyadique),

principalement étudié au sein des relations conjugales et adapté par la suite au contexte sportif dans le cadre des relations entraîneur-athlète.

3.2. La mesure du coping dyadique

L'étude du coping dyadique s'est amplifiée ces dernières années et a conduit à de nouvelles conceptualisations du coping dans sa dimension interpersonnelle. La création de l'inventaire de coping dyadique (DCI - Bodenmann, 2008) s'est faite en réponse à l'avancée des travaux sur ce sujet et sur la conceptualisation du coping dyadique selon Bodenmann (1995, 2005).

3.2.1. La mesure du coping dyadique dans les relations conjugales

Le DCI (Bodenmann, 2008) a été développé pour mesurer le coping dyadique dans le contexte des relations conjugales. Avant cela, d'autres outils ne s'inscrivant pas dans le champ théorique du coping, avaient été développés pour évaluer la manière dont les couples pouvaient faire face ensemble au stress (e.g., une échelle d'ajustement dyadique pour évaluer la qualité des relations dans le couple - *Scales for assessing the quality of marriage and similar dyads* - Spanier, 1976 ; une échelle d'empathie dyadique mesurant l'indice de Réactivité Interpersonnelle pour les Couples - *Interpersonal Reactivity Index for Couples* - Péloquin & Lafontaine, 2010 ; une échelle mesurant les comportements de maintien des relations dans le couple - *The revised relationship maintenance behavior scale* - Stafford, 2011). En revanche, aucun outil jusqu'à la création du DCI n'avait mesuré cet ajustement dans le couple sous l'angle du coping. La création du DCI s'est appuyée sur le modèle transactionnel-systémique du coping dyadique des couples (Bodenmann, 1995, 2005) (cf., chapitre 2). Le DCI est alors constitué de 37 items qui mesurent le degré avec lequel les partenaires de couples se soutiennent et s'aident activement l'un l'autre pendant un épisode stressant. Ce questionnaire comporte quatre facteurs mesurant les propres perceptions de stress et de coping de l'individu qui répond, ainsi que les perceptions qu'il a du stress et du coping de son partenaire. Ces quatre facteurs mesurent ainsi pour soi et pour le partenaire la communication du stress, le coping dyadique adaptatif de soutien, le coping dyadique adaptatif de délégation et le coping mal-adaptatif (cf., chapitre 2). Enfin, un dernier facteur mesure le coping dyadique commun (cf., Tableau 1). Cet outil, spécifique au contexte du couple, a fait l'objet d'une adaptation afin de l'appliquer au contexte sportif.

Tableau 1. Structure factorielle de l'Inventaire de Coping Dyadique et exemples d'items associés.

Les facteurs du DCI	Exemples d'items
La communication du stress	
De moi envers mon partenaire	« <i>Je montre à mon partenaire par mon comportement quand je ne vais pas bien ou quand j'ai des problèmes.</i> »
De mon partenaire envers moi	« <i>Mon partenaire me montre par son comportement quand il / elle ne va pas bien ou quand il / elle a des problèmes.</i> »
Le coping dyadique adaptatif de soutien	
De moi envers mon partenaire	« <i>J'exprime à mon partenaire que je suis à ses côtés.</i> »
De mon partenaire envers moi	« <i>Mon partenaire m'aide à voir les situations stressantes sous un jour différent.</i> »
Le coping dyadique adaptatif de délégation	
De moi envers mon partenaire	« <i>Je prends en charge des choses que mon partenaire ferait normalement pour l'aider.</i> »
De mon partenaire envers moi	« <i>Quand je suis trop occupé, mon partenaire m'aide.</i> »
Le coping dyadique mal-adaptatif	
De moi envers mon partenaire	« <i>Quand mon partenaire est stressé, j'ai tendance à l'éviter.</i> »
De mon partenaire envers moi	« <i>Mon partenaire me reproche de ne pas avoir assez bien géré mon stress.</i> »
Le coping dyadique commun	
« <i>Nous engageons une discussion sérieuse sur le problème et réfléchissons ensemble à ce qui doit être fait.</i> »	

3.2.2. La mesure du coping dyadique entre l'entraîneur et son athlète

En 2016, Nicholls et Perry ont cherché à étudier les liens entre le coping dyadique entre un entraîneur et son athlète, la qualité de leur relation, et les évaluations de stress. Si des outils existaient pour mesurer la qualité de la relation entre un coach et son athlète (*The Coach Athlete Relationship Questionnaire* - Jowett & Ntoumanis, 2004) et les évaluations individuelles de stress (*The Stress Appraisal Measure*, Peacock & Wong, 1990), aucun questionnaire ne permettait de mesurer le coping dyadique entraîneur-athlète. En effet, la conceptualisation récente de ce construit en contexte sportif n'a pas permis à l'heure actuelle la création d'un outil spécifique. Les auteurs ont alors utilisé et adapté le DCI (Bodenman, 2008) précédemment décrit. Pour l'adapter au contexte de leur étude, Nicholls et Perry (2016) ont remplacé les termes « mon partenaire » par « mon entraîneur » et « mon athlète » et ont reformulé deux items inappropriés au contexte sportif. Par exemple, l'item « nous nous relaxons tous les deux en prenant un bain, en écoutant de la musique ou en nous faisant des massages » devient dans la version adaptée au sport « Nous nous aidons l'un l'autre à nous détendre ». Cette adaptation représente un premier pas dans le développement d'outils de mesure du coping à un niveau interpersonnel en contexte sportif, mais elle met en évidence le besoin de créer des outils spécifiques, capables de s'ajuster à la réalité du contexte dans lequel ils vont être utilisés. En effet, les enjeux de la relation entre un athlète et son entraîneur, dans un contexte de performance sportive, diffèrent de ceux d'un couple. Par conséquent les stratégies utilisées en contexte sportif ont des formes et des fonctions différentes qui ne sont probablement pas saisies dans cette version du DCI. La création d'un outil spécifique du coping dyadique en contexte sportif nécessiterait une étude préalable capable de caractériser les stratégies de coping dyadique en sport.

Comme évoqué au cours du chapitre précédent, le coping dyadique ne relève pas systématiquement du *communal coping*. En effet, bien que les actions qui le régissent soient conjointes, elles ne découlent pas systématiquement d'une évaluation partagée des stressors (Afifi et al., 2006). Par conséquent la conceptualisation spécifique du *communal coping*, caractérisée par des évaluations et des actions partagées (Lyons et al., 1998) nécessite la création d'outils de mesure spécifiques et qui diffèrent de ceux du coping dyadique. Dans différents champs de la psychologie, des tentatives pour mesurer le *communal coping* ont eu lieu, bien qu'aucun outil n'ait fait l'objet d'un processus de validation.

3.3. La mesure du *communal coping* dans le champ de la psychologie des catastrophes

Pour évaluer la mise en place du *communal coping* par des individus faisant face à un incendie, Afifi et al. (2012) ont créé et utilisé deux items. Le premier item demandait aux individus d'identifier parmi une liste de personnes celles qu'ils ont considérées comme leur principale ressource pendant l'épisode stressant. Le second item évaluait à l'aide d'une échelle de Likert en 5 points (de « pas du tout d'accord » à « tout à fait d'accord ») le degré d'accord avec la proposition suivante :

« Avec XX (la personne choisie en question 1), nous avons perçu cet épisode stressant comme « notre » problème auquel nous devons faire face ensemble ; et nous avons réellement eu la sensation que nous agissions ensemble pendant l'épisode, quel que soit le résultat ».

Cette étude d'Afifi et ses collègues (2012) a été la première à chercher à mesurer le *communal coping*, cependant, ces deux items ne constituent pas une échelle de mesure en tant que telle, capable de saisir et de quantifier les formes de stratégies développées par des individus collectivement confrontés à un/des stresser(s) partagé(s).

Plus récemment Wlodarczyk et al. (2016) ont établi et proposé un questionnaire (i.e., *The Communal Coping Scale – CCS*) pour évaluer les stratégies de *communal coping* dans un contexte de catastrophe naturelle (e.g., tremblement de terre). Ce dernier mesure la fréquence avec laquelle les différentes stratégies de *communal coping* ont été utilisées par les survivants pour faire face à cette catastrophe. Sa construction repose sur une adaptation et une reformulation de questionnaires préexistants évaluant le coping individuel tels que le « *Ways of Coping Scale* » (Folkman & Lazarus, 1988), le « *Measure of Affect Regulation Styles* » (Larsen & Prizmic, 2006) et le « *Coping Schemas Inventory-Revised* » (Wong, Reker, & Peacock, 2006). Pour permettre une mesure du coping dans sa dimension interpersonnelle, les items initialement rédigés au singulier ont été reformulés au pluriel. Les 23 items du questionnaire sont regroupés en cinq dimensions : (a) la distraction, (b) l'expression émotionnelle, (c) la ré-évaluation positive, (d) le support social émotionnel, informationnel ou altruiste, et (e) la maîtrise de soi, l'inhibition ou l'isolement. Cet outil présente toutefois certaines limites dans la mesure du *communal coping* et plus spécifiquement en sport. Tout d'abord, il n'a pas fait l'objet d'un processus de validation complet et à notre connaissance n'a jamais été réutilisé dans d'autres études. Par conséquent, il n'atteste pas de ses qualités psychométriques pour mesurer le *communal coping*. Le CCS présente également la limite d'être une adaptation de questionnaires généraux évaluant le coping individuel dont les items ont

été reformulés au pluriel. Cette méthodologie ne permet pas d'assurer que l'ensemble des stratégies de *communal coping* développées par les survivants de catastrophes naturelles soient saisies par ce questionnaire. Enfin, concernant son application au contexte sportif, il apparaît évident que les enjeux de performance qui animent les athlètes de sports collectifs diffèrent profondément des problématiques de survie des rescapés de catastrophes naturelles. Par conséquent, l'utilisation d'un tel outil en contexte sportif ne s'avère pas appropriée et ces constatations soulèvent à nouveau le besoin de créer un outil spécifique à la mesure du *communal coping* en sport.

Si la création d'un questionnaire de *communal coping* en sport s'avère nécessaire, il est important de déterminer les besoins préalables au développement d'un tel outil. En effet, il a été mis en avant dans ce chapitre que les adaptations de questionnaires préexistants ne permettent pas toujours de saisir au niveau interpersonnel la spécificité des stratégies de coping déployées dans un contexte particulier (e.g., le DCI appliqué au contexte sportif). Ainsi, il ne nous paraît pas pertinent d'envisager une adaptation des questionnaires de coping individuel qui ne mobiliserait que la reformulation des consignes et des items au pluriel par exemple. En revanche, un travail de création de questionnaire, basé sur une conceptualisation précise du *communal coping* en sport pourrait permettre de saisir de manière spécifique la mise en place de ce construit au sein des équipes. Comme évoqué dans le chapitre précédent, en psychologie du sport, des champs théoriques ont pris en compte la dimension interpersonnelle de certains construits, comme la résilience collective, et ont été amenés à développer des outils spécifiques pour la mesurer. Dans le cas de la résilience collective, la création de l'Inventaire des Caractéristiques des Équipes Résilientes (CREST – Decroos et al., 2017) s'est appuyée sur des études antérieures ayant défini et conceptualisé le concept de résilience collective en sport (Morgan et al., 2013). Malgré une telle procédure, la construction d'outils de mesure de construits collectifs en sport se heurtent à certaines difficultés qu'il est important de prendre en compte pour s'assurer de la capacité des questionnaires à saisir un construit collectif.

3.4. Mesurer des construits collectifs en sport : des difficultés rencontrées aux précautions à envisager

La mesure des construits collectifs en sport présente certaines difficultés. En effet, s'il existe des construits collectifs qui ne se mesurent qu'au niveau de l'équipe, indépendamment des perceptions individuelles (e.g., la taille ou l'ancienneté d'un groupe), il existe d'autres construits dont l'évaluation

est plus complexe (e.g., l'efficacité collective, le climat motivationnel, la résilience collective, la cohésion). La mesure du *communal coping* s'inscrirait dans cette seconde catégorie. L'évaluation de ces construits collectifs repose sur les perceptions que les individus ont de leur groupe d'appartenance (i.e., leur équipe). Par exemple, dans le cas de la construction récente du questionnaire de résilience collective (Decroos et al., 2017), les athlètes sont interrogés de la façon suivante :

« *Au cours du mois dernier, lorsque mon équipe a été sous pression (...)*

- *L'équipe a continué de communiquer.*
- *L'équipe a gagné en confiance en continuant de travailler ensemble.*
- *Les membres de l'équipe se sont respectés.*
- ... »

Nous observons par ce type d'instructions et d'items que les athlètes répondent individuellement sur la manière dont ils perçoivent les actions de leur équipe. À première vue, ce procédé ne garantit pas de mesurer les réelles actions collectives développées par l'équipe.

Le même questionnement se pose quant à la mesure d'autres construits collectifs comme l'efficacité collective. Certains auteurs défendent le fait de l'évaluer en prenant en compte les perceptions individuelles d'efficacité collective (Cannon-Bowers, Salas, Tannenbaum, & Mathieu, 1995 ; Mischel & Northcraft, 1997 ; Riggs & Knight, 1994 ; Shamir, 1990), tandis que d'autres insistent sur la nécessité de réaliser des mesures consensuelles collectives au sein du groupe (Guzzo, Yost, Campbell, & Shea, 1993 ; Lindsley, Mathieu, Heffner, & Brass, 1995 ; Zaccaro, Blair, Peterson, & Zazanis, 1995). Bandura (1997, 2000) a déconseillé l'utilisation des mesures consensuelles, argumentant que des biais sociaux dans le groupe faussent cette mesure. Il a ainsi défendu que même si l'efficacité collective était une propriété du groupe, c'est par les perceptions individuelles des membres qui composent ce groupe que l'on peut mesurer ce construit collectif.

Ainsi, il semble envisageable d'évaluer des construits collectifs en sport en s'appuyant sur les perceptions des individus qui composent une équipe. Pour garantir la mesure collective des construits, certaines analyses peuvent venir compléter les procédures de validation de ces questionnaires de construits collectifs. Moritz et Watson (1998) ont par exemple présenté des méthodes statistiques permettant de considérer plusieurs niveaux d'analyse dans les recherches sur les groupes. Ces méthodes peuvent permettre soit d'évaluer l'ampleur du degré d'accord entre les membres d'une équipe, soit de comparer les variances à l'intérieur d'un groupe avec les variances par rapport à d'autres groupes distincts. Dans le cas de la validation du CREST (Decroos et al., 2017), les auteurs

ont mesuré les pourcentages de corrélations intra-classe des items de leurs questionnaires et les ont comparés aux pourcentages de corrélations intra-classe d'autres questionnaires collectifs validés tels que le questionnaire de climat motivationnel (Ntoumanis & Vazou, 2005) et le questionnaire d'efficacité collective (Short, Sullivan, & Feltz, 2005). Une telle procédure semble pertinente pour valider un questionnaire évaluant le *communal coping* en sport. Cette comparaison de pourcentage de corrélations intra-classe avec des construits collectifs pourrait également s'accompagner de comparaison avec les pourcentages de corrélations intra-classe de mesures individuelles du coping pour souligner la nature collective du *communal coping* comparativement à la mesure du coping individuel.

La création d'un outil permettant de mesurer le *communal coping* en sport devra par conséquent s'accompagner de procédures permettant de s'assurer de sa capacité à saisir la nature collective du coping et la spécificité du contexte sportif. Cet outil viendrait alors palier à l'absence d'outils de mesure spécifiques. En effet, si de nombreux outils existent pour mesurer le coping individuel en sport, ils ne reposent pas sur une conceptualisation interpersonnelle et par conséquent ne sont pas en mesure de saisir la spécificité du *communal coping* des équipes sportives. Quant aux questionnaires de *communal coping* présentés précédemment, ils ont été développés dans des contextes très spécifiques (e.g., contexte des relations conjugales, contexte des catastrophes naturelles) dont les enjeux diffèrent fortement du contexte sportif. En effet, les enjeux de performance, d'adversité, de concurrence, et de dépassement de soi en sport apparaissent éloignés des enjeux de bien-être ou de survie qui sont au cœur des problématiques rencontrées respectivement par les couples ou les survivants de catastrophes naturelles. Par conséquent, il semble nécessaire de souligner l'importance de construire un outil spécifique, capable de mesurer le *communal coping* des équipes sportives. Cet outil pourrait alors permettre une investigation quantitative de ce construit en sport, pour mieux appréhender ensuite ses mécanismes explicatifs à travers notamment l'étude de ses antécédents.

3.5. Résumé

Ce troisième chapitre avait pour objectif de présenter les différents outils de mesure du coping dans des contextes différents tels que le contexte sportif, les relations conjugales ou les situations de catastrophes naturelles. Certains de ces outils ont été créés pour mesurer le coping à un niveau individuel, d'autres pour le saisir au niveau d'une dyade ou au niveau d'un groupe. La présentation de ces questionnaires a mis en avant que la création d'outils repose étroitement sur la conceptualisation du coping sous-jacente (intra- ou interpersonnelle, hiérarchique, type de classification, conceptualisation de trait ou d'état). Or, jusqu'à aujourd'hui, le coping en sport a été conceptualisé uniquement dans une perspective intrapersonnelle. Ainsi, une nouvelle approche du coping dans sa dimension interpersonnelle devra s'accompagner de la création de nouveaux outils spécifiques, s'adaptant aux avancées des recherches sur le *communal coping* en sport.

Si des outils de mesure de la dimension interpersonnelle du coping existent, ces derniers présentent certaines limites quant à leur utilisation pour mesurer le *communal coping* en contexte sportif. Tout d'abord, certains n'ont pas fait l'objet de procédure de validation complète et de la preuve de leurs qualités psychométriques (e.g., CCS – Włodarczyk et al., 2016). Pour d'autres questionnaires, la limite se situe au niveau de la procédure de création de l'outil. En effet, certains outils sont des adaptations de questionnaires préexistants pour lesquels les items ont été reformulés au pluriel ou pour lesquels des termes spécifiques tels que « mon partenaire » dans le cadre des relations conjugales ont été remplacés par des termes relatifs à un autre contexte « mon entraîneur » (e.g., l'adaptation du DCI au contexte sportif, Nicholls & Perry, 2016). Ces procédures d'adaptation de questionnaires préexistants ne garantissent pas de saisir précisément la spécificité du coping en sport à un niveau collectif. Enfin, la dernière limite de ces outils réside dans leurs champs d'application (e.g., les relations conjugales, les catastrophes naturelles) dont les enjeux éloignés du contexte de la performance sportive laissent entrevoir des limites évidentes (relatives à leur manque de spécificité), qui entravent leur utilisation auprès des équipes de sports collectifs.

L'ensemble de ce chapitre témoigne ainsi de la nécessité de créer un outil, spécifique au contexte sportif. S'appuyant sur des conceptions nouvelles du *communal coping* en sport, cet outil devra être capable de saisir la dimension interpersonnelle de ce construit et ainsi quantifier les stratégies de *communal coping* des athlètes en contexte de performance.

4. Les antécédents du coping en sport

L'étude des antécédents du coping renvoie à l'identification des facteurs susceptibles d'influencer l'adoption de certains types de stratégies de coping. La théorie cognitivo-motivationale-relationnelle des émotions (CMRT - Lazarus, 1991, 1999) ayant postulé l'existence d'antécédents personnels et situationnels au coping, plusieurs études empiriques ont été menées pour les identifier en contexte sportif. Si ces études ont été conduites selon une approche intrapersonnelle, leurs résultats laissent à penser que certains facteurs seraient également susceptibles d'influencer la mise en place de stratégies de coping particulières au niveau collectif. Si aucune étude n'a été conduite pour identifier les antécédents du *communal coping* en sport, des études sur les antécédents du coping dyadique et les hypothèses générales de Lyons et al. (1998) sur les antécédents du *communal coping* pourront guider notre réflexion quant aux facteurs qui conduiraient les individus des équipes sportives à s'engager collectivement dans des processus de gestion du stress.

4.1. Les antécédents du coping individuel en sport

La CMRT (Lazarus, 1991, 1999) présente deux types d'antécédents du coping : les antécédents relatifs aux caractéristiques de l'individu et les antécédents relatifs aux caractéristiques l'environnement, susceptibles d'influencer l'adoption de stratégies de coping particulières au niveau individuel (Figure 3). Ce chapitre sur les antécédents du coping en sport se focalisera sur les caractéristiques relatives aux individus telles que la personnalité, la motivation, l'intelligence émotionnelle, et sur des caractéristiques relatives au groupe telles que la cohésion, qui peuvent influencer le coping au niveau individuel.

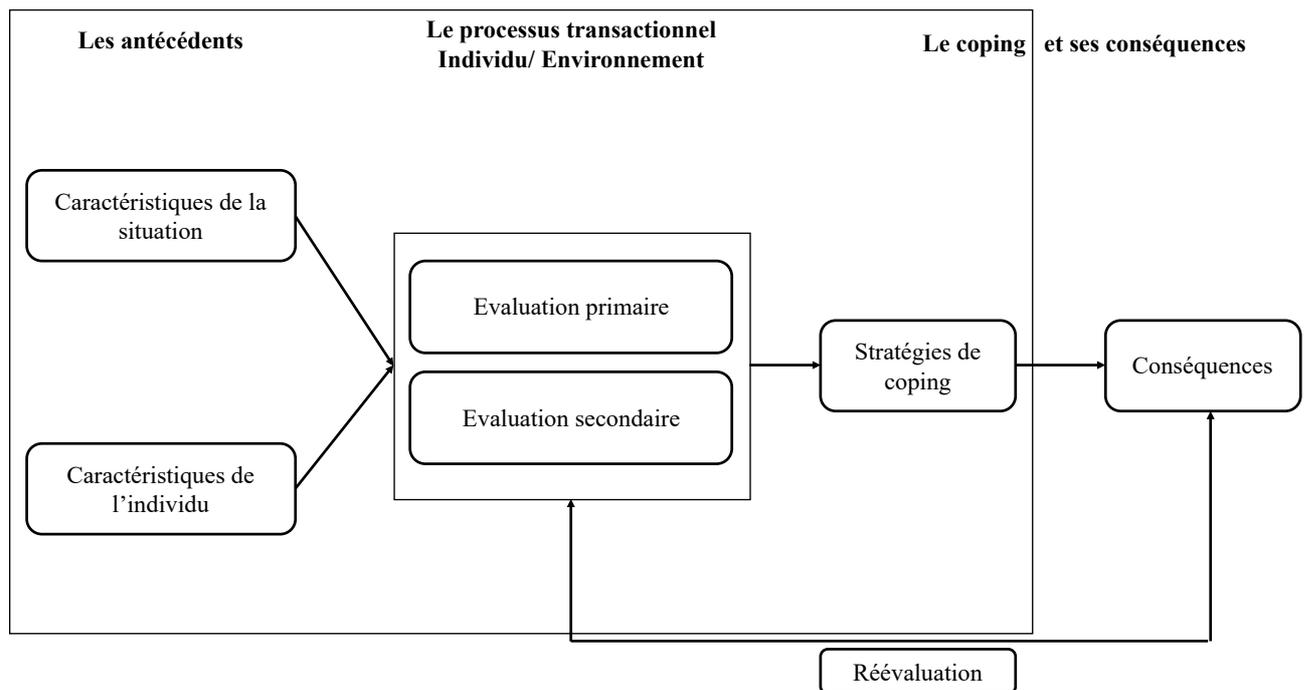


Figure 3 : Les antécédents du coping selon la CMRT (Lazarus, 1991, 1999)

4.1.1. Les antécédents individuels du coping en sport

Selon Lazarus et Folkman (1984), les antécédents individuels du coping jouent un rôle essentiel dans l'adoption de stratégies particulières. En sport, le rôle des facteurs tels que l'anxiété de trait, le perfectionnisme, les orientations motivationnelles, la personnalité ou l'intelligence émotionnelle a été mis en évidence (Doron, Stephan, & Le Scanff, 2013 pour revue ; Hoar, Kowalski, Gaudreau, & Crocker, 2006 ; Nicholls, Polman, Levy, & Borkoles, 2010). Par exemple, certaines caractéristiques individuelles des athlètes leur permettent de s'orienter davantage vers des stratégies de coping orientées vers la tâche visant à maîtriser les situations stressantes qu'ils rencontrent. C'est le cas de caractéristiques individuelles comme de faibles niveaux d'anxiété de trait (Giaccobi & Weinberg, 2000), le perfectionnisme marqué par des standards personnels élevés (Gaudreau & Antl, 2008 ; Hill, Hall, & Appleton, 2010 ; Mouratidis & Michou, 2011), des orientations motivationnelles auto-déterminées (Amiot, Gaudreau, & Blanchard, 2004 ; Dinca & Rosnet, 2007) ou des traits de personnalité, telle que définie dans le BIG5, caractérisée par un trait élevé de conscienciosité (i.e., représente un sens des règles associé à une auto-discipline, et une organisation méthodique) (Kaiseler, Polman, & Nicholls, 2012). Ainsi, ces différents facteurs permettent d'expliquer l'adoption par les athlètes de stratégies de coping particulières telles que la résolution de problème, la planification, la recherche de support instrumental, l'augmentation des efforts. À l'inverse, d'autres caractéristiques individuelles des athlètes favorisent l'adoption de stratégies centrées sur le désengagement entraînant

une rupture dans la volonté et les moyens qu'ils déploient pour atteindre leurs buts. C'est le cas de caractéristiques comme des traits d'anxiété élevés (Giaccobi & Weinberg, 2000), un perfectionnisme marqué par des préoccupations importantes face aux erreurs (Gaudreau & Antl, 2008 ; Hill et al., 2010 ; Mouratidis & Michou, 2011), des formes contrôlées de motivation (Dinca & Rosnet, 2007), ou des traits de personnalité, telle que définie dans le BIG5, caractérisée par un trait élevé de « neuroticisme ou névrosisme » (i.e., représente la tendance à une instabilité émotionnelle entraînant une prédisposition à ressentir des émotions négatives) (Kaiseler et al., 2012). Ainsi les caractéristiques sus-présentées peuvent expliquer une tendance chez les individus à s'orienter préférentiellement vers des stratégies de coping individuelles telles que la ventilation des émotions ou le désengagement.

En plus des antécédents précédemment décrits, le rôle d'un antécédent individuel a été plus particulièrement étudié ces dernières années, au travers du champ théorique de l'intelligence émotionnelle qui s'est développé en sport. Ainsi, des études ont mis en avant le rôle des compétences émotionnelles dans l'adoption des stratégies de coping (Laborde, Breuer-Weissborn, & Dosseville, 2013 ; Laborde, Brüll, Weber, & Anders, 2011 ; Laborde, Guillen, Dosseville, & Allen, 2015). Ces compétences revêtent un intérêt particulier dans le cadre des études qui seront développées dans cette thèse, car elles peuvent être déclinées en dimensions intra et interpersonnelles. Nous proposons donc de présenter plus spécifiquement ce construit, ces liens avec le coping individuel mais aussi sa possible implication dans les processus de coping collectif.

4.1.2. **Intelligence émotionnelle et stratégies de coping en sport**

4.1.2.1. Définition de l'intelligence émotionnelle

Le concept d'intelligence émotionnelle (ou compétences émotionnelles, Laborde, Dosseville, & Allen, 2016) initialement décrit par Goleman (1995), est aujourd'hui largement étudié dans divers domaines, en raison notamment de son influence sur la performance humaine, les relations et le bien-être (Stough Saklofske, & Parker, 2009). L'intelligence émotionnelle fait référence à la manière dont une personne identifie, exprime, comprend, régule et utilise ses propres émotions (i.e., intelligence émotionnelle intrapersonnelle) ou celles des autres (i.e., intelligence émotionnelle interpersonnelle) (Mayer & Salovey, 1997). Ainsi, les cinq composantes de l'intelligence émotionnelle se déclinent à la fois au niveau intrapersonnel mais également au niveau interpersonnel :

- (a) L'*identification* permettant d'identifier ses propres émotions et celles des autres.
- (b) La *compréhension* permettant de comprendre les causes et les conséquences de ses émotions et de celles des autres.

- (c) L'*expression* permettant d'exprimer ses émotions de manière socialement acceptable et permettant aux autres d'exprimer leurs émotions.
- (d) La *régulation* permettant de gérer ses émotions, et celles des autres.
- (e) L'*utilisation* permettant d'utiliser ses émotions et celles des autres pour accroître leur efficacité.

Dans la littérature, l'intelligence émotionnelle a été conceptualisée soit comme une aptitude (i.e., entraînable et dépendante des types de situations), soit comme un trait (i.e., relativement stable dans le temps et selon les situations). Pendant longtemps, ces deux conceptualisations ont été opposées. Pour dépasser cette dichotomie, Mikolajczak (2009), a proposé un modèle tripartite de l'intelligence émotionnelle en déclinant les compétences émotionnelles intra et interpersonnelles en trois niveaux. Le premier niveau concerne *les connaissances* implicites et explicites qu'un individu peut avoir sur les compétences précédemment citées. Le second décrit *la capacité* à appliquer ces connaissances en situation émotionnelle. Enfin le dernier concerne *le trait*, c'est-à-dire la propension à se comporter d'une certaine manière dans les situations émotionnelles.

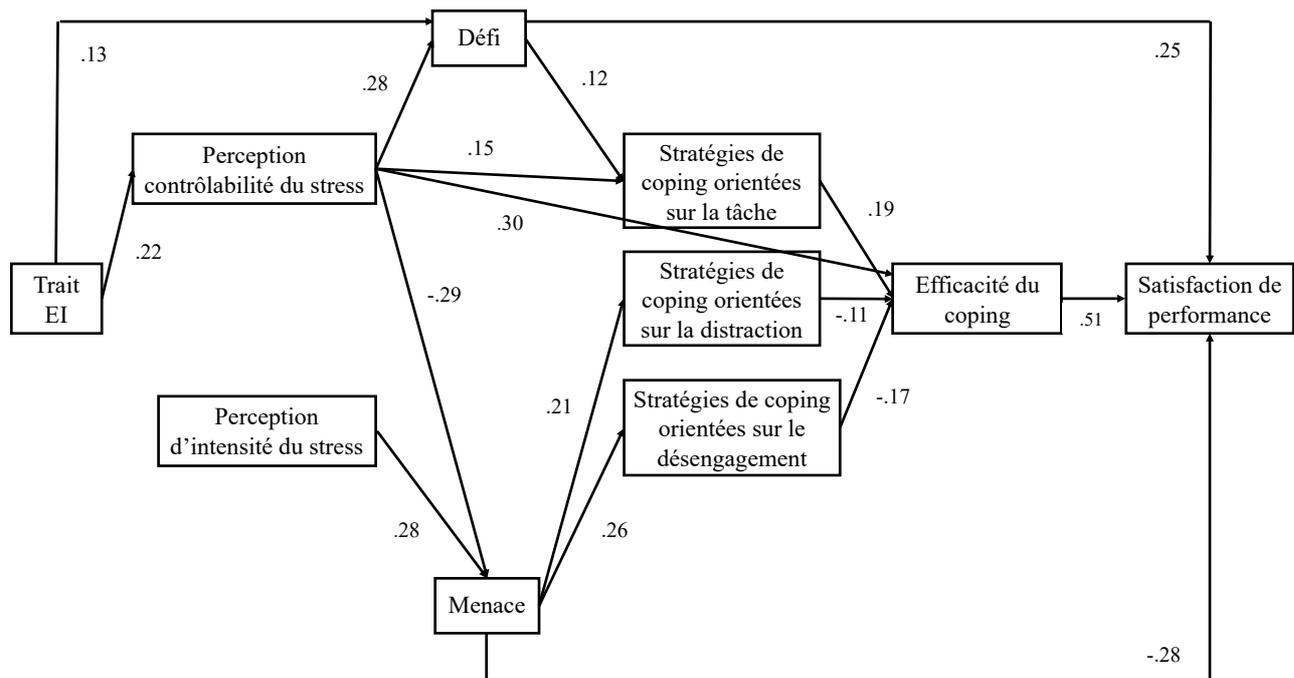
Le contexte sportif place les athlètes dans des situations les conduisant à expérimenter des émotions fortes. Cela implique pour eux d'être capables de les identifier, les comprendre, les exprimer, les réguler, et les utiliser pour eux-mêmes et pour les autres (Laborde, et al., 2015). Laborde et ses collaborateurs (2015) ont alors appliqué ce modèle tripartite de l'intelligence émotionnelle au contexte sportif, en illustrant les trois niveaux de connaissances, de capacités, et de trait. Le premier niveau relatif à la connaissance est par exemple illustré par un athlète qui ressent de l'anxiété et qui est conscient que des techniques de réévaluation cognitive peuvent être utilisées pour évaluer la situation et la percevoir comme un défi. Le second niveau relatif à la capacité s'illustre quand l'athlète est capable d'utiliser ces techniques de réévaluation cognitive pour gérer le stress provoqué par l'imminence d'une rencontre sportive). En revanche, l'athlète peut savoir que l'utilisation d'une technique de réévaluation cognitive peut l'aider, il peut l'exécuter efficacement dans une situation donnée, mais ne pas avoir l'habitude de l'intégrer et de l'utiliser à nouveau si des situations similaires se représentent. Ainsi, dans le cas de cet athlète, le troisième niveau de l'intelligence émotionnelle relatif au trait n'est pas effectif.

En 2001, Compas et ses collaborateurs ont caractérisé le positionnement et la fonction de deux concepts que sont les compétences et le coping, trop souvent confondus. Si le coping représente un processus d'adaptation, les compétences réfèrent quant à elles aux caractéristiques et aux ressources des individus nécessaires à cette adaptation. Ainsi, ce positionnement théorique amène à considérer les compétences émotionnelles comme des potentiels antécédents du coping. Conformément à cette

hypothèse, plusieurs études en contexte sportif ont mis en évidence des liens entre les compétences émotionnelles des athlètes et leurs stratégies de coping (Laborde et al., 2011 ; Laborde et al., 2013 ; Laborde, Dosseville, Guillèn, & Chàvez, 2014).

4.1.2.2. Le rôle de l'intelligence émotionnelle dans le développement des stratégies de coping particulières

En 2012, Laborde et ses collaborateurs ont montré qu'une intelligence émotionnelle de trait élevée était liée à une utilisation de stratégies de coping orientées vers la tâche, souvent identifiées comme les plus efficaces pour la performance sportive (Nicholls & Polman, 2007). Ces résultats ont confirmé ceux de Lane et al. (2009) mettant en évidence que des scores élevés d'intelligence émotionnelle de trait étaient associés à une utilisation plus fréquente de stratégies de coping orientées vers la tâche comme le dialogue interne, l'imagerie, le contrôle émotionnel, la fixation de but, les techniques d'activation et de relaxation à l'entraînement et en compétition. Ces résultats laissent penser que les athlètes avec des niveaux élevés d'intelligence émotionnelle de trait s'engagent dans des comportements plus adaptatifs dans des situations compétitives stressantes et augmentent donc leur chance de performer. Pour comprendre ces relations, Laborde et al. (2014) se sont appuyés sur le modèle du coping selon la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) pour mettre en évidence les liens et mécanismes d'action entre les traits d'intelligence émotionnelle, les évaluations cognitives de stress, les stratégies de coping et leur efficacité, ainsi que la performance subjective. Leurs résultats ont mis en avant des liens entre l'intelligence émotionnelle de trait et les évaluations cognitives de stress associées à une perception de défi vs perception de menace (Figure 4). Une perception de défi est alors reliée aux stratégies de coping orientées vers la tâche. Ce type de stratégies, à l'inverse des stratégies de coping orientées vers la distraction ou le désengagement, sont positivement associées à l'efficacité du coping, qui est elle-même reliée à la satisfaction de la performance. Cette étude renseigne en quoi les compétences émotionnelles peuvent expliquer l'adoption de stratégies de coping particulières en contexte sportif compétitif. En effet, il semble qu'un trait élevé d'intelligence émotionnelle permettent aux athlètes, par le processus de double évaluation cognitive décrit dans la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), d'évaluer les situations compétitives davantage comme des défis que comme des menaces. Cette évaluation cognitive de défi est associée aux stratégies de coping orientées vers la tâche dont les effets bénéfiques pour la performance ont été largement étudiés dans la littérature en psychologie du sport (cf., Nicholls et al., 2016 pour revue).



Tous les liens indiqués sont significatifs ($P < .05$)

Figure 4 : Modélisation des relations entre l'intelligence émotionnelle, l'évaluation du stress, les stratégies de coping, leur efficacité et la performance subjective (Laborde et al., 2014)

Les études sur les traits d'intelligence émotionnelle et le coping ont mis en évidence le rôle joué par cette dernière dans l'utilisation de stratégies de coping au niveau individuel en sport. Cependant, ces études ont principalement utilisé des questionnaires dont la structure factorielle ne distinguait pas l'intelligence émotionnelle intrapersonnelle de l'intelligence émotionnelle interpersonnelle (e.g., le Questionnaire de Trait d'intelligence émotionnelle – TEIQ - Petrides, 2009, validé en contexte sportif par Laborde et al., 2015). Depuis 2013, un nouvel outil de mesure des compétences émotionnelles permet de mesurer ce construit dans sa dimension intra- et interpersonnelle en obtenant des scores pour ces deux sous-échelles (i.e., le profil de compétences émotionnelles – PEC – Brasseur, Grégoire, Bourdu, & Mikolajczak, 2013). Son utilisation pourrait alors permettre de mesurer la dimension interpersonnelle de l'intelligence émotionnelle des athlètes. Cette dernière pourrait alors jouer un rôle dans l'adoption de stratégies de coping particulières au niveau collectif. En effet, nous pourrions supposer que des athlètes avec des scores élevés d'intelligence émotionnelle interpersonnelle, renvoyant à leur capacité notamment à identifier, comprendre et réguler les émotions de leurs coéquipiers(ères), seraient plus enclins à s'engager dans des stratégies de coping au niveau collectif.

Au-delà de l'intelligence émotionnelle, qui représente une caractéristique relative aux individus, d'autres caractéristiques relatives aux équipes, comme la cohésion, pourraient être considérées pour comprendre l'adoption de stratégies de coping particulières au niveau collectif. Si la cohésion a été

étudiée jusqu'alors comme un antécédent social du coping individuel, sa nature sociale pourrait faire d'elle un potentiel antécédent du *communal coping*.

4.1.3. Cohésion et stratégies de coping en sport

4.1.3.1. Définition de la cohésion

La cohésion est un « *processus dynamique qui reflète la tendance des groupes à rester unis dans la satisfaction des besoins affectifs de ces membres et la poursuite de leurs objectifs communs* » (Carron, Brawley, & Widmeyer, 1998, p. 213). Ce processus complexe, indicateur du fonctionnement des groupes, est ainsi retrouvé dans les groupes qui ont tendance à rester liés dans la difficulté et à faire face aux perturbations (Ronayne, 2004).

La cohésion est un phénomène multidimensionnel qui inclut à la fois des composantes sociales et opératoires au niveau individuel et collectif (Carron, Widmeyer, & Brawley 1985). La cohésion sociale fait référence à la notion de cohésion des membres de l'équipe pour des raisons sociales, reflétant ainsi le degré avec lequel les membres d'une équipe aiment interagir ensemble et apprécient la compagnie de chacun. Elle se décline en deux niveaux : le premier niveau individuel (i.e., l'Attraction Individuelle Sociale - AIS) fait référence aux liens personnels de l'athlète avec les membres de son équipe ; le second niveau collectif (i.e., l'Intégration Sociale du Groupe - ISG) fait référence aux perceptions de l'intégration de l'équipe en tant qu'unité sociale. La cohésion opératoire, quant à elle, reflète le degré avec lequel les membres d'une équipe sont prêts à travailler ensemble sur une tâche donnée, restant ainsi unis pour atteindre des objectifs communs en matière de performance. De la même manière que la cohésion sociale, elle se décline en deux niveaux : le premier (i.e., l'Attraction Individuelle Opératoire – AIO) représente l'implication personnelle des athlètes dans les objectifs de l'équipe et leur réalisation, le second (i.e., l'Attraction Opératoire du Groupe – AOG) concerne la perception de l'unité de l'équipe autour de ses tâches de performance.

4.1.3.2. Le rôle de la cohésion dans le développement des stratégies de coping particulières

La cohésion a été décrite dans la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) comme un antécédent social capable d'influencer le processus de double évaluation cognitive, et de manière indirecte les stratégies de coping des athlètes lors de situations compétitives. Ainsi, la cohésion peut influencer l'évaluation primaire (i.e., évaluation des enjeux de la compétition), sans qu'il n'existe de consensus quant aux conséquences de cette influence : la cohésion pouvant faciliter ou entraver la perception de défi ou de menace par exemple. En effet, selon certains auteurs (e.g., Freeman & Rees, 2009 ; Weiss, Smith,

& Theeboom, 1996), la perception d'un fort degré de cohésion pourrait être associée à une diminution de la pression et de l'importance accordée à une compétition. En effet, la perception du groupe comme une entité unie qui travaille ensemble vers des objectifs de performance (i.e., AOG) en partageant les responsabilités de la tâche (Brawley, Carron, & Widmeyer, 1987) pourrait diminuer la perception des enjeux de la situation. À l'inverse, d'autres auteurs (e.g., Brewer & Gardner, 1996) mettent en avant que la cohésion pourrait également augmenter chez les athlètes le sentiment d'indispensabilité (Karau & Hart, 1998) et les inquiétudes quant au fait de décevoir ses coéquipiers (Hardy, Lawrence, & Grant 2005), pouvant ainsi renforcer une perception de menace lors de l'évaluation primaire. Concernant l'évaluation secondaire, plusieurs auteurs (e.g., Freeman & Rees, 2009 ; Wolf, Eys, Sadler, & Kleinert, 2015) s'accordent sur le fait que des niveaux élevés de cohésion, associés à un partage des ressources et une meilleure coordination (Filho, Tenenbaum, & Yang, 2015), des comportements pro-sociaux (Bruner, Boardley, & Côté, 2014), et une augmentation du soutien informationnel (Courneya & McAuley, 1995), favoriseraient la perception de ressources de coping disponibles des athlètes. De ce fait, les athlètes percevant des niveaux élevés de cohésion dans leur équipe, pourraient être plus enclins à percevoir au cours de la seconde évaluation cognitive les situations compétitives comme des défis et non des menaces, et ainsi s'engager dans des stratégies de coping adaptatives.

Ainsi, certaines caractéristiques des individus (i.e., intelligence émotionnelle) et certaines caractéristiques relatives au groupe (i.e., cohésion), capables d'influencer les processus d'évaluation cognitive et/ou les stratégies de coping en sport au niveau individuel pourraient également jouer un rôle dans l'utilisation de stratégies de coping particulières au niveau collectif. En effet la dimension interpersonnelle de l'intelligence émotionnelle, « orientée vers autrui », et la nature sociale de la cohésion pourraient venir jouer un rôle dans le développement de stratégies de coping au niveau collectif en sport. À ce jour, aucune étude n'a cherché à identifier les antécédents du coping collectif en contexte sportif. Cependant, les études ayant porté sur les antécédents du coping dyadique (e.g., dyades conjugales ou dyades entraîneur-athlète) et le modèle théorique de Lyons et al. (1998) pourraient servir de cadre d'analyse aux antécédents du *communal coping* en sport.

4.2. Les antécédents du coping dyadique

Les antécédents du coping dyadique ont principalement été étudiés dans le champ de la santé et des relations conjugales (Helgeson et al., 2018 ; Staff, Didymus, & Backhouse, 2017b) et très récemment dans le cadre des dyades entraîneur-athlète (Staff et al., 2017a).

4.2.1. **Les antécédents du coping dyadique dans le champ de la santé et des relations conjugales**

Dans le champ de la santé, Helgeson et ses collaborateurs (2018) ont proposé un modèle du coping des dyades conjugales dans le contexte des maladies chroniques. Ces auteurs ont identifié trois antécédents individuels, relationnels et situationnels du coping dyadique. Ainsi, lorsque dans un couple, l'un des deux partenaires souffre d'une maladie chronique, certaines caractéristiques dispositionnelles des individus et certaines caractéristiques de la situation et/ou de la relation favorisent le développement de stratégies de coping dyadique. Le premier antécédent concerne les dispositions de l'individu souffrant de maladie chronique et réfère à sa *construction de soi interdépendante*, c'est-à-dire à la manière dont l'individu se définit en lien avec les autres (Cross & Madson, 1997). Cette disposition chez la personne malade l'encouragerait à laisser de la place aux autres dans sa vie, notamment dans des contextes d'adversité, et ainsi faciliterait l'implication du partenaire dans une gestion commune de la maladie. Le deuxième antécédent est relationnel et concerne *la qualité de la relation*. Cette dernière faciliterait l'engagement commun du couple à adopter une approche de coping dyadique. Enfin, le dernier antécédent situationnel réfère à *la nature de la maladie*. Selon la nature de la maladie, le partenaire peut plus ou moins s'impliquer dans des stratégies de coping communes avec le partenaire malade. Par exemple, des maladies chroniques telles que le diabète de type 2 préconisent des traitements centrés sur la pratique d'une activité physique et un suivi diététique auquel le partenaire non malade peut participer aisément. En revanche, les traitements de maladies de douleurs chroniques préconisent des stratégies davantage individuelles telle que la relaxation, la méditation ou la diminution de certains mouvements qu'il sera plus difficile de faire appliquer au partenaire.

Au-delà de ces antécédents du coping dyadique dans une situation spécifique de maladie chronique dans le couple, Staff et al. (2017b) ont réalisé une revue systématique de la littérature pour répertorier les antécédents individuels et situationnels du coping dyadique dans les relations conjugales en s'appuyant sur 46 études empiriques. Leurs résultats ont mis en évidence que dans les couples, le développement de coping dyadique pouvait être influencé par la connaissance, les caractéristiques de la relation, le rôle tenu dans la relation, la culture et le genre. *La connaissance* relative au coping dyadique peut être acquise de manière directe (e.g., lors d'une thérapie de couple) ou indirecte (e.g., avoir vu un couple d'amis adopter une approche dyadique) et favorise le développement de stratégies de coping communes au couple. *Les caractéristiques de la relation* jouent également un rôle dans le développement du coping dyadique. De manière générale, ce dernier

est favorisé par des relations longues, stables, dont le niveau de satisfaction et de qualité est élevé. Lorsque le couple fait face à une maladie d'un des partenaires, *le rôle* tenu au sein de la dyade a son importance quant à l'intensité du stress perçu par les membres de la dyade (le/la patient(e) présente des niveaux de stress généralement plus élevé) et aux stratégies de coping dyadique développées (le/la partenaire non malade décrit des niveaux de coping dyadique plus élevé dans la majorité des études). Enfin, *la culture* (e.g., les orientations collectives, la spiritualité) et *le genre* influencent également le développement de coping dyadique des couples (les femmes s'engageraient plus facilement dans du coping dyadique).

Comme évoqué dans les chapitres précédents, le coping dyadique a été investigué en contexte sportif au sein des dyades entraîneur-athlète. Dans ce contexte, des caractéristiques individuelles et situationnelles peuvent également venir influencer l'utilisation de stratégies de coping par les dyades entraîneur-athlète.

4.2.2. **Les antécédents du coping dyadique en sport**

Les antécédents du coping dyadique en contexte sportif ont été bien moins étudiés que dans le contexte des relations conjugales, en raison notamment de l'intérêt très récent de ce sujet en sport et du nombre restreint d'études ayant investigué le coping des dyades entraîneur-athlète (Staff et al., 2017a). Staff et al. (2017a), ont néanmoins cherché à investiguer de manière qualitative les caractéristiques de la relation entre l'entraîneur et l'athlète qui favoriseraient le développement de stratégies de coping dyadique entre ces deux protagonistes. Pour cela, ces auteurs ont réalisé des entretiens semi-directifs menés séparément avec les entraîneurs, puis les athlètes, avant de mener des entretiens avec les dyades entraîneur-athlète. Les résultats de ces entretiens ont mis en évidence trois types d'antécédents au coping dyadique entre l'entraîneur et l'athlète qui favoriseraient l'engagement de ces deux protagonistes dans des évaluations partagées des stressseurs et des stratégies de coping communes. Le premier de ces antécédents réfère à *la qualité de la relation entre l'entraîneur et l'athlète*, par l'ajustement des fonctionnements de chacun (« *Lock and key fit* » – ajustement de chaque clé à sa serrure). Cet ajustement des modes de fonctionnement des deux membres de la dyade contribue à la mise en place d'un climat bienveillant et soutenant, facilitant l'engagement dans des stratégies de coping partagées. Le deuxième antécédent réfère à *la confiance et à la relation amicale* entre les membres de la dyade, traduisant le lien mutuel et l'intégrité de la relation entre un athlète et son entraîneur. Cet antécédent, particulièrement cité par les entraîneurs et les athlètes, permet une implication mutuelle de ces deux acteurs dans les processus de gestion du stress. Cela leur permet en effet d'évaluer les stressseurs rencontrés dans leur environnement sportif comme communs et de développer des stratégies de coping partagées pour y faire face. Enfin, le troisième antécédent

concerne *la communication autour des stressseurs* rencontrés par les entraîneurs et les athlètes. Cette communication verbale ou non verbale, permet aux membres de la dyade à la fois de percevoir les stressseurs de manière « partagée » et ainsi en retour de développer des stratégies de coping communes pour y faire face.

Les résultats des travaux ayant porté sur le coping dyadique au sein des dyades conjugales ou entraîneur-athlète ont permis d'identifier des caractéristiques pouvant faciliter le recours à des stratégies de coping dyadique partagées. Cependant, ces antécédents ne peuvent être assurément considérés comme des antécédents du *communal coping*, le coping dyadique ne relevant pas de manière systématique du *communal coping* (cf., chapitre 2). Ainsi à ce jour, aucune étude n'a porté spécifiquement sur l'exploration des antécédents du coping collectif en dehors du contexte des dyades. En effet, même dans les autres domaines de la psychologie où le *communal coping* a été étudié au sein des groupes (e.g., groupe de survivants de catastrophes naturelles), aucune étude n'a identifié les antécédents impliqués dans la gestion collective du stress collectif. Bien qu'aucune étude empirique n'ait été menée, Lyons et ses collaborateurs (1998) mettent en avant certains facteurs susceptibles d'influencer le déploiement de stratégies de *communal coping*.

4.3. Les antécédents du *communal coping*

Le concept de *communal coping* implique, d'une part, une évaluation cognitive partagée par les personnes confrontées à une source de stress, et d'autre part, une orientation collective de faire face pour y répondre. Par conséquent, les antécédents spécifiques du *communal coping* selon Lyons et al. (1998) doivent à la fois influencer l'évaluation partagée et l'engagement dans des stratégies collectives.

Selon ces auteurs, quatre antécédents situationnels, relationnels, relatifs au groupe ou individuels pourraient favoriser ou entraver ces deux processus impliqués dans le *communal coping*. Le premier antécédent concerne *la nature des situations*. En effet, des situations exposant un nombre important de personnes à un stressseur commun (e.g., guerre, catastrophes naturelles, oppression politique, attaques terroristes) amènent ces individus à percevoir la source de stress comme partagée et induisent en retour le développement de stratégies de *communal coping* par les victimes de ces situations. Pour faire le parallèle avec le contexte sportif, les sports collectifs apparaissent comme un terrain d'étude pertinent du *communal coping* et de ses antécédents car les situations vécues par les athlètes de sports collectifs les exposent régulièrement à des stressseurs qu'ils peuvent évaluer comme communs et

auxquels ils doivent collectivement faire face (Doron & Bourbousson, 2017). Le deuxième antécédent réfère aux *caractéristiques des relations* qui jouent également un rôle dans le développement ou non du *communal coping*. En effet, les individus s'engagent davantage dans des stratégies de *communal coping* avec des personnes proches. Dans le contexte sportif, une équipe constituée de joueurs qui évoluent ensemble depuis longtemps et/ou qui présenterait des niveaux de cohésion élevés aurait alors une propension plus marquée à s'engager dans des processus de gestion du stress collectif comparativement à une équipe nouvellement formée, ou avec un faible niveau de cohésion. Certaines *cultures* pourraient représenter un antécédent relatif aux caractéristiques des groupes qui favorisent ou entravent le développement du *communal coping*. Par exemple, des groupes promouvant le communautarisme, auraient une propension plus forte à la mise en place du *communal coping*. Il est possible d'imaginer en contexte sportif que certaines caractéristiques des équipes (e.g., les norme du groupe, son identité) pourraient également jouer un rôle dans le développement des stratégies de *communal coping*. Enfin, il semble que des antécédents individuels comme *le genre* tiennent également un rôle important dans la mise en place ou non du *communal coping* : les femmes qui semblent plus à même de percevoir le soutien social, le solliciter, et à prendre des rôles « maternants », s'engageraient plus naturellement dans des stratégies de *communal coping*. De la même manière en contexte sportif, il est possible d'envisager que des antécédents relatifs aux individus (e.g., niveau d'intelligence émotionnelle) favoriseraient l'engagement des athlètes dans des processus de *communal coping*.

Ainsi, bien qu'il n'existe pas à l'heure actuelle d'études sur les antécédents du *communal coping* en contexte sportif, il semble possible d'envisager que des antécédents situationnels (e.g., la nature du sport), individuels (e.g., l'intelligence émotionnelle) ou relatifs au groupe et ses relations (e.g., sa cohésion) pourraient venir expliquer l'utilisation de stratégies de *communal coping* particulières au sein des équipes sportives.

Les études présentées dans ce chapitre ont permis d'identifier les antécédents individuels et relatifs au groupe favorisant l'utilisation de certains types de stratégies de coping individuel par les athlètes en contexte sportif. Elles ont également exposé les antécédents individuels et situationnels facilitant les orientations de coping dyadique dans les dyades conjugales ou entraîneur-athlète, et ont laissé entrevoir certains antécédents du *communal coping* (antécédents individuels, situationnels ou relatifs au groupe et à la qualité de ses relations ; Lyons et al., 1998).

4.4. Résumé

Ce quatrième chapitre a présenté les antécédents du coping (i.e., coping individuel, coping dyadique, *communal coping*) dans différents contextes (i.e., sportif, relations conjugales, santé). En contexte sportif, les antécédents du coping ont été largement étudiés, mettant en évidence le rôle de certaines dispositions des individus (e.g., anxiété trait, perfectionnisme, motivation, intelligence émotionnelle de trait) dans l'utilisation de stratégies particulières de coping au niveau individuel. Parmi ces antécédents du coping individuel en sport, des caractéristiques individuelles comme l'intelligence émotionnelle revêtent un intérêt particulier car leurs dimensions interpersonnelles pourraient venir expliquer l'utilisation de stratégies collectives de gestion du stress. D'autres caractéristiques relatives au groupe et à la qualité de ses relations telles que la cohésion pourraient également représenter un antécédent potentiel du *communal coping* des athlètes, expliquant l'engagement de plusieurs coéquipiers(ères) dans des stratégies collectives de coping. Au niveau du coping dyadique, une revue systématique de la littérature sur les antécédents du coping dyadique au sein des relations conjugales (Staff et al., 2017b) a récemment mis en évidence l'influence de la connaissance, des caractéristiques de la relation, du rôle tenu dans la relation, de la culture et du genre dans l'adoption du coping dyadique dans les couples. Peu étudiés en contexte sportif, les antécédents du coping au sein des dyades entraîneur-athlète n'ont été investigués que dans une seule étude (Staff et al., 2017a). Ces résultats ont mis en évidence le rôle de trois facteurs influençant le coping dyadique dans ce contexte : la qualité de leur relation, la confiance et la communication autour du stress. Au-delà de l'étude du coping au niveau interpersonnel au sein des dyades, aucune étude empirique n'a exploré les antécédents du *communal coping* au sein de groupes de taille plus importante où l'évaluation des stressors est partagée, que ce soit en contexte sportif ou en contexte de psychologie des catastrophes naturelles. Seuls Lyons et ses collaborateurs (1998) ont proposé que des antécédents situationnels (i.e., la nature des situations), relationnels (i.e., les caractéristiques des relations), individuels (i.e., le genre), ou relatifs au groupe (i.e., sa culture) pourraient influencer le développement du *communal coping*. Malgré la description de ces antécédents du *communal coping* par Lyons et al. (1998), aucune étude empirique n'a investigué ces aspects pour mieux comprendre l'orientation de plusieurs individus dans des stratégies collectives de gestion du stress. En s'appuyant sur les résultats des recherches présentées dans ce chapitre et des hypothèses qu'ils ont fait naître quant aux rôles de l'intelligence émotionnelle et de la cohésion, l'étude des antécédents du *communal coping* en sport pourrait faire l'objet d'une investigation plus approfondie, pour mieux comprendre les mécanismes sous-jacents à l'adoption de stratégies collectives dans ce contexte spécifique.

5. Problématique

La performance sportive est intimement liée à la manière dont les athlètes font face aux exigences (physiques, techniques, tactiques et psychologiques) lors de leurs activités compétitives, en développant notamment des stratégies de coping efficaces. Parmi ces stratégies, certaines présentent des formes plus ou moins adaptatives, facilitant ou entravant ainsi l'atteinte d'objectifs de performance des athlètes (voir Nicholls et al., 2016 pour une méta-analyse).

Ces dernières années, de nombreuses recherches ont été conduites en contexte sportif pour étudier les exigences auxquelles les athlètes étaient confrontés (cf., Arnold & Fletcher, 2012 pour revue) et les stratégies de coping qu'ils utilisaient en réponse (e.g., Crocker et al., 2015 ; Hoar et al. 2006). La grande majorité de ces études s'est appuyée sur la théorie cognitivo-motivationale-relationnelle des émotions (CMRT- Lazarus, 1991, 1999) et depuis maintenant plus de trente ans, cette dernière sert de référentiel théorique à de nombreux travaux visant à comprendre les processus d'adaptation au stress en sport. Ces recherches ont notamment permis la mise en évidence des sources de stress fréquemment rencontrées par les athlètes (e.g., la blessure, l'adversaire, les enjeux de performance, la peur de commettre une erreur, les relations interpersonnelles) et des stratégies de coping développées pour y faire face (e.g., l'augmentation des efforts, la recherche de soutien, l'évitement, la résolution de problème, la planification). Les recherches sur le coping en sport ont également démontré que l'adoption de ces stratégies pouvait être influencée par des antécédents situationnels (e.g., les demandes spécifiques d'un sport) et/ou individuels (e.g., la personnalité, les orientations motivationnelles) (Doron et al., 2013 pour revue ; Hoar et al., 2006 ; Nicholls, et al., 2010). Enfin, pour rendre compte de l'efficacité des stratégies de coping, des recherches ont porté sur leurs conséquences, notamment au regard de la performance, mettant ainsi en évidence des liens positifs entre les stratégies centrées sur la tâche et la performance, et des liens négatifs entre les stratégies dites d'évitement et la performance (Nicholls et al., 2016).

L'ensemble de ces recherches a permis un éclairage particulièrement complet sur la manière dont les athlètes font face au stress dans leur activité compétitive. Cependant ces travaux se sont principalement inscrits dans une perspective intrapersonnelle (i.e., centrée sur l'individu, ses stressors et ses stratégies), sans prendre en compte la dimension interpersonnelle de ces processus (Crocker et al., 2015 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Or, l'environnement sportif dans lequel les athlètes évoluent est éminemment social et leurs stratégies de coping émergent bien souvent d'une coordination d'efforts individuels et collectifs (Friesen et al., 2013 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Ainsi, pour comprendre comment les athlètes, notamment de sports collectifs, font face au stress, il

reste un large champ d'études à mener pour prendre en compte le stress et le coping non plus au niveau de l'individu mais au niveau de l'équipe.

Le cadre d'analyse du *communal coping* de Lyons et al. (1998), développé en marge du contexte sportif (e.g., psychologie de la santé, de la famille ou des catastrophes naturelles), pourrait s'avérer être un cadre d'analyse pertinent pour explorer les mécanismes interpersonnels de la gestion du stress au sein des équipes sportives, et ainsi étendre les connaissances sur le stress et le coping au niveau collectif. En effet, selon ces auteurs, le *communal coping* se met en place quand plusieurs individus qui expérimentent des stressors communs unissent leurs efforts pour faire face ensemble en développant des réponses collectives de coping. L'application de ce modèle s'est faite dans divers domaines de la psychologie où l'expérience de sources de stress communes est évidente (e.g., catastrophes naturelles, Wlodarczyk et al., 2016 ; la maladie dans un couple, Helgeson et al., 2018 ; ou le divorce dans une famille, Afifi et al., 2006). Ces études ont permis d'identifier les stratégies de *communal coping* développées par plusieurs individus confrontés à des stressors communs (e.g., évitement, redirection de l'attention, communication, régulation des réponses émotionnelles, clarification des rôles dans la famille) dans des contextes spécifiques tels qu'un tremblement de terre ou la maladie dans un couple. Bien que Lyons et ses collaborateurs (1998, p. 592) soulignent que « *l'impact du communal coping est évident en sport* », rares sont les études qui ont utilisé ce cadre d'analyse pour comprendre les processus de stress et de coping des athlètes au niveau de l'équipe en contexte sportif. Cependant, plusieurs arguments laissent à penser qu'une approche interpersonnelle serait pertinente au regard des caractéristiques de l'environnement des sportifs et de la nécessité pour ses derniers de faire face ensemble en situation de performance.

En contexte sportif, et plus particulièrement en sport collectif, les stressors rencontrés et les émotions ressenties par les athlètes sont souvent de nature sociale (Campo, et al., 2012). En effet, selon Tamminen et Gaudreau (2014), les stressors en contexte sportif peuvent être expérimentés par plusieurs coéquipiers(ères) d'une même équipe selon deux procédés : soit un stressor est évalué par un athlète et peut ensuite impacter indirectement les autres membres de l'équipe (e.g., la blessure d'un athlète, une altercation d'un athlète avec un entraîneur), soit un stressor peut être directement évalué collectivement par l'ensemble du groupe (e.g., faire face à un adversaire particulier). Cette simultanéité des stressors a été étudiée au sein d'une équipe de basket, mettant en évidence la synchronisation de l'expérience de sources de stress communes par les joueurs en cours de match (Doron & Bourbousson, 2017). Dans le cadre des expériences communes de stress, les émotions qui résultent de la confrontation aux stressors peuvent également être expérimentées de manière

collective, notamment suite à des phénomènes de contagion (i.e., contagion émotionnelle - Hatfield, et al., 1994). Ainsi, dans une équipe, les émotions des athlètes peuvent influencer et/ou être influencées par les émotions des coéquipiers(ères) (Campo et al., 2012 ; Tamminen & Crocker, 2013). Il paraît donc évident que, confrontés à des sources de stress et des émotions communes, les athlètes soient bien souvent amenés à développer des stratégies collectives leur permettant de les gérer ensemble. La prise en compte des stratégies de gestion du stress collectives (i.e., *communal coping*) apparaît donc comme une nécessité pour comprendre les processus d'adaptation mis en place au sein des équipes. Jusque-là non étudiées au niveau de l'équipe, ces stratégies de *communal coping* devraient se différencier de certaines formes de coping interpersonnel (e.g., coping dyadique) déjà étudiées dans la littérature en psychologie du sport ces dernières années.

Tout d'abord, le *communal coping* se distingue conceptuellement de la notion de soutien social qui inclut les stratégies de coping impliquant une recherche de soutien vers une tierce personne. En effet, contrairement à la recherche de soutien social où les individus sollicités ne sont pas directement confrontés à un stresser commun, le *communal coping* concerne la manière dont un ensemble d'individus confrontés à un stresser commun fait face ensemble (Neely et al., 2017 ; Nicholls & Perry, 2016). À ce titre, le *communal coping* en sport collectif va également au-delà des formes de coping identifiées dans le cadre des dyades entraîneur-athlète ou du trio formé par des parents et leur enfant athlète (Neely et al., 2017). Les processus de *communal coping* dans les équipes impliquent effectivement un plus grand nombre d'acteurs qui partagent un stresser commun, ce qui n'est pas toujours le cas dans le cadre du coping dyadique. Enfin, le *communal coping* se distingue d'une forme de coping collectif décrite par Tamminen et Gaudreau (2014) comme le « coping dans l'équipe » (i.e., *coping in team*). Ce dernier concerne la manière dont chaque membre de l'équipe gère son stress, et les effets de cette somme de coping individuels sur les autres individus et sur les résultats de l'équipe. Selon ces mêmes auteurs, le *communal coping* s'apparenterait davantage à la notion de « coping de l'équipe » (i.e., *coping of team*), c'est-à-dire la manière dont l'équipe dans son ensemble fait face collectivement. C'est précisément cette notion de coping de l'équipe dans son ensemble qui n'a pas été étudiée jusqu'alors et qu'il est nécessaire d'explorer en contexte de sports collectifs. Cette exploration du *communal coping* pourrait alors venir compléter les recherches sur des construits interpersonnels proches comme la régulation émotionnelle interpersonnelle (Campo et al., 2012 ; Friesen et al., 2013 ; Tamminen & Crocker, 2013) ou la résilience collective (Morgan, et al., 2013, 2015 ; Morgan, Fletcher, & Sarkar 2017) qui ont été étudiés au sein des équipes sportives. Au-delà de la caractérisation du *communal coping* en sport collectif, la question des mécanismes psychologiques conduisant à l'adoption de stratégies de coping collectives particulières et notamment

des facteurs pouvant être considérés comme des antécédents se pose. Jusqu'à aujourd'hui, leur étude demeure en marge des enjeux sportifs.

En effet, dans leur description du *communal coping*, Lyons et al. (1998) ont supposé que le *communal coping* pouvait être influencé par des antécédents situationnels (i.e., la nature des situations), individuels (i.e., le genre), ou relatifs au groupe et ses relations (i.e., sa culture, son degré de cohésion). Or ces hypothèses sont formulées de manière à pouvoir s'appliquer quel que soit le contexte (e.g., famille, catastrophes naturelles) et, par conséquent, ne prennent pas en compte la spécificité du contexte sportif décrite précédemment. En contexte sportif, une étude a exploré les antécédents du coping dyadique, mais ce dernier ne relevant pas systématiquement du *communal coping*, il n'existe pas à l'heure actuelle d'études permettant d'identifier les antécédents, individuels et/ou collectifs (i.e., liés à l'équipe elle-même) du *communal coping* en sport, qui favoriseraient ou non l'engagement des équipes sportives dans des processus d'adaptation collectifs. Si nous pouvons supposer que certains antécédents du coping individuel décrits dans le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) pourraient jouer un rôle (e.g., l'intelligence émotionnelle, la cohésion), des études restent à mener pour comprendre le rôle spécifique joué par ces antécédents dans le développement du *communal coping* en contexte sportif.

Ainsi, au regard des connaissances scientifiques actuelles, des investigations apparaissent nécessaires pour identifier et comprendre les processus interpersonnels d'adaptation au stress des équipes sportives. Ce travail doctoral aura donc pour objectif de démontrer que dans les équipes de sports collectifs, pour faire face aux émotions et aux stressseurs communs rencontrés par les athlètes en situation compétitive, il existe des formes spécifiques de *communal coping*. Ces stratégies de *communal coping* spécifiques devraient alors se différencier des stratégies de coping individuel, de soutien social ou de coping dyadique étudiées dans le contexte sportif, des stratégies de *communal coping* identifiées dans des contextes présentant des caractéristiques différentes des enjeux sportifs ; mais également des stratégies interpersonnelles étudiées dans les champs théoriques de la régulation émotionnelle interpersonnelle et de la résilience collective. De plus, l'adoption de ces stratégies devrait être influencée par des antécédents relatifs aux caractéristiques des individus ou de l'équipe, qui expliqueraient l'engagement de celle-ci dans des stratégies de *communal coping* particulières. Ce programme de recherche vise donc à répondre aux trois questions suivantes non explorées à ce jour dans la littérature en psychologie du sport :

- 1. Quelles sont les formes spécifiques de *communal coping* développées par les équipes, pour faire face collectivement à des stressseurs communs rencontrés en situation de compétition ?**

2. **À quelles fonctions d'ordre supérieur répondent ces stratégies de *communal coping* mises en place par les équipes pendant une compétition/un match ?**
3. **Quels antécédents relatifs aux caractéristiques individuelles des athlètes de sports collectifs, et/ou relatifs à l'équipe dans son ensemble peuvent favoriser ou entraver le développement de stratégies de *communal coping* particulières ?**

Pour répondre aux questions 1 et 2, une première étude exploratoire (Étude 1) sera nécessaire pour identifier les stratégies de *communal coping* des athlètes. En partant des stressors communs rencontrés en match par des athlètes de sports collectifs, celle-ci aura pour objectif de faire émerger les réponses collectives spécifiques qui en découlent. Tout comme les stratégies de coping individuelles qui ont fait l'objet de nombreuses classifications (i.e., regroupement des stratégies en catégories d'ordre supérieur, relatives aux fonctions auxquelles elles répondent, Skinner et al., 2003), ces stratégies de *communal coping* seront analysées puis regroupées en catégories d'ordre supérieur afin de mettre en lumière les fonctions auxquelles elles répondent. Ce travail permettra de caractériser les stratégies spécifiques de *communal coping* en sport collectif, mettant en relief leurs caractères distinctifs vis-à-vis d'autres formes de coping (e.g., le coping individuel, le support social) ou d'autres construits proches (e.g., la résilience collective, la régulation émotionnelle interpersonnelle).

Pour répondre à la question 3, une étude corrélacionnelle menée au sein d'équipes de football aura pour objet d'examiner les antécédents du *communal coping* en contexte sportif. Cette partie du travail se centrera donc sur les mécanismes explicatifs du *communal coping* en cherchant à comprendre quels sont les antécédents impliqués dans l'adoption de stratégies collectives par les équipes de football et si le rôle des évaluations cognitives décrit dans la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) pourrait être étendu au niveau collectif (Étude 3). Afin de mener cette étude quantitative, un outil de mesure spécifique du *communal coping* sera préalablement créé (Étude 2). Ce questionnaire répondra à l'absence d'outils spécifiques pour mesurer le *communal coping* pour les sports collectifs en compétition. En effet, nombreux sont les outils qui mesurent le coping individuel, mais ces derniers ne sont pas à même de saisir la dimension interpersonnelle du coping de l'équipe. De plus, les rares questionnaires qui existent sur le *communal coping* ont été créés dans des contextes aux enjeux très éloignés de la performance sportive (e.g., Wlodarczyk et al., 2016).

6. Étude 1 : Le coping dans les équipes : Exploration des stratégies de *communal coping* des athlètes de sports collectifs pour faire face aux stressseurs communs

Cette première étude vise à explorer les stratégies de *communal coping* développées par les athlètes de sports collectifs en contexte de compétition. A l'aide d'entretiens semi-directifs, 10 athlètes (sept hommes, trois femmes ; $M_{\text{âge}} = 26.3$ ans, $ET_{\text{âge}} = 7.67$) de sports collectifs différents (football, rugby, volleyball, hockey sur glace, basketball) ont été interrogés. Les données analysées avec une procédure d'analyse thématique ont révélé quatre thèmes de stressseurs partagés et 13 stratégies de *communal coping* regroupées en quatre dimensions d'ordre supérieur : le *communal coping* centré sur (a) la résolution collective de problème, (b) la régulation de la relation, (c) la régulation collective des émotions, (d) le désengagement collectif. En s'appuyant sur une approche interpersonnelle de la gestion du stress en sport, cette première étude a permis de caractériser les stratégies de *communal coping* et leurs fonctions spécifiques dans ce contexte, mettant ainsi en avant une nouvelle conception du coping en milieu sportif.



Coping in Teams: Exploring Athletes' Communal Coping Strategies to Deal With Shared Stressors

Chloé Leprince^{1*}, Fabienne D'Arripe-Longueville² and Julie Doron^{1,3}

¹ Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance, Paris, France, ² LAMHESS (EA6312), University of Côte d'Azur, Nice, France, ³ Laboratory Movement, Interactions, Performance (EA 4334), Faculty of Sport Sciences, University of Nantes, Nantes, France

OPEN ACCESS

Edited by:

Adam Robert Nicholls,
University of Hull, United Kingdom

Reviewed by:

Mustafa Sarkar,
Nottingham Trent University,
United Kingdom
Roland Seiler,
Universität Bern, Switzerland

*Correspondence:

Chloé Leprince
chloe.leprince@insep.fr

Specialty section:

This article was submitted to
Movement Science and Sport
Psychology,
a section of the journal
Frontiers in Psychology

Received: 04 February 2018

Accepted: 18 September 2018

Published: 09 October 2018

Citation:

Leprince C, D'Arripe-Longueville F
and Doron J (2018) Coping in Teams:
Exploring Athletes' Communal Coping
Strategies to Deal With Shared
Stressors. *Front. Psychol.* 9:1908.
doi: 10.3389/fpsyg.2018.01908

Although sport psychology research has mainly focused on stress and coping as intrapersonal processes, stressful circumstances are often experienced in social groups and coping emerges as a combination of individual and group effort (Tamminen and Gaudreau, 2014). Based on Lyons et al. (1998) model of communal coping, this study aimed to address the lack of knowledge about stress and coping as an interpersonal process, by exploring shared stressors and communal coping strategies within team sports. Semi-structured interviews were conducted with 10 team sport athletes (seven males, three females; $M_{\text{age}} = 26.3$ years, $SD_{\text{age}} = 7.67$, range 15–38) who participated in different team sports (football, rugby, volleyball, ice hockey, and basketball). Data were analyzed using an inductive thematic analytic procedure. The results revealed four themes of shared stressors involving issues relating to social pressure, relationships between teammates, performance, or logistics and organization; and four themes of communal coping, namely: problem-focused communal efforts, relationship-focused coping, communal management of emotions, and communal goal withdrawal. The results provided empirical support to the communal coping model (Lyons et al., 1998) and extend understanding of coping processes as defined initially by the CMRT of emotion (Lazarus, 1999, 2000a). This study provided unique insight into the nature of communal coping in sport and performance setting, and specifically, how stressors are apprehended in team sports and how athletes can collaborate to deal with shared stressors during competitive encounters.

Keywords: shared stressors, communal coping, team sports, interpersonal perspective, team performance

INTRODUCTION

Successful adaptation in sport settings requires effective cognitive, behavioral, and emotional self-regulation skills (Lazarus, 2000b; Tamminen et al., 2014; Crocker et al., 2015). A critical process in self-regulation is coping (Lazarus, 1999), which involves the capacity to modulate thoughts, affects, and behaviors over time and across changing challenging environments (e.g., Gaudreau et al., 2010). Although sport psychology research has primarily focused on coping as a within-person or intrapersonal process, stressful circumstances are often experienced in social groups, as in team sports, and coping emerges as a combination of individual and group efforts (e.g., Lyons et al., 1998; Friesen et al., 2013; Tamminen and Gaudreau, 2014). Successful team adaptation is often the result of teamwork and interpersonal coordination (Friesen et al., 2015). However, to date, little

is known about how athletes in a team collectively cope with stressors during competitive sport encounters (e.g., Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015). Thus, the purpose of this study was to extend knowledge on stress and coping processes by exploring shared stressors and the ways in which team sport athletes collectively deal with them by using an interpersonal perspective.

Much of the research on stress and coping within sport psychology is based on Lazarus's cognitive-motivational-relational theory (CMRT) of emotion (Lazarus, 1999, 2000a). Within this theory, stress is a process that occurs as the result of a transaction, or reciprocal effects, between athletes and their environment (Lazarus, 2000a; Hoar et al., 2010). Sources of stress within these transactions are called stressors and refer to demands that individuals appraise as taxing or exceeding their resources (Crocker et al., 2015). Over the past couple of decades, sport psychology researchers have focused on examining the different events, demands or situations that athletes appraise as stressors (e.g., Noblet and Gifford, 2002; Arnold and Fletcher, 2012; Fletcher et al., 2012). Some of these studies focused specifically on team sports and identified specific stressors appraised by team sport athletes (e.g., Anshel and Wells, 2000; Holt and Hogg, 2002; Noblet and Gifford, 2002; Nicholls et al., 2006, 2009). For example, Anshel and Wells (2000) identified five main categories of stressors experienced by competitive basketball players during a game: interpersonal conflicts, refereeing decisions, personal performance problems, opposition influences, and team behavior. The majority of these studies (e.g., Holt and Hogg, 2002) emphasized in their conclusions that many of the stressors faced by athletes were related to the social interactions in the context of the team environment (e.g., coaches, game demands, getting a bad call by an official). However, a key limitation of these studies is that stressors in team sports have largely been explored from an individualistic or intrapersonal perspective by focusing on how each individual in a team appraises and experiences internal or/and external events as stressors (Tamminen and Gaudreau, 2014).

There is also a clear need to explore how appraisal of stressors by athletes influences and is influenced by other team members during their common unfolding team activity and to what extent sources of stress are shared by teammates during sport encounters (i.e., interpersonal perspective). Lyons et al. (1998, p. 583) proposed defining a communal stressor as "when one or more individuals perceives a stressor as "our" problem (a social appraisal) vs. "my" or "your" problem (an individualistic appraisal)." To date, few studies have adopted an interpersonal perspective and examined to what extent the stressors individually appraised were also appraised and experienced by teammates at the same or different times during specific sport situations (e.g., Tamminen et al., 2016b; Doron and Bourbousson, 2017). Recently, Doron and Bourbousson (2017) investigated the nature of the stressors for nine competitive basketball players on the same team, as appraised during a game, as well as the degree of synchronization of these stressors during an unfolding game. They showed that team sport athletes shared and experienced similar and common game-specific stressors and how such communal stressors are arranged

together within the team to generate team level configurations of stress. Their results provided empirical support to research call of Crocker et al. (2015) to investigate how stressors are appraised as a team and how athletes' shared appraisals may be congruent or incongruent from their teammates' appraisals. However, the results of Doron and Bourbousson (2017) did not explore the collective efforts teammates made in response to the shared game-specific stressors. Despite the promising results of this study, further information is needed to provide deeper understanding of how athletes interact within the social context of a team to collectively deal with shared stressors (Tamminen and Gaudreau, 2014). Indeed, exploration of how teams can use their collective resources to overcome shared stressors has so far been overlooked (Morgan et al., 2013, 2015; Bowers et al., 2017).

Traditionally, coping is defined as constantly changing "cognitive and behavioral efforts to manage specific external and/or internal demands that are appraised as taxing or exceeding the resources of the person" (Lazarus and Folkman, 1984, p. 141). An athlete's overall self-regulation repertoire comprises a variety of coping strategies (e.g., effort expenditure, problem-solving, refocusing, seeking social support, relaxation, logical analysis, disengagement, acceptance, venting emotion) that can be grouped into meaningful and parsimonious higher-order dimensions of coping (e.g., Compas et al., 2001). In their recent meta-analysis, Nicholls et al. (2016) proposed a new and comprehensive coping classification: (a) *mastery coping*, including strategies that involve athletes attempting to take control of a stressful situation and thus eliminate the stressor (e.g., task-oriented coping, problem-focused coping, engagement, approach); (b) *internal regulation coping*, in which athletes attempt to manage internal responses to stress (e.g., emotion-focused, acceptance, distraction-oriented); and (c) *goal coping withdrawal*, referring to athletes ceasing their efforts to achieve goals (e.g., disengagement-oriented coping, behavioral disengagement, mental disengagement, venting emotion).

Coping processes, like sources of stress, have been studied almost exclusively from an individualistic perspective (Lyons et al., 1998; Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015). For example, Holt and Hogg (2002) investigated the sources of stress of soccer players and the coping strategies they used to deal with them. While they did not adopt an interpersonal approach in their investigation, they discussed perspectives relating to the importance of training elite team sport athletes in ways of coping with the social stressors associated with their particular team subculture and performance environment; they also discussed developing inter-player communication skills or supportive behavior as team coping strategies. Once again, this study focused on sources of stress and coping strategies in team sports without exploring the collective efforts developed by teammates to deal with common team-specific stressors. Given that team sports denote an inherently social context involving a number of important interpersonal relationships (e.g., between athletes, and between athletes and staff), there is a need for better understanding of coping from a social network or interpersonal perspective (Nicholls and Perry, 2016; Neely et al., 2017).

Communal coping represents a novel perspective through which to examine athletes' collective efforts to deal with stressors

in a team or group context. It refers to a process whereby stressors are appraised and acted upon in the context of close relationships, and describes the efforts of individuals in a group as they collectively cope with stressors (Lyons et al., 1998). To date, this concept has mainly been investigated in the fields of family psychology, health psychology and disaster psychology. Research has focused on circumstances where individuals deal with shared stressful events, such as divorce (e.g., Afifi et al., 2006), health problems (e.g., Rentscher et al., 2015) or natural disasters (e.g., Afifi et al., 2012; Richardson and Maninger, 2016; Włodarczyk et al., 2016). For example, Włodarczyk et al. (2016) examined the communal coping strategies of people affected by an earthquake in Chile in 2010. Their results provided evidence that shared stressful life circumstances were a context in which people engage in joint actions and communal coping strategies (e.g., avoiding the situation; regulating emotional responses; redirecting attention) in order to successfully cope with collective trauma. While some initial research has begun to explore interpersonal processes of stress and coping in various aforementioned contexts, studies examining these processes are relatively sparse in sport contexts. However, team sport appears to provide an ideal setting that offers multiple opportunities to provide a deeper understanding of how communal coping operates in various types of teams and in various contexts.

Lyons et al. (1998, p. 592) noted that, “the impact of communal coping is obvious in team sport.” In this field, sport psychology researchers have recognized the potential value of using an interpersonal approach in sport, given the inherently social nature of the activity (Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015). There is some sport related research that is connected to the concept of communal coping. For example, several studies of athletes have shown the benefits of social support in sport (e.g., Holt and Hogg, 2002; Hassell et al., 2010; Tamminen et al., 2016a) or interpersonal emotional regulation (e.g., Friesen et al., 2013; Tamminen and Crocker, 2013; Tamminen et al., 2016b). Recently, team resilience in elite sport has been recognized as an important avenue for researchers to better understand how teams can sustain optimum performance under pressure. New developments in this area of sport psychology research suggest that an understanding of how teams mobilize their collective psychosocial resources to withstand stressors is essential for optimal performance (Morgan et al., 2013, 2015, 2017; Decroos et al., 2017). While this new area of research focuses on the collective resilient characteristics of teams that can protect them from the potential negative effect of the stressors, little attention is paid specifically to the collective efforts and cooperative actions developed by teammates to deal with common team-specific stressors (i.e., communal coping strategies). Nevertheless, recent works have considered the interpersonal processes related to dyadic coping in coach-athlete dyads (e.g., Nicholls and Perry, 2016) or communal coping processes in small groups within families (Neely et al., 2017). For example, Neely et al. (2017) examined how female adolescent athletes and their parents cope with deselection from provincial sport teams using a communal coping perspective. The responsibility for coping with deselection

and its consequences appeared to change over time, moving from an “our problem, my (parents’) responsibility” orientation, through “our problem, our responsibility,” to an “our problem, my (athlete’s) responsibility” orientation. Their study contributed to depicting a process of communal coping. Nonetheless, there are no studies to date which have used a communal coping perspective to investigate athletes’ collective coping as a team (Lyons et al., 1998; Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015).

The Present Study

Considering the widespread use of the CMRT of emotion (Lazarus, 1999, 2000a), it is not altogether surprising that sport researchers have primarily studied stress and coping as an intrapersonal process. Nevertheless, specific coping behaviors of teams might be quite distinct from the individual coping behaviors generally reported by athletes in qualitative studies and through available self-reported questionnaires. On the other hand, communal coping (Lyons et al., 1998) offers a promising perspective to investigate the coping of a team – that is, how the team as a whole copes with the requirements of a collectively shared stressor. However, this concept has mainly been investigated in the fields of family psychology, health psychology and disaster psychology without consensual conceptualization and operationalization of exactly what phenomenon is to be studied. It might be time to envision an extension of stress and coping frameworks in which stress and coping are also operationalized at team level. Given the scarcity of research examining interpersonal processes of stress and coping within teams in sport contexts, qualitative methods were deemed as the most appropriate to explore shared stressors encountered by team sport athletes and communal coping strategies developed to deal with them. The purpose of this study was to investigate stress and coping as an interpersonal process within team sports. Specifically, the communal coping strategies used by the team (e.g., communal actions used by several teammates) to deal with shared stressors were qualitatively explored during competitive encounters.

MATERIALS AND METHODS

Participants

We purposefully sampled French male and female team sport athletes who varied in terms of age ($M_{\text{age}} = 26.3$ years, $SD_{\text{age}} = 7.67$, range 15–38), gender (three females, seven males), years of practice ($M = 17.6$ years, $SD = 8.7$, range 9–27), levels of practice, and who participated in different team sports. The diversity of the sample allowed us to collect a wide range of information. In addition to these criteria, the 10 participants were selected based on their key roles in their respective teams (see **Table 1**). After eight interviews, when two further interviews had been conducted with no new themes emerging, we defined this as the point of data saturation (Francis et al., 2010). All athletes volunteered to participate in this study. Informed consent was obtained from each player (or their parents in the case of minors) prior to participating. Assurance was given that all information

TABLE 1 | Participant information.

Participant	Age	Years of practice	Sport	Level	Specific role in the team
A1, WFB ^a	25	18	Football	Regional	Former captain
A2, MR ^b	21	8	Rugby	National	Captain
A3, MR ^b	19	6	Rugby	Youth international	Forwards' leader
A4, MR ^b	22	8	Rugby	International	Kicker and captain
A5, WVB ^c	38	30	Volleyball	National	Captain
A6, MVB ^d	32	18	Volleyball	National	–
A7, MVB ^d	32	17	Volleyball	National	Defensive leader
A8, MIH ^e	32	15	Ice hockey	National	–
A9, WBB ^f	15	6	Basketball	Youth international	Captain
A10, MBB ^g	30	25	Basketball	Regional	–

^aWomen's football, ^bmen's rugby, ^cwomen's volleyball ^dmen's volleyball, ^emen's ice hockey, ^fwomen's basketball, ^gmen's basketball.

would be confidential and anonymous. Accordingly, participant codes were used in the results section (see **Table 1** for full information). The protocol was also approved by the scientific committee of the French National Association of Research and Technology (ANRT).

Procedure and Data Collection

The first author contacted coaches to inform them of the study and asked them to approach athletes. Athletes were then contacted by phone and informed of the specific nature of the study. Data collection involved semi-structured interviews exploring shared game-specific stressors and communal coping strategies in team sports. Semi-structured interviews relied on the CMRT of emotion (Lazarus, 1999, 2000a) and on the Lyons et al. (1998) definitions of shared stressors and communal coping strategies. The semi-structured nature of the interview format allowed for flexibility to explore topics that were personally important to each participant (Patton, 2002).

Two team sport athletes (not among the 10 study participants) participated in first interviews to pilot the interview guide. These pilot interviews allowed the interviewer to become familiar with the interview guide and helped her to find effective ways to help athletes verbalize notions of sharing. For example, it was agreed that athletes should be prompted to explicitly verbalize their team's coping strategies immediately after the enunciation of each shared stressors, and not to separate the parts of the interview inquiring about shared stressors and communal coping strategies. In addition, for those athletes who had difficulty expressing shared stressors, they have been invited to remind them of recent match scenarios.

The final version of the guide comprised three parts: (a) general information about the athlete's background (e.g., past sport experience, his/her interest in his/her sport and his/her specific role in his/her team as captain or leader which ensuring a solid understanding of team functioning) and team social context (e.g., relationships between teammates, with the coach); (b) shared sources of stress within the team experienced during competitions (e.g., events which can impact several teammates during the game); and (c) communal coping strategies used by the team to deal with shared stressors (e.g., communal actions used by several teammates). Each athlete was questioned at

an interpersonal level on his/her perception of his/her team's experiences and functioning when faced stressful situations during competitions. General questions were asked to obtain detailed descriptions of team's experiences and functioning in these situations. For example, athletes were asked, "During a game, what specific incidents or events caused you and your teammates to feel collectively stressed?", "What disturbed the functioning of your team as a whole?", and "What were your thoughts and actions immediately after collectively experiencing this unpleasant event?". In this line, athlete's use of 'we-talk' was thought as an indicator of communal coping and his/her perception that their team collectively deal with stressors (Crocker et al., 2015). Interviews lasted between 39 and 67 min ($M = 49$ min, $SD = 8.7$) and was conducted by the first author, a sport psychologist accustomed to interview techniques. Interviews were audio recorded and transcribed verbatim, resulting in 152 pages of typed data.

Data Analysis

The research was conducted from a critical realist position, where the reality is assumed to exist but to be only imperfectly apprehendable because of basically flawed human intellectual mechanisms and the fundamentally intractable nature of phenomena (Guba and Lincoln, 1994). Through this ontological position, the analysis was performed following the main principles of the thematic analytic procedure (e.g., Braun and Clarke, 2006; Clarke and Braun, 2016): becoming familiar with the data, generating initial codes, searching for themes, reviewing and refining themes, identifying coherent patterns, defining and naming themes and producing the report. The coding was done by the first author, who had conducted the interviews, and the third author, who had experience in investigating stressors and coping in sport. They inductively coded on a line-by-line basis relevant data related to shared stressors encountered by the team and the communal coping strategies used to deal with them. When athletes reported a stressor as a common stressful event (i.e., not his/her problem or the problem of others, but our problem) (Lyons et al., 1998), the item was coded as a shared stressor (e.g., "When we see that our best players are beaten, whether it's in a fight, speed or during play, it's really difficult for us," A8, MIH). In the

same way, when athletes reported actions involving the sharing of resources and combining the efforts of several teammates (Lyons et al., 1998), the item was coded as a communal coping strategy (e.g., “*Our common strategy is to ignore,*” A6, MVB). Between each interview coding, the first and third authors shared their coding and discussed their results until agreement was reached.

Then, codes related to shared stressors and communal coping strategies were collated into potential themes, gathering all data relevant to each potential theme. The themes were checked depending on the identification of common features and adaptive functions. For example, communal coping strategies such as analysis and action planning, information sharing, refocusing, going back to basics and effort expenditure were grouped together on the basis that they shared a problem-focused communal effort function. The shared stressors and communal coping strategies’ themes, were labeled using procedures of constant comparison between the coded narratives, the related developed theories and the conceptualizations of the findings. Even though the analysis was inductively conducted, congruence between existing literature on stress and coping and concepts identified in our analysis was examined to label the different codes and themes (Sandelowski, 1993). When proposing new labels for the communal coping strategies and communal coping themes, and when deemed relevant, we tried to get as close as possible to some of the pre-existing labels for individual coping classification. Thus, communal coping themes have been named communal coping dimensions, in agreement with the classic denomination in the literature (i.e., Nicholls et al., 2016). However, this matching procedure was not possible for the stressors’ data because there is no comprehensive classification of stressors in competitive sport contexts (Tamminen and Holt, 2010).

As a final step in the analysis, we tabulated the number of meaning units (MUs) to observe the distribution of stressors and communal coping strategies among the 10 participants. To specify the distribution, coders counted each of the shared stressors and communal coping strategies, and the number of informants that reported each stressor or coping strategy.

Methodological Rigor

Several precautions were taken to follow a list of criteria such as credibility and critical researcher (Smith and McGannon, 2017). Indeed, the choice of participants with varied experience increased the possibility of shedding light on the research question from a variety of viewpoints (Patton, 1987) and ensured credibility. Secondly, a perpetual agreement was reached among co-researchers and experts. Thus, during the analysis process, the themes were revised several times. The second author played an important role in this phase, serving as a “critical researcher” questioning analytical decisions, possible researcher subjectivities, and offering potential alternative interpretations (Whittemore et al., 2001). Through these exchanges, the initial analysis and classification were discussed, critiqued and repeatedly modified to obtain a version that was satisfactory to the three authors.

RESULTS

The data analysis procedure revealed 272 MUs comprising 143 MUs related to shared sources of stress and 129 MUs related to communal coping strategies.

Shared Sources of Stress

The thematic analysis revealed four themes of shared stressors: “Social pressure issues” (35%, $n = 50$), “Relationship between teammates issues” (32.8%, $n = 47$), “Performance issues” (28.7%, $n = 41$), and “Logistical and organizational issues” (3.5%, $n = 5$).

Social Pressure Issues

This theme encapsulated the stressors associated with the pressure that the social environment of the team can generate. Social pressure includes behaviors such as an irritating coach, a referee who makes mistakes, an opponent who provokes. This theme also contains all the expectations of outcomes communicated by the media, spectators, leaders, or family. Some athletes, such as A7, MIH, A10, MBB, and A7, MVB cited stressors related to this theme:

A7, MIH: The referee...it’s a big problem because it really throws the team off.

A10, MBB: The coach got mad, he broke his board and got sent off. That doesn’t help us.

A7, MVB: Obviously the stakes influence us, especially when there is a lot of pressure on the matches. Sometimes it helps the team play well, but sometimes it’s a bit inhibiting.

Teammate Relationship Issues

This theme included stressors associated with negative teammate behaviors (e.g., repetition of errors, lack of commitment, arrogance) and negative social interactions between teammates. These interactions can be verbal (e.g., a reproach, negative communication) or non-verbal (e.g., aggressive behavior, physical manifestations of disapproval). This theme is illustrated by the following quotes:

A1, WFB: The captain, she didn’t act the way she should, she kept telling us off. . .and that created conflict between the girls.

A6, MVB: There’s one player in the team who spends all his time waving his arms in the air – to complain – he’s the coach’s favorite, and the public’s too. But I think it bothers the whole team.

Other athletes, such as A3, MR, described a situation in which relationships within their team were threatened by the reflection of one of the teammates:

A3, MR: Let’s take the example of a scrum. If we (the forward) are packed into a scrum and the prop is beaten by his opposite number. . . it’s difficult for him, it hurts his pride, it’s a big thing. And if, in addition, the number 10 then says to him “he’s getting you sideways, you can’t keep doing that,” he’s going to take it badly. He’s already suffered a scrum, maybe even a penalty, and then, as well as all that, his teammate doesn’t support him and doesn’t try to make him feel any better

about it. . . [. . .] And well, when you're a forward and you hear that. . . It's like you're having a go at your own team.

Team Performance Issues

This theme encapsulated the stressors associated with the team's performance level. It includes stressors linked to the low controllability of the situation and the score, the domination of the opponents and the decrease in the perception of team-*efficacy*. A9, WBB, A4, MR, and A8, MIH referred to these stressors in the following terms:

A9, WBB: We were all over the place, the others were counter-attacking all the time.

A4, MR: When you feel you're not going to make it, even the things you can normally do don't work. For example, if it's 2 against 1 and you don't manage the pass at the right time. Take the Perpignan away match, we knocked on in the in-goal area! At Montpellier, in the first half we were down 30 points to 3. . . We were being beaten in every area: scrums, passing, kicks, defense. . . it was a disaster, in the first half we were nowhere!

A8, MIH: When the team is. . . – traumatized is too strong- but the team is a bit . . . well, psychologically vulnerable, you really feel it. When it's tricky psychologically and you're beaten, you feel it. Everyone feels it. [. . .] When you're physically swamped by the opposition, that's the hardest. When we see that our best players are beaten, whether it's in a fight, speed or during play, it's really difficult for us.

Logistical and Organizational Issues

This theme encapsulated the stressors associated with the organizational aspects of competitions, such as travel or equipment. This theme is illustrated by the following quotes:

A7, MVB: We have a very specific routine on match days, and sometimes, if the journey doesn't go to plan, we can't follow it. That can affect us in the evening match.

A5, WVB: We've played in some gyms where there were leaks in the roof. Once, someone suggested we play in gloves, it was so cold.

Communal Coping Strategies

The 129 communal coping strategies used resulted in 13 categories, which then fitted into four overarching communal coping dimensions: "Problem-focused communal efforts"; "Relationship-focused coping"; "Communal management of emotions"; and "Communal goal withdrawal" (see **Table 2**).

Problem-Focused Communal Efforts

This dimension included communal coping strategies aimed at managing and solving problems encountered by several teammates during the competitive event in a collective way (see **Table 2**). Five communal coping strategies were identified in this dimension. (a) Analysis and action planning, consisting of analyzing a problematic situation together and organizing a communal action plan, as shown in the following quotes from two athletes whose teams were then down:

TABLE 2 | Frequency and intraclass percentage of strategies perceived by team members during a game.

Communal coping dimensions and strategies	<i>n</i> (%) participants	<i>n</i> (%) occurrences
Problem-focused communal efforts	8 (80%)	39 (30%)
Analysis and action planning	7 (70%)	15 (12%)
Information sharing	7 (70%)	11 (9%)
Refocusing	5 (5%)	5 (4%)
Going back to basics	2 (20%)	4 (3%)
Effort expenditure	3 (30%)	4 (3%)
Relationship-focused coping	10 (100%)	38 (29%)
Motivational support	6 (60%)	19 (15%)
Compensation	6 (60%)	11 (9%)
Social Joining	5 (50%)	8 (6%)
Communal management of emotions	10 (100%)	28 (22%)
Interpersonal emotional regulation	9 (90%)	18 (14%)
Reassurance	4 (40%)	6 (5%)
De-dramatization	3 (30%)	4 (3%)
Communal goal withdrawal	9 (90%)	24 (19%)
Task-disengagement	9 (90%)	16 (12%)
Venting emotions	5 (50%)	8 (6%)

A9, WBB: The strategy is to target the key elements together. Meaning, what we have do to get back into the game. Do we need to be stronger defensively? Do we need to work together more and share the ball around more? Perhaps we need to find a tactical angle?

A10, MBB: We agree what we need to do, and we try to find solutions among ourselves.

(b) Information sharing, consisting of seeking or providing information support to teammates in order to resolve the problem. For example, two athletes said:

A1, WFB: When something like an injury happens I try to give technical advice. [. . .]. I talk to those who were around to give practical advice: "Keep it simple," "Don't get worked up," "If you see it starting to get heated, move away. Until we get a substitution."

A5, WVB: -*During team out*- We ask the girls on the bench, as they have a different perspective [. . .] we go and ask their advice.

(c) Refocusing, consisting of teammates keeping the team's attention on task-relevant cues when they are facing a problem, as highlighted below:

A6, MVB: - *After a lost set* – We move on, as if we're starting a new match. What's done is done, we focus on what we have to do.

A10, MBB: We could easily have moved the focus away from the referee, saying, "OK, that's it, we're going to stop talking about the refereeing now, we're just going to play.

(d) Going back to basics, consisting of returning to fundamentals, simple game plans, which the team knows inside-out. The following quotes illustrated this strategy:

A5, WVB: We gave a lot in the 1st set. In the 2nd set we started out at the same pace and at a certain moment we decided that maybe we shouldn't overdo it and we should go back to basics a bit and play a more traditional game.

A8, MIH: Instead of skating about all over the place, we're going to try and refocus on simple, effective things.

(e) Effort expenditure, consisting of mobilizing the physical and mental resources of the team in order to act together directly on the stressful situation, as highlighted by the following quotes:

A5, WVB: We didn't even talk. We fought to the very end.

A10, MBB: It means that, on the contrary, we're going to go all out, we're going to be accurate in everything we do so that all the players can enjoy playing basketball well! That's the most important thing!

Relationship-Focused Coping

This dimension included coping strategies using cognitive and behavioral efforts to manage and sustain relationships within the team during the stressful episode (see **Table 2**). Three communal coping strategies were identified in this theme: (a) Motivational support, consisting of one or more teammates providing encouragement through behavioral or verbal actions to one or more players in order to sustain the relationship between teammates. For example, two athletes said:

A1, WFB: We gave each other a boost, saying, "Let's go, team!"

A3, MR: So then we start to win impacts again and move forward, we tell ourselves that they aren't better than us. Even in scrum phases our teammates encourage us and give us a boost and that helps keep us going.

(b) Compensation, consisting of adapting the team play to relieve a teammate in difficulty and compensate for his or her weaknesses, as shown in the following quotes:

A7, MVB: If a player is struggling, we say "No, don't worry, we'll adapt, we'll make up for it." We'll adapt and even if he doesn't play quite as well or if his distribution of the ball isn't as good, we'll make up for all that until he gets back into the game.

A5, WVB: They try to compensate if they can. Certain players try to make up for me so that you can't actually see that I'm not really in it. But actually if you know where to look, it shows because they don't compensate very well.

A9, MBB: - *When the point guard has difficulty*- So it means we have to spread the marking out a bit better between the other players.

(c) Social joining, consisting of physically joining forces to deal with the situation. This strategy is illustrated by the following quotes:

A3, MR: We huddle in the in-goal area, for example, when they score a try.

A1, WFB: When we group together, that cuts us off even further from the outside world, in fact it's a bubble. We're sort of in a bubble that is the game. We go back into the team bubble.

A9, WBB: For example, when there are free throws, we have what we call "middles": that's when we huddle together on the court. The five players get together, and the captain (usually me when I'm not injured) talks to the team.

Communal Management of Emotions

This dimension represented communal coping strategies aimed at regulating team emotions generated by the confrontation with shared stressors (see **Table 2**). Three communal coping strategies were identified in this dimension. (a) Interpersonal emotional regulation, consisting of inhibiting one's own emotions to protect teammates, to regulate a teammate's emotions or to use the group to regulate one's own emotions, as highlighted below:

A9, WBB: -*When a teammate gets angry at the referee*- So we had to push her and tell her to calm down. We go over to her and tell her to calm down and to move away from the referee so that he can't hear her. We do it because we know that when a girl is fixed on a thing like that, she's going to get angry.

A2, MR: When one guy makes a mistake, I try to calm down the others who want to jump on him.

A3, MR: For touch mistakes, I tend to take the blame so the guys aren't affected by it.

(b) Reassurance, consisting of helping a teammate in trouble with his/her skill, as highlighted by the following quotes:

A3, MR: -*To a player who has just come into play*- We had to reassure him. Tell him that he knows all the fundamental moves, that he can do it, and it'll be fine.

A7, MVB: His mates are around and they're going to try and go over to him and try to reassure him and give him confidence. Later, it might also be up to the coach to do that but it's the teammates who are on the court. So the first port of call on the court is the rest of the team: we try to reassure him.

(c) De-dramatization, consisting of defusing the situation together, as illustrated by the following quotes:

A7, MVB: The team laughs about the pressure, we make a joke of it. But afterwards, there's enormous pressure, we make a little bit of a joke of it. We joke about it between partners a bit, we make a joke of it so it's easier to deal with.

A8, MIH: -*When their goal keeper is continuously angry*- We muck about generally. We defuse the situation.

Communal Goal Withdrawal

This dimension represented the strategies through which a team withdraws from the process of actively striving toward the realization of desirable outcomes (see **Table 2**). Two communal coping strategies were identified in this dimension. (a) Task-disengagement, in which teammates collectively cease their efforts to achieve communal goals. For example, two athletes said:

A8, MIH: It was quite clear, they had all given up, the defense effort had just fallen off. We had given up on defensive moves, on challenging shots. . . and after that, in attack, we'd lost the pace, I mean, we slowed down, we took forced shots.

A8, MIH: Things like that which keep being repeated and show there's a drop in the team commitment. Yeah, it can happen, a team can just give up.

(b) Venting emotions, in which teammates collectively express and ventilate unpleasant emotional tensions, as highlighted by the following quotes:

A4, MR: I could see the whole team was about to boil over and complain.

A10, MBB: Well, everyone was angry, yeah. Everyone was angry, they were all complaining and saying "It's rubbish!".

DISCUSSION

The purpose of the present study was to explore team sport athletes' perceptions how their team collectively cope with shared stressors during competitive encounters. This study provides empirical support for recent research perspectives on stress and coping within teams in sport settings (Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015). The findings indicated that team sport athletes appraised several sources of stress as shared stressors or "our problem" (i.e., a social/team appraisal) and engaged in a variety of communal coping strategies to deal with them during competitive encounters.

The team sport athletes experienced numerous stressors during games, which appeared to affect the team's functioning as a whole. Specifically, the team sport athletes reported communal sources of stress appraised as "our" problem, related to social pressure issues (e.g., opponents' provocation, coaches' behaviors), relationships between teammates (e.g., negative behaviors, negative social interactions), performance issues (e.g., low controllability of the score or the situation, domination of the opponents), or logistical and organizational issues (e.g., equipment). Overall, the results complemented findings from previous research using an intrapersonal perspective to explore team sport athletes' individual sources of stress (e.g., Anshel and Wells, 2000; Holt and Hogg, 2002; Noblet and Gifford, 2002; Nicholls et al., 2006, 2009). In addition, our results supported the notion that stressors commonly identified at individual level also seemed to be identified at team level (i.e., social pressure, relationships between teammates and performance problems) (e.g., Doron and Bourbousson, 2017). As a result, future research on team adaptation could perhaps take into account how stressors are appraised as a team and how athletes' shared appraisals may be congruent or incongruent from their teammates' appraisals.

In response to shared stressors, team sport athletes used a variety of communal strategies to deal with them. The communal coping strategies identified can be grouped into four main communal coping dimensions: problem-focused communal efforts (e.g., analysis and action planning, information sharing); relationship-focused coping (e.g., motivational support, social joining); communal management of emotions (e.g., interpersonal emotional regulation, and reassurance); and communal goal withdrawal (e.g., task-disengagement, venting of emotions).

The identification of these four coping dimensions at the team level represents an important step in the understanding of communal coping in team sports by offering a new perspective on how teams cope when dealing with communal stressors. Indeed, these communal coping strategies concretely describe the collective actions teammates use to cope with shared stressors (e.g., sharing information and building an action plan together, encouraging each other to remobilise themselves, reassuring a teammate to restore their confidence). While these communal coping strategies share some similarities with individual coping functions (see Nicholls et al., 2016), the originality of our results stems from the identification of the specific forms of coping strategies athletes used at the team level to deal with shared stressors (e.g., Lyons et al., 1998; Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015).

Some of these communal coping strategies identified in the present research have been reported in previous studies conducted on communal coping in different contexts and social groups (e.g., Afifi et al., 2006, 2012; Rentscher et al., 2015; Richardson and Maninger, 2016). For example, problem-focused communal effort strategies, such as information sharing, material assistance, searching for contact, instrumental support or advice (e.g., Richardson and Maninger, 2016; Włodarczyk et al., 2016) have previously been reported in disaster survivors' actions to change or resolve stressful situations. Nevertheless, the sport context revealed specific forms of problem-focused communal effort strategies (e.g., refocusing, going back to basics, effort expenditure) depending on the specificity of the sport context which forces its athletes to remain collectively involved in the task to have a chance to perform together. This was also the case for communal goal withdrawal strategies which shared similarities with the avoidance strategies encountered in a natural disasters context but which took a specific form in the sport and performance context. In the context of natural disasters, they represent the survivors' actions to physically avoid the disaster site or the group's efforts to act as if nothing had happened (Włodarczyk et al., 2016), whereas in the sport context, they are more closely associated with goal withdrawal (i.e., ceasing efforts toward goal attainment). While our results appeared to share some similarities with previous studies conducted on communal coping, they also revealed the specific nature of communal coping used within team sports in a performance setting.

Furthermore, our results also revealed one dimension unique to communal coping, which differs from any existing individual coping dimensions (i.e., relationship-focused coping) and has not been previously highlighted at individual level in a sport context. Relationship-focused coping strategies seem to be used in order to maintain and develop the relationship within the team and to obtain collective benefit during the game (Lyons et al., 1998). In the context of relationships between couples, this coping dimension has previously been reported as the set of cognitive and behavioral efforts to manage and sustain social relationships during stressful episodes (e.g., O'Brien et al., 2009). In addition, in natural disaster contexts, Włodarczyk et al. (2016) reported that social joining coping strategies consisted

in helping individuals to build a closer bond when they were dealing with a source of stress. In the present study, relationship-focused coping strategies appeared to be designed to maintain the quality of relationships in the team in order to benefit collective performance during the competitive encounter. Overall, our results revealed how communal coping operates specifically within sport teams in performance settings and provided unique insights into the processes and forms of communal coping in a sport context.

This research is at the early stages of investigation into the interpersonal dimensions of stress and coping in sport and performance contexts (e.g., Nicholls and Perry, 2016; Doron and Bourbousson, 2017; Neely et al., 2017). Although previous research has investigated communal coping processes in a sport context within coach–athlete dyads (e.g., Nicholls and Perry, 2016) or within families (Neely et al., 2017), to date no work has explored these processes within team sports. In addition, in comparison to other fields (e.g., Afifi et al., 2006, 2012; Rentscher et al., 2015; Richardson and Maninger, 2016; Włodarczyk et al., 2016), it is important to recognize the specificity of communal coping in the particular context of team sport, where performance goals, exceeding limits and confronting adversity are ubiquitous. Thus, team sport athletes use specific communal coping strategies to deal with shared stressors by pooling their resources and developing cooperative actions in an attempt to achieve strong team performances. Qualitative investigation of these communal coping strategies made it possible to identify the concrete means put in place by athletes to cope together. Hence, our results extend the understanding of stress and coping processes as initially defined by the CMRT of emotion (Lazarus, 1999, 2000a) and provide empirical support for the communal coping model (Lyons et al., 1998) in sport contexts.

Our findings also provide a response to researchers who have highlighted the need for further study of how communal coping operates across different types of social groups (e.g., Afifi et al., 2012) and across various contexts (Richardson and Maninger, 2016). More specifically, our findings provide valuable insight into how stressors are approached in team sports and the way in which athletes collaborate to deal with these shared stressors (Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015; Bowers et al., 2017). This study reinforces the importance of using interpersonal approaches when studying the mechanisms of stress and coping in sport, given the inherently social nature of sport (Tamminen and Gaudreau, 2014; Crocker et al., 2015). These results contribute to the field of interpersonal emotional regulation and social support, and represent a first step in taking into account the interpersonal nature of coping in team sport contexts (Holt and Hogg, 2002; Hassell et al., 2010; Friesen et al., 2013; Tamminen and Crocker, 2013; Tamminen et al., 2016b). They also usefully complement studies on team resilience (Morgan et al., 2013, 2015, 2017) by focusing on the specific strategies that teams use when dealing with communal sources of stress. The contribution of these two concepts, communal coping and team resilience, provides a better understanding of how teams mobilize their collective psychosocial resources to withstand stressors and to sustain optimum performance under pressure.

On a practical level, these results reinforce the suggestions made by some authors who have underlined the importance for athletes of coping with social stressors and developing inter-player communication skills or supportive behavior as a team coping strategy (Holt and Hogg, 2002). To date, stress management programs aimed at training in coping strategies have mainly focused on the development of the individual's coping resources (e.g., McArdle and Moore, 2012). As a result of the present study, it seems important to make athletes and coaches aware of communal coping processes, and to develop and train in effective communal coping strategies to deal collectively with shared stressors. Stress management programs could be developed to help teams (a) collectively resolve problems, (b) strengthen relationships under stressful conditions, and (c) collectively regulate emotions.

Although this study observed a rigorous methodology, some limitations should be raised. The main limitation is that shared stressors and communal coping strategies of team sport were investigated through the perceptions of one member of a team without necessarily taking into account the team as a whole. We made this choice in order to be able to interview athletes from different teams, different sports, of different ages and different levels and thus span a wide range of information without being limited to a single team and its standards. Furthermore, we chose to interview athletes with specific roles (i.e., captain, leader in the field or in the life of the group) that gave him/her a good knowledge of his/her team and that allowed us to have access to a perception of the collective phenomena that could take place within a team. However, this choice has prevented us from verifying with certainty the collective aspect of stressors and the strategies cited. The second limitation is related to the method used (i.e., individual semi-structured interviews). Although this method maximized the ability to extract in-depth information, we were unable to verify the synchronization of the athletes' responses within their teams. Future research could use Doron and Bourbousson (2017) method or focus group interviews like Morgan et al. (2013) who used this method to develop a definition of team resilience and identified the resilient characteristics with elite sport teams. Thus, the use of focus groups with entire teams or randomly selected team members could lead to insights into coping as a team-regulatory process and overcome these potential biases (Tamminen and Gaudreau, 2014).

CONCLUSION

Despite these limitations, this study represents a first step in the study of stress and coping at team level. It highlights the interpersonal nature of the stress and coping processes in team sports. Although this study provides an initial insight, future research could continue the investigation of these collective processes by checking how they are shared, by whom they are initiated and how to train athletes in their use. It could also be useful to examine the antecedents (e.g., team cohesion, role and responsibility in the team or personality of teammates) and the consequences (e.g., team efficacy) of communal coping.

Furthermore, it would be interesting to develop specific ways to assess communal coping strategies in sport.

ETHICS STATEMENT

The protocol was approved by the local ethic committee of the French Football Federation and of the two Universities associated to the project. All subjects gave written informed consent in accordance with the Declaration of Helsinki.

AUTHOR CONTRIBUTIONS

CL, FD'A-L, and JD conceived the study. CL collected the data and mainly analyzed them with JD. All authors participated in the manuscript redaction. All authors had complete access to

the study data that support the publication and approved the manuscript.

FUNDING

This article was supported in part by a CIFRE grant (No. 2015/1174) from the French Football Federation which supports CL in her Ph.D. and the French Ministry of Higher Education and Research (ANRT).

ACKNOWLEDGMENTS

We would like to express sincere gratitude to athletes who participated in this study. We would also like to thank Devin Bonk for his helpful advice.

REFERENCES

- Affi, T. D., Hutchinson, S., and Krouse, S. (2006). Toward a theoretical model of communal coping in post-divorce families and other naturally occurring groups. *Commun. Theory* 16, 378–409. doi: 10.1111/j.1468-2885.2006.00275.x
- Affi, W. A., Felix, E. D., and Affi, T. D. (2012). The impact of uncertainty and communal coping on mental health following natural disasters. *Anxiety Stress Coping* 25, 329–347. doi: 10.1080/10615806.2011.603048
- Anshel, M. H., and Wells, B. (2000). Sources of acute stress and coping styles in competitive sport. *Anxiety Stress Coping* 13, 1–26. doi: 10.1080/1061580000248331
- Arnold, R., and Fletcher, D. (2012). A research synthesis and taxonomic classification of the organizational stressors encountered by sport performers. *J. Sport Exerc. Psychol.* 34, 397–429. doi: 10.1123/jsep.34.3.397
- Bowers, C., Kreutzer, C., Cannon-Bowers, J., and Lamb, J. (2017). Team resilience as second order emergent state: a theoretical model and research directions. *Front. Psychol.* 8:1360. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01360
- Braun, V., and Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qual. Res. Psychol.* 3, 77–101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Clarke, V., and Braun, V. (2016). “Thematic analysis,” in *Analyzing Qualitative Data in Psychology*, 2nd Edn, eds E. Lyons and A. Coyle (London: Sage), 84–103.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A. H., and Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychol. Bull.* 127, 87–127. doi: 10.1037/0033-2909.127.1.87
- Crocker, P. R. E., Tamminen, K. A., and Gaudreau, P. (2015). “Coping in sport,” in *Contemporary Advances in Sport Psychology: A Review*, eds S. Hanton and S. Mellalieu (New York, NY: Routledge), 28–67.
- Decroos, S., Lines, R. L. J., Morgan, P. B. C., Fletcher, D., Sarkar, M., and Fransen, K. (2017). Development and validation of the characteristics of resilience in sports teams inventory. *Sport Exerc. Perform. Psychol.* 6, 158–178. doi: 10.1037/spy0000089
- Doron, J., and Bourbousson, J. (2017). How stressors are dynamically appraised within a team during a game: an exploratory study in basketball. *Scand. J. Med. Sci. Sports* 27, 2080–2090. doi: 10.1111/sms.12796
- Fletcher, D., Hanton, S., Mellalieu, S. D., and Neil, R. (2012). A conceptual framework of organizational stressors in sport performers. *Scand. J. Med. Sci. Sports* 22, 545–557. doi: 10.1111/j.1600-0838.2010.01242.x
- Francis, J. J., Johnston, M., Robertson, C., Glidewell, L., Entwistle, V., Eccles, M. P., et al. (2010). What is an adequate sample size? *Psychol. Health* 25, 1229–1245. doi: 10.1080/08870440903194015
- Friesen, A. P., Devonport, T. J., Lane, A. M., and Sellars, C. N. (2015). Interpersonal emotion regulation: an intervention case study with a professional ice hockey team. *Athletic Insight* 7, 129–142.
- Friesen, A. P., Lane, A. M., Devonport, T. J., Sellars, C. N., Stanley, D. N., and Beedie, C. J. (2013). Emotion in sport: considering interpersonal regulation strategies. *Int. Rev. Sport Exerc. Psychol.* 6, 139–154. doi: 10.1080/1750984X.2012.742921
- Gaudreau, P., Nicholls, A., and Levy, A. R. (2010). The ups and downs of coping and sport achievement: an episodic process analysis of within-person associations. *J. Sport Exerc. Psychol.* 32, 298–311. doi: 10.1123/jsep.32.3.298
- Guba, E. G., and Lincoln, Y. S. (1994). “Competing paradigms in qualitative research,” in *Handbook of Qualitative Research*, eds N. K. Denzin and Y. S. Lincoln (Thousand Oaks, CA: Sage), 105–117.
- Hassell, K., Sabiston, C. M., and Bloom, G. (2010). Exploring the multiple dimensions of social support among elite female adolescent swimmers. *Int. J. Sport Psychol.* 41, 340–359.
- Hoar, S. D., Crocker, P. R. E., Holt, N. L., and Tamminen, K. A. (2010). Gender differences in adolescent athletes coping with interpersonal stressors in sport: more similarities than differences? *J. Appl. Sport Psychol.* 22, 134–149. doi: 10.1080/10413201003664640
- Holt, N. L., and Hogg, J. M. (2002). Perceptions of stress and coping during preparations for the 1999 women's soccer World Cup finals. *Sport Psychol.* 16, 251–271. doi: 10.1123/tsp.16.3.251
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and Emotion: A New Synthesis*. New York, NY: Springer Publishing.
- Lazarus, R. S. (2000a). “Cognitive-motivational-relational theory of emotion,” in *Emotions in Sport*, ed. Y. L. Hanin (Champaign, IL: Human Kinetics), 39–63.
- Lazarus, R. S. (2000b). How emotions influence performance in competitive sports. *Sport Psychol.* 14, 229–252. doi: 10.1123/tsp.14.3.229
- Lazarus, R. S., and Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York, NY: Springer Publishing.
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., and Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *J. Pers. Soc. Relationsh.* 15, 579–605. doi: 10.1177/0265407598155001
- McArdle, S., and Moore, P. (2012). Applying evidence-based principles from CBT to sport psychology. *Sport Psychol.* 26, 299–310. doi: 10.1123/tsp.26.2.299
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., and Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychol. Sport Exerc.* 14, 549–559. doi: 10.1016/j.psychsport.2013.01.004
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., and Sarkar, M. (2015). Understanding team resilience in the world's best athletes: a case study of a rugby union world cup winning team. *Psychol. Sport Exerc.* 16, 91–100. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.08.007
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., and Sarkar, M. (2017). Recent developments in team resilience research in elite sport. *Curr. Opin. Psychol.* 16, 159–164. doi: 10.1016/j.copsyc.2017.05.013
- Neely, K. C., McHugh, T.-L. F., Dunn, J. G. H., and Holt, N. L. (2017). Athletes and parents coping with deselection in competitive youth sport: a communal coping perspective. *Psychol. Sport Exerc.* 30, 1–9. doi: 10.1016/j.psychsport.2017.01.004
- Nicholls, A. R., Holt, N. L., Polman, R. C. J., and Bloomfield, J. (2006). Stressors, coping, and coping effectiveness among professional rugby union players. *Sport Psychol.* 20, 314–329. doi: 10.1111/j.1600-0838.2008.00772.x

- Nicholls, A. R., Jones, C. R., Polman, R. C. J., and Borkoles, E. (2009). Acute sport-related stressors, coping, and emotion among professional rugby union players during training and matches. *Scand. J. Med. Sci. Sports* 19, 113–120. doi: 10.1111/j.1600-0838.2008.00772.x
- Nicholls, A. R., and Perry, J. L. (2016). Perceptions of the coach-athlete relationship are more important to coaches than athletes in predicting dyadic coping and stress appraisals: an actor-partner independence mediation model. *Front. Psychol.* 7:447. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00447
- Nicholls, A. R., Taylor, N. J., Carroll, S., and Perry, J. L. (2016). The development of a new sport-specific classification of coping and a meta-analysis of the relationship between different coping strategies and moderators on sporting outcomes. *Front. Psychol.* 7:1674. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01674
- Noblet, A., and Gifford, S. M. (2002). The sources of stress experienced by professional Australian footballers. *J. Appl. Sport Psychol.* 14, 1–13. doi: 10.1080/10413200209339007
- O'Brien, T. B., DeLongis, A., Pomaki, G., Puterman, E., and Zwicker, A. (2009). Couples coping with stress: the role of empathic responding. *Eur. Psychol.* 14, 18–28. doi: 10.1027/1016-9040.14.1.18
- Patton, M. Q. (1987). *How to use Qualitative Methods in Evaluation*, 2nd Edn. Newbury Park, CA: Sage.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research and Education Methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Rentscher, K. E., Soriano, E. C., Rohrbaugh, M. J., Shoham, V., and Mehl, M. R. (2015). Partner pronoun use, communal coping, and abstinence during couple-focused intervention for problematic alcohol use. *Fam. Process* 56, 348–363. doi: 10.1111/famp.12202
- Richardson, B. K., and Maninger, L. (2016). We were all in the same boat: an exploratory study of communal coping in disaster recovery. *South. Commun. J.* 81, 107–122. doi: 10.1080/1041794X.2015.1111407
- Sandelowski, M. (1993). Theory unmasked: the uses and guises of theory in qualitative research. *Res. Nurs. Health* 16, 213–218. doi: 10.1002/nur.4770160308
- Smith, B., and McGannon, K. R. (2017). Developing rigor in qualitative research: problems and opportunities within sport and exercise psychology. *Int. Rev. Sport Exerc. Psychol.* 11, 101–121. doi: 10.1080/1750984X.2017.1317357
- Tamminen, K. A., and Crocker, P. R. E. (2013). I control my own emotions for the sake of the team: emotional self-regulation and interpersonal emotion regulation among female high-performance curlers. *Psychol. Sport Exerc.* 14, 737–747. doi: 10.1016/j.psychsport.2013.05.002
- Tamminen, K. A., Crocker, P. R. E., and McEwen, C. E. (2014). “Emotional experiences and coping in sport: how to promote positive adaptational outcomes in sport,” in *Positive Human Functioning from a Multidimensional Perspective*, eds A. R. Gomes, R. Resende, and A. Albuquerque (New York, NY: Sage Science), 143–162.
- Tamminen, K. A., and Gaudreau, P. (2014). “Coping, social support, and emotion regulation in teams,” in *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology: Contemporary Themes*, 2nd Edn, eds M. Beauchamp and M. Eys (New York, NY: Routledge), 222–239.
- Tamminen, K. A., and Holt, N. L. (2010). Female adolescent athletes' coping: a season-long investigation. *J. Sports Sci.* 28, 101–114. doi: 10.1080/02640410903406182
- Tamminen, K. A., McEwen, C. E., and Crocker, P. R. E. (2016a). Perceived parental support, pressure, and the socialization of adolescent athletes' coping. *Int. J. Sport Psychol.* 47, 335–354.
- Tamminen, K. A., Palmateer, T. M., Denton, M., Sabiston, C., Crocker, P. R. E., Eys, M., et al. (2016b). Exploring emotions as social phenomena among Canadian varsity athletes. *Psychol. Sport Exerc.* 27, 28–38. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.07.010
- Whittemore, R., Chase, S. K., and Mandle, C. L. (2001). Validity in qualitative research. *Qual. Health Res.* 11, 522–537. doi: 10.1177/104973201129119299
- Włodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Amutio, A., García, F. E., Reyes, C., et al. (2016). Positive effects of communal coping in the aftermath of a collective trauma: the case of the 2010 Chilean earthquake. *Eur. J. Educ. Psychol.* 9, 9–19. doi: 10.1016/j.ejeps.2015.08.001

Conflict of Interest Statement: The authors declare that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright © 2018 Leprince, D'Arripe-Longueville and Doron. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.

7. Étude 2 : Développement et validation préliminaire de l'Inventaire des Stratégies de Communal Coping pour les Sports Collectifs en Compétition

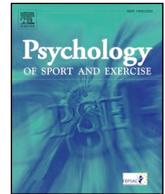
Après avoir caractérisé les stratégies et les dimensions de *communal coping* dans les équipes sportives en contexte de compétition, la question des mécanismes explicatifs de l'utilisation de stratégies collectives particulières s'est posée. La deuxième étude représente alors une étape préalable pour répondre à cette question. En effet, la présente étude a permis de développer et valider un outil de mesure du *communal coping* pour les sports collectifs en compétition. L'Inventaire des Stratégies de *Communal Coping* pour les Sports Collectifs en Compétition a été développé en s'appuyant sur les résultats de notre première étude pour mesurer les stratégies et dimensions de *communal coping*. La validation d'un tel outil a rendu possible la poursuite d'études corrélationnelles présentées par la suite, pour examiner les mécanismes explicatifs du *communal coping* en sport collectif.



ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Psychology of Sport & Exercise

journal homepage: www.elsevier.com/locate/psychsport

Development and preliminary validation of the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports

Chloé Leprince^{a,*}, Fabienne d'Arripe-Longueville^b, Julien Chanal^{c,d}, Julie Doron^e^a French Institute of Sport (INSEP), Laboratory Sport, Expertise and Performance (EA 7370), Paris, France^b Université Côte d'Azur, LAMHES (EA 6312), Nice, France^c Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Geneva, Geneva, Switzerland^d Distance Learning University, Brig, Switzerland^e Nantes Université, Movement - Interactions - Performance, MIP, EA 4334, F-44000 Nantes, France

ARTICLE INFO

Keywords:

Communal coping
Questionnaire validation
Team sports
Interpersonal perspective

ABSTRACT

Objectives: The study of how team sport athletes cope with stress in a collective way (i.e., *communal coping*, Lyons, Mickelson, Sullivan, & Coyne, 1998) is recent in sport. To date no questionnaire has been created to assess the specific communal coping strategies that team sport athletes use to cope collectively. The purpose of this study was therefore to develop and validate a questionnaire measuring communal coping at the team sport level (i.e., the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports - CCSICTS).

Method: Study 1 focused on creating items for the CCSICTS and tested their clarity and applicability. Study 2 tested the factorial structure of the CCSICTS with a sample of 371 Sport Science students. Study 3 examined the convergent validity of the questionnaire with other concepts such as affect, individual coping and cohesion.

Results: Study 1 resulted in the development of an initial pool comprising 66 items. The results of Study 2 showed that a model with 36 items fit the data well. These items measured 12 coping strategies, 11 of which are grouped into four higher-order dimensions. Study 3 showed congruent links between communal coping and tested concepts.

Conclusion: The CCSICTS is the first known measure specifically created to capture the singularity of communal coping in team sports. The validation of this tool allows new investigations of communal coping mechanisms through quantitative studies.

Competitive sport exposes athletes to many stressors (e.g., Arnold & Fletcher, 2012) with which athletes must cope effectively in order to perform well (e.g., Nicholls, Taylor, Carroll, & Perry, 2016). These sources of stress, especially in team sports, may be shared by members of the same team (Doron & Bourbousson, 2017), who can undertake communal actions to deal with them (Crocker, Tamminen, & Gaudreau, 2015; Leprince, d'Arripe-Longueville, & Doron, 2018; Tamminen & Gaudreau, 2014). The concept of communal coping is defined as a process whereby stressors are appraised and acted upon in the context of close relationships, and describes the efforts of individuals in a group as they collectively cope with stressors (Lyons et al., 1998). Communal coping represents a novel perspective through which to examine athletes' collective efforts to deal with stressors in a team or group context in terms of team adaptation and collective performance (Leprince et al., 2018; Tamminen & Gaudreau, 2014). However, existing tools only assess coping in sport at an individual level, without taking into account the team level. The current research therefore addresses the

development and preliminary validation of an original measure for assessing the communal coping of sports teams during competitive sport events.

Most of the research on coping within sport psychology is based on Lazarus's cognitive-motivational-relational theory of emotion (CMRT; Lazarus, 1991, 1999, 2000). Coping has traditionally been defined as a multidimensional self-regulation construct that represents the constantly changing behavioural and cognitive mechanisms used to manage the ongoing internal and external demands of a specific stressful situation (Lazarus, 1999). The overall self-regulation repertoire of an individual includes various coping strategies (e.g., effort expenditure, problem-solving, disengagement) that can be grouped in higher-order dimensions of coping (Nicholls et al., 2016). For example, in their meta-analysis, Nicholls et al. (2016) proposed a comprehensive coping classification consisting of: (a) attempting to take control of a stressful situation and thus eliminate the stressor (i.e., mastery coping), (b) attempting to manage internal responses to stress (i.e., internal

* Corresponding author.

E-mail address: chloe.leprince@insep.fr (C. Leprince).<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101569>

Received 28 February 2019; Received in revised form 31 July 2019; Accepted 2 August 2019

Available online 06 August 2019

1469-0292/ © 2019 Elsevier Ltd. All rights reserved.

regulation coping), and (c) ceasing the efforts to achieve a goal (i.e., goal withdrawal coping).

Despite a growing interest in the interpersonal dimension of coping in sport, coping studies remain mainly focused on the individual level and the concept of communal coping has not been subject to significant research in a team context. However, the concept of communal coping has been studied in other fields of psychology such as family psychology (e.g., Afifi, Hutchinson, & Krouse, 2006), health psychology (e.g., Rentscher, Soriano, Rohrbaugh, Shoham, & Mehl, 2015) and disaster psychology (e.g., Afifi, Felix, & Afifi, 2012; Richardson & Maninger, 2016; Włodarczyk et al., 2016). For example, in the field of natural disasters, Włodarczyk et al. (2016) examined the communal coping strategies developed by people affected by an earthquake. They identified that in shared stressful life circumstances, people developed communal coping strategies such as changing the situation and social relationships (i.e., positively re-interpreting events together), avoiding the situation (i.e., voluntary disconnection or escape that would imply efforts to detach or distance oneself from the causes of stress), re-directing attention and cognitive change (i.e., active attempts to deal with the stressful situation through a pleasant activity such as preparing meals or doing exercise together), and regulating emotional responses (i.e., expressing and sharing emotions with others).

In sport psychology literature, some researchers have started to examine coping strategies using an interpersonal perspective focused on dyadic coping between a coach and his/her athlete (e.g., Nicholls & Perry, 2016), the parent-athlete relationship (Neely, McHugh, Dunn, & Holt, 2017; Tamminen, McEwen, & Crocker, 2016), or coping at team level (Leprince et al., 2018). In particular, Leprince et al., 2018 used a qualitative study to explore communal coping strategies within broader groups such as whole sports teams. Their results revealed several communal coping strategies grouped into four higher-order dimensions consisting of: (a) managing and solving problems encountered by several teammates during the competitive event in a collective way (i.e., problem-focused communal efforts); (b) developing cognitive and behavioural efforts to manage and sustain relationships within the team during the stressful episode (i.e., relationship-focused coping); (c) regulating team emotions generated by the confrontation with shared stressors (i.e., communal management of emotions); and (d) ceasing collective efforts in order to withdraw from the process of actively striving towards the realisation of desirable outcomes (i.e., communal-goal withdrawal).

The identification of the main communal coping dimensions represents an important step in the characterization of coping at the team level, especially in a sport context. Indeed, the communal coping strategies identified in team sport contexts have different functions to those identified in family, health or disaster contexts (Afifi et al., 2006; Afifi et al., 2012; Rentscher et al., 2015; Richardson & Maninger, 2016; Włodarczyk et al., 2016). The contexts in which the strategies occur dictate the definition of radically different objectives (i.e., performance versus survival or well-being) and lead to specific forms of communal coping strategies. Furthermore, they also differ from individual coping strategies with the emergence of a new dimension identified at the team level, namely relationship-focused coping. Accordingly, targeted tools need to be developed in order to capture and measure the specificities of coping in team sport contexts (i.e., which differ from the fields of health and natural disasters) and at the team sport level (i.e., which differ from individual coping).

To date, the majority of existing questionnaires on coping in sport measure this construct at an individual level (for a review see Crocker et al., 2015). The Modified Ways of Coping Checklist (MWCC; Crocker, 1992), the Athletic Coping Skills Inventory 28 (ACS-28; Smith, Schultz, Smoll, & Ptacek, 1995) and the Coping Inventory for Competitive Sport (ISCCS; Gaudreau & Blondin, 2002) are examples of the numerous scales that were developed to capture coping at the individual level. In other fields, there are existing questionnaires based on an interpersonal approach to coping such as the Dyadic Coping Inventory (DCI -

Levesque, Lafontaine, Caron, & Fitzpatrick, 2014), which measures interpersonal coping strategies when one or both partners experience a common stressor. Specifically, the DCI assesses: (a) a partner's self-reporting of his/her own (*Self*) and their partner's (*Partner*) coping behaviour, and (b) common dyadic coping. Włodarczyk et al. (2016) examined the communal coping strategies of people affected by an earthquake in Chile using the Communal Coping Scale, which measures the frequency with which different communal coping strategies are used. The design of the Communal Coping Scale was based on the Ways of Coping Scale (Folkman & Lazarus, 1988), the Measure of Affect Regulation Styles (Larsen & Prizmic, 2006) and the Coping Schemas Inventory-Revised (Wong, Reker, & Peacock, 2006). The items were reworded to apply to multiple persons. However, this methodology does not guarantee the capture of the specific nature of coping strategies at the collective level. Although this questionnaire represents a first attempt to adapt an individual coping questionnaire to a communal coping questionnaire, it has not been the subject of a validation procedure (e.g., the items were not created specifically to measure communal coping, they were not subject to a clarity analysis, and no convergent validity analysis of the tool was conducted). Furthermore, as this questionnaire was developed away from the sport context, its items are not adapted to reflect the sport issues faced by athletes (e.g., "We have discovered important things in life"). In a sport context, some authors have tried to adapt and apply these tools to situations encountered by coach-athlete dyads. For example, Nicholls and Perry (2016) used a modified version of the DCI to assess coach-athlete dyadic coping, replacing the term "my partner" by "my coach" or "my athlete". However, these adaptations of individual coping questionnaires or modified versions of the DCI were unable to capture the specificities of competitive team sport contexts. The creation and validation of an instrument evaluating communal coping in a sport context is thus necessary to better understand how team sport athletes collectively deal with shared stressors in competition.

The purpose of this multistudy paper was to develop and achieve preliminary validation of a questionnaire assessing the communal coping strategies usually used in team sports to deal with communal stressors in competitive sport settings: the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports - CCSICTS. For this, three studies aimed to create the items, evaluate their clarity and applicability (Study 1), analyse the factorial structure of the tool (Study 2), and test the tool's convergent validity through correlations with constructs deemed to be associated with communal coping (i.e., affect, individual coping strategies and cohesion) (Study 3).

1. Study 1: Development of the CCSICTS

The aim of this study was to create a pool of items to assess communal coping style within team sports. Based on theoretical frameworks of stress and coping (i.e., CMRT of emotion: Lazarus, 1991, 1999, 2000; model of communal coping: Lyons et al., 1998) and the recent empirical study by Leprince et al. (2018), 69 items were created to capture 12 communal coping strategies which were grouped into four dimensions. The first dimension, "problem-focused communal efforts" (PFCE), included four strategies: (a) "Analysis and information sharing" with nine items (e.g., *We discuss to find solutions*), (b) "Problem resolving" with five items (e.g., *We put simple and effective game strategies in place*), (c) "Focusing" with five items (e.g., *We focus on the essential elements of the game*), and (d) "Increasing effort" with seven items (e.g., *We redouble our efforts*). The second dimension, "relationship-focused coping" (RFC), included three strategies: (a) "Motivational support" with five items (e.g., *We encourage each other*), (b) "Social joining" with four items (e.g., *We get closer in the field*), and (c) "Compensation" with four items (e.g., *We modify our game to compensate for the failure of one of our teammates*). The third dimension, "communal management of emotions" (CME), included three strategies: (a) "Interpersonal regulation of negative emotions" with five items (e.g., *We calm down each*

other), (b) “Reassurance” with four items (e.g., *We try to reassure a teammate who loses confidence.*), and (c) “Humour” with six items (e.g., *We use humour to defuse the situation.*). The fourth dimension, “communal-goal withdrawal” (CGW), included two strategies: (a) “Task-disengagement” with six items (e.g., *We give up.*), and (b) “Venting emotions” with six items (e.g., *We scream at each other.*). Thus, items were generated so as to respect both the higher-order dimensions and lower-order strategies of communal coping. Guidelines for item wording (Clark & Watson, 1995) were closely followed to maximize their clarity and specificity. The items were created in accordance with the principles of over-inclusiveness (i.e., we sampled a sufficient breadth of content and wrote more items than necessary for each coping strategy, so that we could retain sufficient items for each strategy after the statistical analyses), iterative processes during which the items were reworked several times before reaching the final version, basic principles of writing (i.e., appropriate and understandable language, avoiding expressions pertaining to a specific sport to broaden the applicability of the questionnaire across sports), and selection of format for answering (i.e., we chose a Likert-scale evaluating the frequency of thoughts, emotions or behaviours of the team).

1.1. Participants and procedure

A total of 25 team sport athletes aged from 15 to 25 years ($M_{\text{age}} = 17.6$; $SD = 2.5$) reviewed the 69 items. Participants were instructed to rate the clarity of each item using a 5-point Likert scale (1 = *totally unclear*; 5 = *totally clear*). They were also invited to provide suggestions for alternative formulations for items that were not totally clear for them. The 69 items were also presented to 10 coaches ($M_{\text{age}} = 39.2$; $SD = 9.8$) working in a variety of team sports (e.g., volleyball, football, handball, basketball). Coaches were instructed to assess the applicability of each item in the context of their respective team sport using a dichotomous scale (*applicable vs. inapplicable*). Although there is no consensus in the literature regarding the threshold above which items need to be reworded, we followed Vallerand's (1989) proposal to reword all items for which the average score was less than 4 and all items that were considered not applicable by the coaches.

1.2. Results and discussion

The clarity score mean was greater than 4 for 64 of the 69 items tested and 63 of 69 items were considered “applicable” by the coaches.

Using the ratings provided by athletes and coaches as well as their comments, items for which the average clarity score was less than 4 or which at least one coach had classified as not applicable were rewritten in order to improve their clarity and broaden their applicability across sports (e.g., the term “feedback” was not always understood, so it was replaced by “positive messages” for the item: “We send a positive message to a teammate to reassure him/her about his/her skills.”; or an inappropriate wording like “compensate a teammate” was simplified to “help a teammate”). Three items, for which no appropriate reformulations were agreed upon by the athletes and coaches, were removed (“We commit ourselves whatever”; “We allow ourselves to be discouraged”; “We lose all hope of achieving our goal”). At the end of this process, 66 items were retained.

2. Study 2: Measurement validation

The aim of the second study was to explore the factorial structure of the 66-item version of the CCSICTS using confirmatory factor analysis (i.e., CFA) and to select better items for each of the 12 communal strategies.

2.1. Participants and procedure

Several lecturers in the Faculty of Sport Science at two universities

in northern France were contacted by the first author, who provided them with information about the purposes and procedures of the research. The lecturers approved the researcher to come to their lectures and collect data from their voluntary students. Thus, three hundred and seventy-one French undergraduate students in sport science (males = 281; females = 90; $M_{\text{age}} = 19.6$; $SD = 1.6$) volunteered to participate in this study. These students played team sports at competition level, with the main sports being football (38.3%), handball (17.2%), basketball (15.4%), rugby (14.5%), and volleyball (7.5%). They were competing at international (3.2%), national (21.3%), regional (48.3%) and departmental (27.2%) levels; their number of years of practice ranged from one to 18 years ($M = 9.6$; $SD = 4.2$) and they trained between two and 20 h per week ($M = 5.4$; $SD = 2.9$).

The questionnaire was administered online and students were allowed to answer on their laptops or their tablets during lecture time. The first author was present while the questionnaire was being completed and was able to answer any questions that the students asked about the instructions or the items in question. Participants were first asked for general background information (e.g., demographic information, years of experience in team sports, level of play, role in the team) before being asked to answer the 66-item version of the CCSICTS. The protocol was approved by the local ethic committee of the two Universities associated with the project. The administration of the questionnaires met the criteria of free participation, anonymity and confidentiality of the answers.

2.2. Measures

The athletes were asked about how they usually faced difficulties in a competitive situation (i.e., “*Faced with difficulties in a match/competition, me and my teammates usually ...*”). Sixty-six items selected in study 1 were used in this second study. These 66 items evaluated 12 strategies that were grouped into the four dimensions of communal coping (i.e., PFCE, RFC, CME, CGW). Each item was rated on a 5-point Likert scale (1 = *never used*; 5 = *very often used*).

2.3. Data analysis

Confirmatory Factor Analysis (CFA) was conducted using Mplus 7.4 with Maximum Likelihood Robust (MLR) estimation. The MLR estimator is robust against violations of the assumptions that the observed variables are normally distributed. The model fit of the 66-item version questionnaire was assessed using the following goodness-of-fit statistics indices: the Chi-square value, the Comparative Fit Index (CFI), the Tucker-Lewis Index (TLI) and the Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA). CFI and TLI values close to or above 0.90 and 0.95 are considered acceptable (Hu & Bentler, 1998); RMSEA values close to or below 0.08 are considered acceptable (Browne & Cudek, 1993). Selection of items among each dimension was then performed to create and assess a final version of the global scale.

2.4. Results

A 66-item model was built (Table 1, model 1). This model showed unacceptable fit to the data. After looking at inter-item correlations and loading factors, we removed items that didn't follow the classical cut-off criteria ($r_s < 0.50$ and $\lambda_s < 0.70$; Allen & Yen, 2001) one by one for each dimension keeping at least three items per dimension. A second model with 36 items was then constructed. This model showed acceptable fit to the data (Table 1, model 2). An analysis of the factor loadings of items at the first-order level show that all items were related to their strategy (Table 2). Complementary analyses of Cronbach's alphas values indicated high internal consistencies for each strategy (Table 2).

The analysis of the second-order structure showed that all strategies were related to their higher-order dimension except for the humour

Table 1
Goodness-of-fit indexes for the three competing models.

Models	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA [90% CI]
Model 1: 66-item version	3953.221	2062	.855	.849	.050 [.047; .052]
Model 2a: 36-item version	1043.144	577	.927	.920	.047 [.042; .051]
Model 2b:	1034.122	577	.928	.922	.046 [.042; .051]
Model 2c:	1022.166	575	.930	.923	.046 [.041; .050]

Notes. CFI = Comparative Fit Indexes; TLI = Tucker-Lewis Index; RMSEA = Root Mean Square Error of Approximation, CI = Confidence Interval. N = 371 for all analyses.

Table 2
Descriptive statistics and internal consistency of the 12 communal coping strategies; and standardised factor loadings between the 36 items and their associated communal coping strategies.

	M	SD	α	Item1	Item2	Item3
Analysis and information sharing	3.72	.77	.86	.77	.78	.83
Problem resolving	3.72	.74	.76	.64	.76	.74
Refocusing	3.70	.70	.79	.80	.71	.73
Increasing effort	4.01	.77	.85	.83	.79	.83
Motivational support	4.05	.81	.87	.82	.85	.83
Social joining	3.66	.93	.86	.71	.87	.89
Compensation	3.63	.82	.82	.76	.82	.78
Interpersonal regulation of negative emotions	3.44	.81	.72	.63	.70	.77
Reassurance	3.83	.85	.84	.81	.73	.85
Task disengagement	1.73	.76	.80	.66	.77	.83
Venting emotions	2.34	.88	.84	.84	.79	.77
Humour	2.57	1.03	.82	.78	.67	.90

Notes. N = 371 for all analyses.

Table 3
Standardised factor loadings between the communal coping strategies and their associated dimensions.

Dimensions of communal coping	Strategies of communal coping	Factor loadings
Problem-focused communal efforts	Analysis	.96***
	Problem resolving	.96***
	Focusing	.94***
	Increasing effort	.80***
Relationship-focused coping	Motivation	.91***
	Social joining	.69***
	Compensation	.83***
Communal management of emotions	Interpersonal regulation of negative emotions	.90***
	Reassurance	.88***
Communal-goal withdrawal	Disengagement	.97***
	Ventilation	.68***

Notes. N = 371 for all analyses. *** $p < .001$

Table 4
Factor correlations between the four communal coping dimensions.

Dimensions of communal coping	PFCE	RFC	CME	CGW
Problem-focused communal efforts				
Relationship-focused coping	.94***			
Communal management of emotions	.84***	1.03***		
Communal-goal withdrawal	-.44***	-.47***	-.40***	
Communal coping strategy				
Humour	.05	.10	.02*	.25***

Notes. N = 371 for all analyses. *** $p < .001$; * $p < .05$.

strategy. Two additional models were therefore tested: one model with humour related to CGW (Table 1, Model 2b) and one with humour not related to one of the four higher-order dimensions (Table 1, Model 2c). These two additional models better fit the data, with Model 2c having

the best goodness of fit (Table 1). The factor loadings and the factor correlations between the dimensions of this final Model 2c are presented in Tables 3 and 4.

2.5. Discussion

The 66-item version of the CCSICTS was developed to assess 12 communal coping strategies grouped into four second-order dimensions of communal coping “PFCE”, “RFC”, “CME” and “CGW”. After selection of a three-item per strategy solution, we found that our hypothetical model fit the data except for the humour strategy. As noted by Lazarus (1991) in the coping framework, it is possible that some coping strategies might serve multiple functions. The formulation of humour items in the present questionnaire could have led team sport athletes to interpret their function differently. Consequently, this could explain why statistical analyses fail to clearly link this strategy to a higher-order communal coping dimension.

3. Study 3: Convergent validity

The aim of Study 3 was to assess the convergent validity of the CCSICTS by examining correlations between the communal coping dimensions of the CCSICTS and other constructs such as affect, individual coping and cohesion. These hypothesised links were based on the empirical results of previous studies (Brawley, Carron, & Widmeyer, 1987; Courneya & McAuley, 1995; Crocker & Graham, 1995; Filho, Tenenbaum, & Yang, 2015; Ntoumanis & Biddle, 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014).

The four dimensions of communal coping were deemed to share similar functions with individual coping (Tamminen & Gaudreau, 2014). The functions of the first three dimensions of communal coping (i.e., PFCE, RFC, CME) are accordingly understood to positively relate to the functions of individual task-oriented coping, and conversely the functions of the last dimension (i.e., CGW) to positively relate to the functions of individual disengagement-oriented coping. In the same way, strong associations between forms of task-oriented coping and positive emotions, and between forms of disengagement-oriented coping and negative emotions have been demonstrated (Crocker & Graham, 1995; Ntoumanis & Biddle, 1998). As such, PFCE, RFC and CME were expected to be positively related to positive affect, and CGW to negative affect. Lastly, hypotheses between social and task cohesion and the dimensions of communal coping can be formulated. Social cohesion pertains to the notion of teammates bonding for social reasons, thus reflecting the extent that members of a team like to interact and enjoy each other’s company. Task cohesion refers to the degree that members of a team bond to work together on a task, thus remaining united to achieve shared performance-related goals (Carron, Widmeyer, & Brawley, 1985). Cohesion appears to be strongly associated with shared responsibility (Brawley et al., 1987), shared resources and a high level of coordination (Filho et al., 2015), and increased informational support (Courneya & McAuley, 1995). It was therefore expected that PFCE, RFC and CME would positively correlate with cohesion, and especially with task cohesion and that the relational dimension of RFC would also correlate positively with social cohesion, whereas CGW would negatively correlate with task and social cohesion.

3.1. Participants and procedure

The same participants from study 2 completed study 3, therefore all participants and procedure are the same.

3.2. Measures

Communal coping. The 36 items of the CCSICTS from study 2 was used in this study.

Affect. Affect was measured using the French version of the Positive

and Negative Affect Schedule (PANAS; Gaudreau, Sanchez, & Blondin, 2006). The PANAS is adapted from the initial English version by Watson, Clark, and Tellegen (1988). Its psychometric properties proved satisfactory in previous research (e.g., Crawford & Henry, 2010). It assesses the intensity of 10 positive and 10 negative affects using a 5-point Likert scale (1 = not at all; 5 = very much). The values of Cronbach's alpha were respectively $\alpha = .76$ and $\alpha = .75$.

Individual coping. Individual coping was measured using the French version of the Inventory of Coping Strategies for Competitive Sports (ISCCS; Gaudreau & Blondin, 2002). The psychometric properties of the ISCCS proved satisfactory in previous research (e.g., Gaudreau, El Ali, & Marivain, 2005). It comprises 39 items assessing 10 coping strategies at individual level, which can be grouped into three higher-order coping dimensions: task-oriented coping, distraction-oriented coping, and disengagement-oriented coping. Throughout the questionnaire, athletes rate the extent to which each item represents their actions or thoughts during a stressful competition on a 5-point Likert scale (1 = does not correspond at all; 5 = corresponds very strongly). The values of Cronbach's alpha were respectively $\alpha = .87$, $\alpha = .72$, $\alpha = .73$.

Cohesion. Cohesion was measured using the Questionnaire of the Atmosphere of the Group (QAG; Heuzé & Fontayne, 2002). The QAG is adapted from the initial English version of the Group Environment Questionnaire (GEQ; Carron et al., 1985). The QAG has satisfactory psychometric properties highlighted in previous research (e.g., Heuzé, Raimbault, & Masiero, 2006). It contains 18 items assessing task (nine items) and social (nine items) cohesion using a 9-point Likert scale (1 = not agree at all; 9 = totally agree). The values of Cronbach's alpha were respectively $\alpha = .81$, $\alpha = .83$.

3.3. Data analysis

To examine the convergent validity, we computed a mean score on all items for each of the three exogenous variables described earlier (i.e., affect, the individual coping strategies and cohesion). Six new observed variables (i.e., intensity positive and negative affect, task-oriented coping, distraction-orienting coping, disengagement-oriented coping, and task and social cohesion scores) were then added to the previous structural equation model in study 2. Correlations between latent constructs and observed variables outcomes were used to test convergent validity.

3.4. Results

The results are presented in Table 5. They revealed that the first three communal coping dimensions of the CCSICTS (i.e., PFCE, RFC, CME) were significantly positively related to positive affect with a small effect size ($r_{pfce} = .17$; $r_{rfc} = .20$; $r_{cme} = .17$, $p < .01$), individual task-oriented coping with a medium effect size ($r_{pfce} = .44$; $r_{rfc} = .41$; $r_{cme} = .43$, $p < .001$) and task cohesion with medium effect sizes for PFCE and RFC and a small effect size for CME ($r_{pfce} = .38$; $r_{rfc} = .39$;

$r_{cme} = .29$, $p < .001$) (Cohen, 1992). Only RFC and CME positively correlated with social cohesion with small effect sizes ($r_{rfc} = .15$; $p < .05$; $r_{cme} = .13$, $p < .01$) (Cohen, 1992). The last communal coping dimension, CGW, correlated positively with individual distraction-oriented coping with a small effect size ($r_{cgw} = .16$, $p < .05$) and individual disengagement-oriented coping with a medium effect size ($r_{cgw} = .34$, $p < .001$), and negatively with task cohesion with a medium effect size ($r_{cgw} = -.42$, $p < .001$) (Cohen, 1992).

3.5. Discussion

The aim of Study 3 was to examine the convergent validity of the CCSICTS. The results seem to support literature findings already seen at the individual level (i.e., coping and affect), and shows coherent links with collective constructs (i.e., cohesion). These relationships in the expected directions provide support to the convergent validity of the 36-item version of the CCSICTS.

4. General discussion

The purpose of the three studies reported in this paper was to develop and achieve preliminary validation of a measurement tool that could be used to assess the communal coping strategies used by team sport athletes during competitive events. The creation of the CCSICTS accordingly meets the need for a specific questionnaire on communal coping in competitive team sports and enriches the emerging research on the interpersonal approach to stress and coping in sport psychology literature. The construct validity of the tool was demonstrated by confirmatory factor analysis. This led to a 36-item version of the CCSICTS, distributed over 12 communal coping strategies, of which 11 are grouped into four communal coping higher dimensions. This model fit the data well. The reliability of the CCSICTS was demonstrated by the satisfactory internal consistencies of the dimensions and the strategies of communal coping and good concurrent validity. Thus, this preliminary validation exposed evidence of the good psychometric qualities of the tool.

Based on theoretical frameworks of stress and coping (i.e., CMRT of emotion: Lazarus, 1991, 1999, 2000; model of communal coping: Lyons et al., 1998) and the results of qualitative investigation into communal coping in sport (Leprince et al., 2018), 66 items were created for the questionnaire. The measurement validation led to a 36-item version of the CCSICTS. At the first-order level, the questionnaire assesses 12 communal coping strategies, at the second-order level, 11 of these strategies are grouped into four communal coping higher dimensions. These four dimensions correspond to four functions of communal coping and aim to collectively resolve the communal problem, regulate relationships within the team, manage team emotions, or collectively disengage from the collective goal. These dimensions include a set of strategies that define behavioural and cognitive efforts developed collectively by team sport athletes to cope with shared stressors during competitive events. The initial validation of the CCSICTS makes it

Table 5

Correlations between the four dimensions of communal coping plus the humour strategy and affect, individual coping and cohesion.

Communal coping dimensions	Affect		Individual Coping			Cohesion		
	Intensity PA	Intensity NA	Individual	Task-OC	Individual distraction-OC	Individual disengagement-OC	Task cohesion	Social cohesion
Problem-focused communal efforts	.17**	-.05	.44***		-.16**	.01	.38***	.04
Relationship-focused coping	.20**	-.08	.41***		-.16**	.05	.39***	.15**
Communal management of emotions	.17**	-.15*	.43***		-.16**	.03	.29***	.13*
Communal-goal withdrawal	-.02	-.01	-.17*		.16*	.34***	-.42***	-.01
Communal coping strategy								
Humour	.01	-.09	.01		.18**	.03	-.09	.08

Notes. PA = positive affect; NA = negative affect; OC = oriented coping; N = 371 for all analyses; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$. According to Cohen (1992), $r = 0.10$ corresponds to a small effect size, 0.30 to a medium effect size, and 0.50 to a large effect size.

possible to measure the strategies of communal coping, as well as the four dimensions of communal coping and thus to understand the coping style of sports teams.

This preliminary validation represents an important first step in the measurement of communal coping in team sports during competitive events, since questionnaires measuring coping in sport to date have focused on the evaluation of coping at the individual level, by asking athletes about their own strategies rather than the team's coping strategies (for a review see Crocker et al., 2015). Contrary to questionnaires assessing individual coping, the CCSICTS enables evaluation of communal coping in team sports during competitive events. This context being particularly marked by adverse situations, the quest for performance and the ubiquitous need to cooperate and coordinate actions between team members (Friesen, Devonport, Lane, & Sellars, 2015), it was necessary to build a questionnaire capable of capturing the specificity inherent in this communal coping. To date, existing questionnaires evaluating communal coping have been developed in areas of psychology that are a far cry from the psychology of team sports and performance. Questionnaires such as the *Dyadic Coping Inventory* (Levesque et al., 2014) and the *Communal Coping Scale* (Włodarczyk et al., 2016) have been created to capture communal coping strategies in the respective contexts of marital relationships and natural disasters. An adaptation of the DCI to a sport context exists, evaluating the dyadic coping between a coach and his/her athlete (Nicholls & Perry, 2016). The CCSICTS does not replace such a tool. Indeed, dyadic coping between a coach and his/her athlete probably has specific forms that differ from the strategies developed between athletes as measured in the CCSICTS. However, the CCSICTS may be appropriate for the dyadic coping of athletes engaged in pair sports such as doubles tennis or doubles badminton. In its present form, the CCSICTS represents a useful complement to the CCS (Włodarczyk et al., 2016) and the DCI (Levesque et al., 2014 and Nicholls & Perry, 2016 for a sport version), focusing in particular on the context of team sports.

Although this study makes a number of strong arguments, it has some limitations. Firstly, the results obtained in our study are specific to a sample of French team sport athletes and might not prove generalizable to populations with different characteristics. Secondly, in the final structure of the questionnaire, one of the strategies (i.e., humour) is not related to a higher-order communal coping dimension. This strategy has been described in the literature as helping athletes to regulate collective emotions (Tamminen & Gaudreau, 2014). However, the way this strategy's items were formulated (e.g., "We laugh at the situation", "We use humour to defuse the situation") could have led team sport athletes to interpret its function in various ways, either as a way to regulate team emotions (i.e., communal management of emotions); or potentially as a way to cease collective efforts in order to withdraw from the process of actively striving towards the realisation of desirable outcomes (i.e., communal-goal withdrawal). Thus, in the present questionnaire, humour can be measured only at strategic level and not a dimensional one (Skinner, Edge, Altman, & Sherwood, 2003). Thirdly, it is important to recognize that the CCSICTS evaluates a collective construct through the individual perceptions of team members. Other collective measurement tools face the same difficulty. This is for example the case for the measurement of the motivational climate (the Peer Motivational Climate in Youth Sport Questionnaire, Ntoumanis & Vazou, 2005), collective resilience (The Characteristics of Resilience in Sports Teams, Decroos et al., 2017), collective efficacy (The Collective Efficacy Questionnaire for Sports, Short, Sullivan, & Feltz, 2005), or cohesion (the Group Environment Questionnaire, Carron et al., 1985 or its French translation used in the present study: the Questionnaire on the Atmosphere of the Group, Heuzé & Fontayne, 2002). Despite the difficulty in building a collective measurement tool, there are methods to verify the sharing of responses within a group and these methods should be the subject of further validation of the tool. Among these methods, Moritz and Watson (1998) have presented statistical methods for considering multiple levels in research on groups, which would

make it possible to build a more powerful and integrated theory of group behaviour. These statistical tests fall into two broad categories: (a) those that assess the extent of agreement within a single group, and (b) those that contrast variance within and between a number of groups. The use of these methods with athletes belonging to identified teams would allow both assessment of the extent of agreement within the team and of the specific responses of a team compared to others. Fourthly, recognizing that tool validation is an ongoing process, the theoretical validity of our questionnaire deserves to be confirmed in other studies and other samples to measure discriminant validity and temporal stability for example. Similarly, it would be interesting to validate an English version of this instrument. We can also suggest that further validation processes could be conducted on the CCSICTS to validate it in its situational form. Indeed, the CCSICTS currently measures the team coping style (i.e., how athletes perceive their team 'typically' does when coping with communal stressors in sport). By modifying its instructions and the tenses within its items, the development of a situational form of the tool would help measure the communal coping strategies of teams developed in specific situations such as the last competition.

Despite these limitations, the CCSICTS has psychometric qualities that make possible its use both from research and practical perspectives. On a theoretical level, this study answers researchers who have highlighted the need to consider the interpersonal dimension of stress and coping (Crocker et al., 2015; Tamminen & Gaudreau, 2014). Although research has emerged on communal coping, studies are mainly qualitative, because of the lack of specific psychometric tools for the measurement of communal coping in sport contexts. This first validation of the CCSICTS allows its use to be considered for the quantitative investigation of communal coping strategies of athletes in team sports. Assessment of this construct could lead to better understanding of the coping processes that take place within teams when teammates experience shared stressors and further understanding of explanatory mechanisms for communal coping in competitive team sports. Firstly, correlational studies would be of interest to examine how individual or collective characteristics (e.g., emotional intelligence or cohesion) would be related to particular communal coping strategies and thus complete the literature on the antecedents of individual coping. Secondly, as previous individual coping research has suggested that coping strategies do not have the same impact on athletes' performance or emotional states (e.g., Nicholls, et al., 2016; Ntoumanis & Biddle, 1998), prospective studies could be conducted to differentiate the consequences of different communal coping strategies. Finally on the basis of these results, interventional studies could be designed and implemented to enhance collective coping strategies within team sports. On a practical level, the CCSICTS will enable practitioners to be more effective in team sport interventions and stress management strategies. Thus, the results of the CCSICTS should help identify the communal coping style of a team. Its validation could lead to teams being trained to develop greater efficacy in the way they solve problems, regulate the relationships between teammates, manage the team's emotions and thus minimise collective disengagement from their goal.

5. Conclusion

The present study has enabled the construction and validation of a tool to measure communal coping in team sports during competitive events. The factorial structure resulting from this validation proposes a preliminary version of a questionnaire comprising 12 communal coping strategies, of which 11 are grouped into four communal coping higher dimensions. This tool is the first questionnaire specific to a team sport context that takes into account the singularity of communal coping strategies used by team sport athletes at team level. Thus, it makes possible the exploration of new perspectives to further understanding of the communal coping construct in team sports.

Author notes

Chloé Leprince is a PhD Student at the French Institute of Sport (INSEP), Research Department, Laboratory of Sport, Expertise and Performance (EA 7370), Paris, France. Fabienne d'Arripe-Longueville is a Professor at the University of Sophia-Antipolis, member of the Université Côte d'Azur, Laboratory head of the LAMHESS (EA 6312), Nice, France. Julien Chanal is a senior lecturer at the University of Geneva, Faculty of Psychology and Educational Sciences and lecturer at Distance Learning University, Julie DORON is an associate professor at the Nantes Université, Movement - Interactions – Performance, MIP, EA 4334, F-44000 Nantes, France.

Appendix. 36-item version of the CCSICTS

In the following questionnaire, we want to know how your team, that is to say you and your teammates, habitually manage the difficulties that you encounter during a match or competition. For each statement, you should indicate how much it represents what you and your teammates usually do or think during a match or competition. Faced with difficulties in a match/competition, me and my teammates usually ...

Dimensions	Strategies	English version	French version
PROBLEM-FOCUSED COMMUNAL EFFORTS	Analysis and Information sharing	We think of solutions to solve the problem.	On pense à des solutions pour résoudre le problème.
		We think of possible solutions to manage the situation.	Nous pensons à des solutions possibles pour résoudre la situation.
		We try to find possible ways of dealing with the situation.	On essaye de trouver des solutions possibles pour faire face à la situation.
	Problem resolving	We deal with the situation by adopting a game plan that we have discussed together.	On adopte un plan de jeu discuté ensemble pour faire face.
		We put simple and effective game strategies in place.	On met en place des stratégies de jeu simples et efficaces.
		We implement the play we have collectively decided on to get out of the situation.	On joue comme décidé collectivement pour nous en sortir.
	Refocusing	We keep our attention on the important elements of the game.	On maintient notre attention sur les éléments importants du jeu.
		We turn our attention to what we have to do in the situation.	On reporte notre attention sur ce qu'on a à faire dans la situation.
		We focus on the essential elements of the game.	On se focalise sur les éléments essentiels du jeu.
	Increasing efforts	We redouble our efforts.	On redouble d'effort
		We give it everything we've got, whatever the outcome.	On se donne à fond, quel que soit le résultat.
		We do our best.	On donne le meilleur de nous.
RELATIONSHIP-FOCUSED COPING	Motivational support	We support each other	On se soutient mutuellement
		We give each other a boost	On se rebooste
		We encourage each other.	On s'encourage.
	Social joining	We bond on the field.	On se resserre/se rapproche sur le terrain
		We get closer on the field.	On se regroupe sur le terrain.
		We rally together on the field.	On se rassemble sur le terrain.
	Compensation	We try to help a teammate in difficulty by compensating for some of his/her actions.	On essaie d'aider un(e) coéquipier(ère) en difficulté en compensant certaines de ses actions
		We re-adjust our game by taking on the tasks of a teammate in difficulty.	On ré-équilibre notre jeu en prenant part aux tâches d'un(e) coéquipier(ère) en difficulté.
		We adapt our game to deal with a teammate's weaknesses.	On se calme les uns les autres.
COMMUNAL MANAGEMENT OF EMOTIONS	Interpersonal regulation of negative emotions	We calm down each other.	On essaye ensemble de faire redescendre la pression.
		Together we try to reduce the pressure.	On se parle pour se dé-stresser.
		We talk to each other to de-stress.	On tente de rassurer un(e) coéquipier(ère) qui perd confiance.
	Reassurance	We try to reassure a teammate who loses confidence. We send a positive message to a teammate to reassure him/her about his/her skills.	On envoie un message positif à un(e) coéquipier(ère) pour le/la rassurer sur ses compétences.
		We try to restore confidence in one of our teammates.	On cherche à remettre en confiance un(e) de nos coéquipiers(ères).
			On arrête de fournir les efforts nécessaires.
COMMUNAL-GOAL WITHDRAWAL	Disengagement	We stop making the efforts required.	On baisse les bras.
		We give up.	On se décourage.
		We get discouraged.	On s'énerve les un(e)s contre les autres.
	Venting emotions	We get annoyed at each other.	On se crie dessus.
		We scream at each other.	On se fâche et on exprime nos frustrations.
		We get angry and express our frustration.	On rigole de la situation.
	Humour	We laugh at the situation.	On utilise l'humour pour désamorcer la situation.
		We use humour to defuse the situation.	On s'amuse de la situation.
		We turn it into a joke.	

SCORING

At the strategic level

Mean of items for each subscale: Analysis and information sharing”; “Problem resolving”; “Refocusing”; “Increasing efforts”; “Motivational support”; “Social joining”; “Compensation”; “Interpersonal regulation of negative emotions”; “Reassurance”; “Disengagement”; “Venting emotions”; “Humour”.

At the dimension level

Problem-focused communal efforts: Mean of items belonging to “Analysis and information sharing”; “Problem resolving”; “Refocusing”; “Increasing efforts”.

Relationship-focused efforts: Mean of items belonging to “Motivational support”; “Social joining”; “Compensation”.

Communal management of emotions: Mean of items belonging to “Interpersonal regulation of negative emotions”; “Reassurance”.

Communal-goal withdrawal: Mean of items belonging to “Disengagement”; “Venting emotions”.

References

- Affifi, W. A., Felix, E. D., & Affifi, T. D. (2012). The impact of uncertainty and communal coping on mental health following natural disasters. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(3), 329–347. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.603048>.
- Affifi, T. D., Hutchinson, S., & Krouse, S. (2006). Toward a theoretical model of communal coping in post-divorce families and other naturally occurring groups. *Communication Theory*, 16(3), 378–409. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2006.00275.x>.
- Allen, M. J., & Yen, W. M. (2001). *Introduction to measurement theory*. Waveland Press.
- Arnold, R., & Fletcher, D. (2012). A research synthesis and taxonomic classification of the organizational stressors encountered by sport performers. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34, 397–429. <https://doi.org/10.1123/jsep.34.3.397>.
- Brawley, L. R., Carron, A. V., & Widmeyer, W. N. (1987). Assessing the cohesion of teams: Validity of the group environment questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 9, 275–294.
- Browne, M. W., & Cudek, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen, & J. S. Long (Eds.). *Testing structural equation models* (pp. 136–162). Newbury Park, CA: Sage.
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., & Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sports teams: the group environment questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 7, 244–267. <https://doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment*, 7, 309–319.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159.
- Courney, K. S., & McAuley, E. (1995). Cognitive mediators of the social influence-exercise adherence relationship: A test of the theory of planned behavior. *Journal of Behavioral Medicine*, 18, 499–515. <https://doi.org/10.1007/BF01904776>.
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(3), 245–265. <https://doi.org/10.1348/0144665031752934>.
- Crocker, P. R. E. (1992). Managing stress by competitive athletes: Ways of coping. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 161–175.
- Crocker, P. R. E., & Graham, T. R. (1995). Coping by competitive athletes with performance stress: Gender differences and relationships with affect. *The Sport Psychologist*, 9, 325–338.
- Crocker, P. R. E., Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2015). Coping in sport. In S. Hanton, & S. Mellalieu (Eds.). *Contemporary advances in sport psychology: A review* (pp. 28–67). New York: Routledge.
- Decroos, S., Lines, R. L. J., Morgan, P. B. C., Fletcher, D., Sarkar, M., Fransen, K., Boen, F., & Vande Broek, G. (2017). Development and validation of the characteristics of resilience in sports teams inventory. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6, 158–178. <https://doi.org/10.1037/spy0000089>.
- Doron, J., & Bourbousson, J. (2017). How stressors are dynamically appraised within a team during a game: An exploratory study in basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(12), 2080–2090. <https://doi.org/10.1111/sms.12796>.
- Filho, E., Tenenbaum, G., & Yang, Y. (2015). Cohesion, team mental models, and collective efficacy: towards an integrated framework of team dynamics in sport. *Journal of Sports Sciences*, 33(6), 641–653. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.957714>.
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1988). *Ways of coping questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychology Press.
- Friesen, A. P., Devonport, T. J., Lane, A. M., & Sellars, C. N. (2015). Interpersonal emotion regulation: An intervention case study with a professional ice hockey team. *Athletic Insight*, 7(2), 129–142.
- 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., El Ali, M., & Marivain, T. (2005). Factor structure of the coping inventory for competitive sport with a sample of participants at the 2001 New York marathon. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(3), 271–288. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.01.002>.
- Gaudreau, P., Sanchez, X., & Blondin, J.-P. (2006). Positive and negative affective states in a 729 performance-related setting: Testing the factorial structure of the PANAS across two 730 samples of French-Canadian participants. *European Journal of Psychological Assessment*, 22, 240–249. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.22.4.240>.
- Heuzé, J. P., & Fontayne, P. (2002). Questionnaire sur l’Ambiance du Groupe: A French-language instrument for measuring group cohesion. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 42–67.
- Heuzé, J. P., Raimbault, N., & Masiero, M. (2006). Relations entre cohésion et efficacité collective au sein d’équipes professionnelles masculines et féminines de basket-ball. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 38(1), 81–91. doi: 10.1037/h0087273.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modelling: Sensitivity to underparameterized model misspecifications. *Psychological Methods*, 4, 424–453. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.3.4.424>.
- Larsen, R., & Prizmic, Z. (2006). Multimethod measurement of emotion. In M. Eidand, & E. Diener (Eds.). *Handbook of measurement: A multimethod perspective* (pp. 337–352). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lazarus, R. S. (1991). *Stress and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer Publishing.
- Lazarus, R. S. (2000). Cognitive-motivational-relational theory of emotion. In Y. L. Hanin (Ed.). *Emotions in sport* (pp. 39–63). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Leprince, C., d’Arripe-Longueville, F., & Doron, J. (2018). Coping in teams: Exploring athletes’ communal coping strategies to deal with shared stressors. *Frontiers in Psychology*, 9, 1908. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01908>.
- Levesque, C., Lafontaine, M.-F., Caron, A., & Fitzpatrick, J. (2014). Validation of the English version of the dyadic coping inventory. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 47, 215–225. <https://doi.org/10.1177/0748175614522272>.
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., & Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *Journal of Personal and Social Relationships*, 15, 579–605. <https://doi.org/10.1177/0265407598155001>.
- Moritz, S. E., & Watson, C. B. (1998). Levels of analysis issues in group psychology: Using efficacy as an example of a multilevel model. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 2, 285–298.
- Neely, K. C., McHugh, T.-L. F., Dunn, J. G. H., & Holt, N. L. (2017). Athletes and parents coping with deselection in competitive youth sport: A communal coping perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 30, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.01.004>.
- Nicholls, A. R., & Perry, J. L. (2016). Perceptions of the coach-athlete relationship are more important to coaches than athletes in predicting dyadic coping and stress appraisals: An actor-partner independence mediation model. *Frontiers in Psychology*, 7, 447. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00447>.
- Nicholls, A. R., Taylor, N. J., Carroll, S., & Perry, J. L. (2016). The development of a new sport-specific classification of coping and a meta-analysis of the relationship between different coping strategies and moderators on sporting outcomes. *Frontiers in Psychology*, 7, 1674. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01674>.
- Ntoumanis, N., & Biddle, S. J. H. (1998). The relationship of coping and its perceived effectiveness to positive and negative affect in sport. *Personality and Individual Differences*, 24, 773–788.
- Rentscher, K. E., Soriano, E. C., Rohrbaugh, M. J., Shoham, V., & Mehl, M. R. (2015). Partner pronoun use, communal coping, and abstinence during couple-focused intervention for problematic alcohol use. *Family Process*, 1–16. <https://doi.org/10.1111/famp.12202>.
- Richardson, B. K., & Maninger, L. (2016). “We were all in the same boat”: An exploratory study of communal coping in disaster recovery. *Southern Communication Journal*, 81(2), 107–122. <https://doi.org/10.1080/1041794X.2015.1111407>.
- Short, S. E., Sullivan, P., & Feltz, D. L. (2005). Development and preliminary validation of the collective efficacy questionnaire for sports. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9, 181–202. https://doi.org/10.1207/s15327841mpes0903_3.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>.
- Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L., & Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 379–398.
- Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2014). Coping, social support, and emotion regulation

- in teams. In M. Beauchamp, & M. Eys (Eds.). *Group dynamics in exercise and sport psychology: Contemporary themes* (pp. 222–239). (2nd ed.). New York: Routledge.
- Tamminen, K. A., McEwen, C. E., & Crocker, P. R. E. (2016). Perceived parental support, pressure, and the socialization of adolescent athletes' coping. *International Journal of Sport Psychology*, 47, 335–354.
- Vallerand, R. J. (1989). Towards a cross-cultural validation methodology for psychological questionnaires: Implications for French-language research. *Canadian Psychology*, 30(4), 662.
- Watson, D., Clark, L. E., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>.
- Włodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Amutio, A., García, F. E., Reyes, C., & Villagrán, L. (2016). Positive effects of communal coping in the aftermath of a collective trauma: The case of the 2010 Chilean earthquake. *European Journal of Education and Psychology*, 9(1), 9–19. <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2015.08.001>.
- Wong, P., Reker, G., & Peacock, E. (2006). The resource-congruence model of coping and the development of the coping schemas inventory. In P. T. P. Wong, & L. C. J. Wong (Eds.). *Handbook of Multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 223–283). New York, NY: Springer.

8. Étude 3 : Antécédents du *communal coping* relatifs à l'individu et à l'équipe : une extension du modèle de la CMRT en football

8.1. Introduction

Les exigences physiques, techniques, tactiques et psychologiques des situations de compétition nécessitent pour les athlètes de développer des stratégies de coping pour maximiser leur chance de réussite. Ces nombreuses stratégies de coping ont des conséquences différentes sur le vécu émotionnel (e.g., Ntoumanis & Biddle, 1998), sur la performance (e.g., Nicholls et al., 2016), ou sur l'atteinte des buts (e.g., Amiot et al., 2004). Ainsi, comprendre les facteurs qui conduisent les athlètes à utiliser certaines stratégies de coping représente un enjeu important en contexte sportif. Ces dernières années, plusieurs recherches ont étudié les antécédents du coping individuel en sport (Doron et al., 2013 pour revue ; Hoar et al., 2006 ; Nicholls et al., 2010). En revanche, aucune d'entre elles n'a encore porté à ce jour sur l'identification des antécédents spécifiques du coping collectif en sport (i.e., *communal coping*, Lyons et al., 1998). En effet, l'étude récente du *communal coping* en sport a pour le moment conduit à la caractérisation de ses formes et de ses fonctions (i.e., stratégies et dimensions) au sein des équipes de sports collectifs (cf., étude 1, Leprince et al., 2018) et au développement d'un outil de mesure spécifique (cf., étude 2, Leprince, d'Arripe-Longueville, Chanal, & Doron, 2019), sans explorer les mécanismes expliquant l'engagement des athlètes dans des stratégies de coping collectives particulières. La présente étude vise donc à examiner le rôle de certains antécédents du *communal coping* en sport, pour mieux comprendre les mécanismes qui conduisent à l'utilisation de stratégies particulières de *communal coping* chez les athlètes de sports collectifs.

L'étude du *communal coping* en sport collectif (cf., étude 1) a mis en évidence les stratégies de coping collectives utilisées par les athlètes de sports collectifs face à des stressseurs communs. Ces stratégies ont été regroupées en quatre dimensions d'ordre supérieur relatives aux fonctions auxquelles elles répondent : (a) le *communal coping* centré sur le problème (CPP) qui vise à résoudre collectivement les problèmes rencontrés par l'équipe ; (b) le *communal coping* centré sur la relation (CCR) qui permet de maintenir les relations dans l'équipe pendant un épisode stressant ; (c) le *communal coping* centré sur l'émotion (CCE) qui consiste à réguler collectivement les émotions

généérées par l'épisode stressant ; (d) le *communal coping* centré sur le désengagement (CCD) par lequel les athlètes arrêtent de fournir les efforts nécessaires à l'accomplissement de leurs objectifs.

Si de nombreux travaux ont identifié les antécédents du coping au niveau individuel (e.g., Doron et al., 2013 pour revue ; Hoar et al, 2006 ; Nicholls et al., 2010), à ce jour aucune recherche n'a conduit à l'identification des antécédents de ces stratégies au niveau collectif, pour comprendre l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies particulières de *communal coping*. Cependant nous pouvons supposer que, tout comme pour le coping individuel, il existe des antécédents spécifiques qui faciliteraient ou entraveraient le recours à des stratégies particulières de *communal coping*. Pour mener ces explorations relatives aux antécédents spécifiques du *communal coping* en sport, des cadres d'analyse comme le *communal coping* (Lyons et al., 1998) et la Théorie Cognitivo-Motivationale-Relationnelle des émotions (CMRT- Lazarus, 1991, 1999) peuvent être utilisés. En effet, dans le cadre d'analyse du *communal coping*, Lyons et ses collaborateurs (1998) ont supposé que des antécédents individuels (e.g., le genre) ou relatifs au groupe (e.g., sa culture, la qualité de ses relations) pouvaient influencer le développement de stratégies de *communal coping*. La CMRT (Lazarus, 1991, 1999), quant à elle, a mis en évidence le rôle médiateur de variables d'évaluation cognitive entre des antécédents spécifiques et des stratégies de coping particulières au niveau individuel. En s'appuyant sur ces deux modèles théoriques, la présente étude vise deux objectifs : (a) examiner le rôle de certains antécédents du *communal coping* relatifs à l'individu et à l'équipe en sport ; (b) examiner le rôle médiateur des évaluations cognitives entre ces antécédents spécifiques et les stratégies de *communal coping*. Ces deux objectifs permettront ainsi de proposer et de tester un modèle étendu de la CMRT (Lazarus, 1991 ; 1999) au niveau collectif, pour comprendre l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies de coping collectives particulières.

8.1.1. **Des antécédents du *communal coping* relatifs à l'individu et à l'équipe**

Bien qu'aucune étude n'ait été menée pour étudier empiriquement les antécédents spécifiques du *communal coping* en contexte sportif, plusieurs résultats d'études sur les antécédents du coping individuel peuvent laisser présager du rôle de certaines dispositions individuelles, comme l'intelligence émotionnelle, dans l'utilisation de stratégies collectives de gestion du stress. L'intelligence émotionnelle intra- et interpersonnelle fait référence à la manière dont une personne identifie, exprime, comprend, régule et utilise ses émotions et celle des autres (Mayer & Salovey, 1997). Étudiée dans plusieurs travaux sur les antécédents du coping individuel (Laborde, You, Dosseville, & Salinas, 2012 ; Laborde et al., 2014 ; Lane et al., 2009), l'intelligence émotionnelle de trait est régulièrement associée positivement aux stratégies de coping individuel orientées vers la

tâche (i.e., résolution de problème et régulation des émotions) et négativement associée aux stratégies de désengagement. Dans le champ de la régulation émotionnelle, des travaux ont également établi des liens positifs entre l'intelligence émotionnelle de trait et des stratégies de régulation émotionnelle interpersonnelle (Campo, Laborde, & Mosley, 2016 ; Campo et al., 2017). L'ensemble des résultats sus-présentés laissent présager du rôle de l'intelligence émotionnelle, et plus particulièrement sa dimension interpersonnelle, dans l'utilisation de stratégies de *communal coping* orientées vers la résolution de problème (i.e., CCP) et la régulation des émotions (i.e., CCE). Ainsi, nous pouvons supposer que des athlètes de sports collectifs, ayant des dispositions élevées à identifier, comprendre et réguler les émotions de leurs coéquipiers(ères) soient plus enclins à s'engager dans des processus collectifs de gestion du stress relatifs à ces deux dimensions, et à l'inverse utilisent moins de stratégies de *communal coping* orientées vers le désengagement (i.e., CCD).

Au-delà de ces dispositions individuelles, des antécédents relatifs à l'équipe, tels que son degré de cohésion, pourraient également être susceptibles d'influencer l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies particulières de *communal coping*. La cohésion est un phénomène multidimensionnel qui inclut à la fois des composantes sociales et opératoires (Carron et al., 1985). Considérée dans la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) comme un antécédent social du coping individuel, la cohésion est susceptible d'influencer l'évaluation cognitive des athlètes en situation de compétition (i.e., en favorisant notamment leur perception de ressources de coping disponibles ; Wolf et al., 2015). Bien que les liens entre la cohésion et le coping n'aient été étudiés jusqu'alors qu'au niveau individuel, la nature sociale de ce construit permet de supposer qu'il pourrait également influencer l'utilisation de stratégies de coping particulières au niveau collectif (Tamminen & Gaudreau, 2014). Cette relation entre la cohésion et le *communal coping* est également soutenue par les hypothèses de Lyons et al., (1998) qui ont supposé que la qualité des relations dans un groupe influencerait le développement de stratégies de *communal coping*, les individus s'engageant davantage dans ces stratégies collectives avec des personnes dont ils se sentent proches. Ainsi, les comportements pro-sociaux associés à la cohésion sociale (Bruner et al., 2014) pourraient par exemple favoriser l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies de *communal coping* orientées vers le maintien des relations au sein de l'équipe (i.e., CCR) et limiter le recours à des stratégies orientées vers le désengagement (i.e., CCD). D'autre part, l'augmentation du soutien informationnel (Courneya & McAuley, 1995), le partage des ressources et la meilleure coordination (Filho et al., 2015), ainsi que la capacité du groupe à travailler ensemble (Carron et al., 1985), associés à la cohésion opératoire pourraient conduire les sportifs à s'engager dans des stratégies collectives centrées sur la tâche, les amenant notamment à résoudre des problèmes et réguler leurs émotions (i.e., CCP, CCE) et limiter le recours aux stratégies de désengagement (i.e., CCD). La cohésion opératoire pourrait également

être associée à CCR, dimension de *communal coping* qui inclut des stratégies de nature opérationnelle, nécessitant de réguler le jeu de l'équipe au profit du maintien de la relation (e.g., stratégies de compensation, Leprince et al., 2018).

Selon le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), l'influence des antécédents du coping individuel sur le développement de stratégies particulières est médiée par les processus d'évaluation cognitive. Bien que cela n'ait pas été à ce jour étudié au niveau collectif, il est possible d'envisager que ces processus d'évaluation cognitive au niveau collectif jouent également le rôle de médiateurs entre les potentiels antécédents sus-présentés et des stratégies particulières de *communal coping*.

8.1.2. **Les processus d'évaluation cognitive du *communal coping***

Au niveau individuel, plusieurs travaux ont été conduits pour comprendre l'influence des évaluations cognitives primaires (i.e., perception des enjeux) et secondaires (i.e., perception des ressources) sur les stratégies de coping individuel. Des études ont alors mis en évidence des liens positifs, qui pourraient être retrouvés au niveau collectif, entre des évaluations cognitives conduisant à des perceptions de challenge et de contrôle et des stratégies de coping individuel orientées vers la tâche (e.g., Nicholls, Levy, & Polman, 2012). En contexte de sports collectifs, l'évaluation cognitive collective primaire pourrait se référer au stress perçu par l'équipe (i.e., perception des enjeux), tandis que l'évaluation cognitive collective secondaire pourrait faire référence à la perception de ressources de l'équipe. À ce titre, le concept d'efficacité collective (Bandura, 1997) pourrait être considéré comme une forme d'évaluation cognitive collective secondaire, s'apparentant à une perception des ressources de l'équipe pour faire face à des situations de stress spécifiques (Zaccaro et al., 1995). Cette conceptualisation de l'efficacité collective comme une variable similaire à l'évaluation cognitive secondaire est soutenue par le positionnement théorique de Lazarus et Folkman (1984), qui eux-mêmes avaient reconnu les rôles similaires de l'auto-efficacité et de l'évaluation cognitive secondaire au niveau individuel. La perception des ressources au niveau individuel (i.e., auto-efficacité) ayant été associée à une utilisation plus importante des stratégies de coping individuel orientées vers la tâche (Haney & Long, 1995), il est possible d'envisager un lien positif entre l'efficacité collective et certaines stratégies de *communal coping*, principalement orientées vers la tâche.

8.1.3. **La présente étude**

La présente étude s'appuie sur l'ensemble des travaux présentés précédemment pour identifier les antécédents spécifiques du *communal coping* dans les sports collectifs tels que le football, en situation

de compétition. Ainsi, plusieurs hypothèses relatives aux rôles de l'intelligence émotionnelle, de la cohésion et des variables d'évaluations cognitives peuvent être formulées pour tenter de mieux comprendre les mécanismes sous-jacents à l'adoption de stratégies particulières de *communal coping*.

Dans un premier temps, nous formulons des hypothèses quant aux contributions de l'intelligence émotionnelle (en tant que disposition individuelle), et de la cohésion (en tant que variable relative à l'équipe) envers chacune des dimensions de *communal coping* :

- Conformément aux résultats présentés dans les études sur les antécédents du coping individuel (Campo et al., 2016 ; Campo et al., 2017 ; Laborde et al., 2012 ; Laborde et al., 2014 ; Lane et al., 2009), nous supposons que la dimension interpersonnelle de l'intelligence émotionnelle est associée positivement aux stratégies de *communal coping* liées à la tâche (i.e., CCP et CCE) et négativement associée aux stratégies de *communal coping* liées au désengagement (i.e., CCD).
- La cohésion opératoire renvoyant à la capacité d'un groupe à travailler ensemble pour atteindre des objectifs communs en matière de performance (Carron et al., 1985), associée à l'augmentation du soutien informationnel (Courneya & McAuley, 1995), au partage des ressources et à une meilleure coordination (Filho et al., 2015), nous faisons l'hypothèse qu'elle est associée positivement aux stratégies de *communal coping* relatives à l'engagement des équipes dans des stratégies centrées sur la tâche et la relation (i.e., CCP, CCE, CCR), et à l'inverse est associée négativement aux stratégies relatives au désengagement collectif (i.e., CCD).
- La cohésion sociale quant à elle faisant référence à la notion de cohésion des membres de l'équipe pour des raisons sociales (Caron et al., 1985), associée à des comportements pro-sociaux des membres de l'équipe (Bruner et al., 2014), nous supposons qu'elle est associée positivement aux stratégies de *communal coping* en lien avec la régulation de la relation (i.e., CCR) et négativement aux stratégies de désengagement (i.e., CCD).

Dans un second temps, nous formulons l'hypothèse selon laquelle les relations précédemment décrites entre les antécédents supposés du *communal coping* et des stratégies particulières sont médiées par des variables d'évaluation cognitive collective telles que le stress perçu de l'équipe (i.e., évaluation cognitive collective primaire), l'interprétation des effets de ce stress et la perception des ressources de l'équipe au travers de la mesure d'efficacité collective (évaluation cognitive collective secondaire). Il est alors attendu que les antécédents du *communal coping* (intelligence émotionnelle et cohésion) soient reliés positivement à ces variables d'évaluation cognitive, ces dernières étant elles-mêmes reliées positivement à CCP, CCR et CCE ; et négativement à CCD (Haney & Long, 1995 ; Nicholls et al., 2012) (Figure 5).

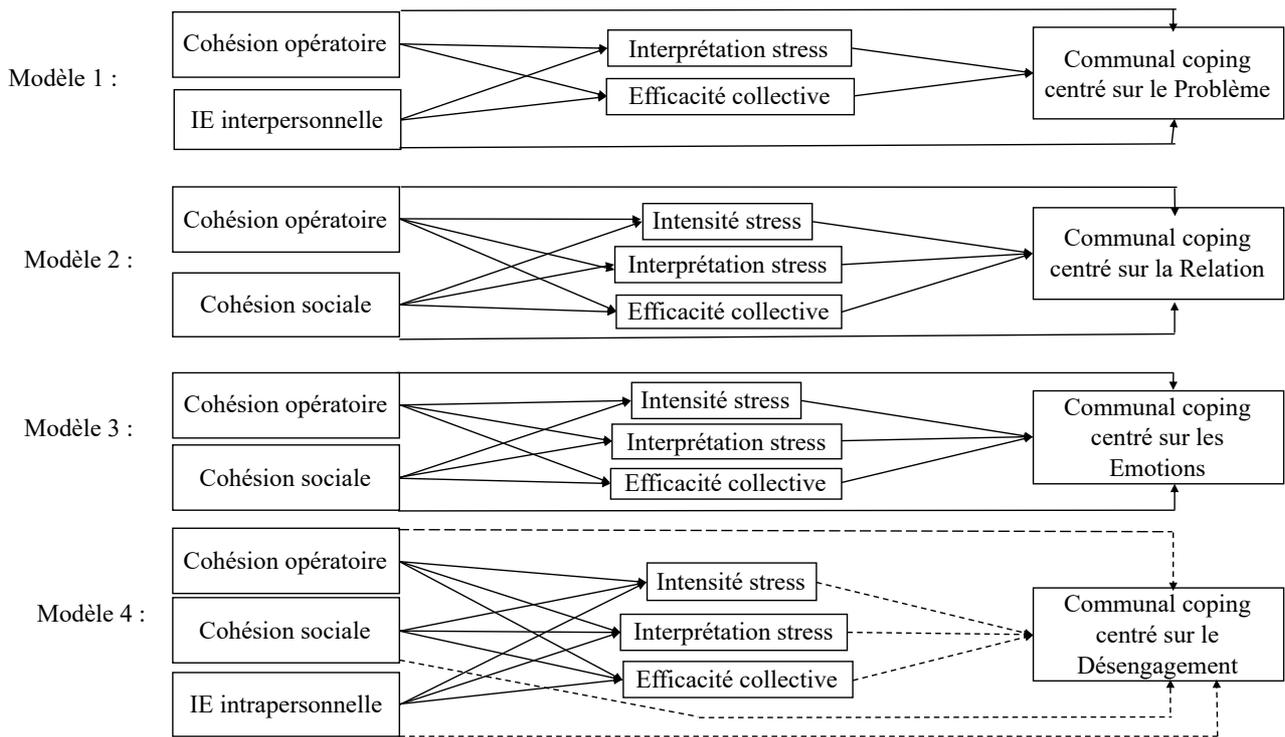


Figure 5 : Modélisation des antécédents et médiateurs spécifiques de chacune des quatre dimensions de *communal coping*.

Notes : Les traits pleins indiquent des liens supposés positifs, tandis que les traits en pointillés indiquent des liens supposés négatifs, IE= Intelligence émotionnelle.

8.2. Méthode

8.2.1. Participants

Quatre cent dix-huit footballeurs, âgés de 14 à 20 ans (hommes = 283 ; femmes = 135 ; $M_{\text{âge}} = 16.2$; $SD_{\text{âge}} = 1.2$) se sont portés volontaires pour participer à cette étude. Les joueurs évoluaient dans six centres de formation masculins, tandis que les joueuses faisaient partie de six pôles de formation fédéraux. Jouant dans des championnats de niveau national, l'ensemble des joueurs et joueuses pratiquaient le football depuis en moyenne dix ans pour les hommes ($M = 10.4$, $SD = 2.4$) et 9 ans pour les femmes ($M = 9.3$, $SD = 2.3$).

8.2.2. Procédure

Quarante-trois centres et pôles de formation de football en France ont été contactés par le responsable scientifique de la Fédération Française de Football. Douze d'entre eux se sont portés volontaires pour participer à l'étude. La majorité des joueurs et joueuses étant mineurs, le consentement de leurs parents a été obtenu par l'intermédiaire de chaque directeur de structure qui a

informé les parents de l'objectif de la recherche, du jour de la passation des questionnaires et de la possibilité d'obtenir un retour global sur les résultats de l'étude. Aucun refus parental n'a été émis.

Les passations des questionnaires se sont déroulées en dehors des heures d'entraînements, dans des endroits calmes et par petit groupe (i.e., 15 joueurs(euses) maximum). De cette manière, l'expérimentatrice, présente lors de toutes les passations, a été en mesure d'exposer les objectifs de la recherche (i.e., mieux comprendre les facteurs de performance en sport collectif), d'accompagner les athlètes dans le renseignement des questionnaires et de répondre aux questions si cela s'avérait nécessaire. Les athlètes ont été informés que leurs réponses seraient traitées de manière anonyme et qu'ils étaient libres de ne pas participer à l'étude.

8.2.3. Mesures

Le communal coping. Le *communal coping* a été mesuré à l'aide de l'Inventaire des Stratégies de *Communal coping* pour les Sports Collectifs en Compétition développé au cours de la deuxième étude du présent travail doctoral (the *Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports* - CCSICTS – Leprince et al., 2019). Le CCSICTS mesure les quatre dimensions de *communal coping* : (a) le *communal coping* centré sur le problème (CPP) comprenant les stratégies d'analyse logique, de résolution de problème, d'augmentation des efforts et de focalisation attentionnelle ; (b) le *communal coping* centré sur la relation (CCR) comprenant les stratégies de soutien motivationnel, de compensation et de *social joining* ; (c) le *communal coping* centré sur la régulation des émotions (CCE) comprenant les stratégies de réassurance et de régulation interpersonnelle des émotions négatives ; (d) le *communal coping* centré sur le désengagement (CCD) comprenant les stratégies de ventilation des émotions et de désengagement. Une échelle de Likert en 5 points a été utilisée pour mesurer la fréquence d'utilisation de chacune des stratégies (1 = *jamais utilisé* ; 5 = *très souvent utilisé*).

L'intelligence émotionnelle. L'intelligence émotionnelle a été mesurée grâce au profil de compétence émotionnelle (Brasseur et al., 2013) qui prend en compte séparément les scores d'intelligence émotionnelle intra- et interpersonnelle. Le questionnaire mesure ainsi cinq compétences émotionnelles (identification, compréhension, expression/écoute, régulation, utilisation des émotions) utilisées envers ses propres émotions (i.e., intelligence émotionnelle intrapersonnelle) et envers les émotions d'autrui (i.e., intelligence émotionnelle interpersonnelle). Les 50 items du PEC sont évalués sur une échelle de Likert en 5 points (1 = *ne me correspond pas du tout / Je ne réagis jamais de cette manière* ; 5 = *Je me reconnais totalement dans ce qui est décrit / cela m'arrive très souvent*).

La cohésion. La cohésion a été mesurée à l'aide du Questionnaire sur l'Ambiance du Groupe (QAG - Heuzé & Fontayne, 2002). Le QAG est une adaptation française de la version anglaise du *Group*

Environment Questionnaire (GEQ – Carron et al., 1985). Il contient 18 items évaluant la cohésion opératoire (9 items) et la cohésion sociale (9 items). L'ensemble des items est évalué via une échelle de Likert en 9 points (*1 = pas du tout d'accord ; 9 = tout à fait d'accord*).

Intensité et interprétation du stress perçu. Les évaluations cognitives primaires et secondaires ont été mesurées grâce à deux items uniques. Le premier « Dans quelle mesure ton équipe ressent-elle du stress habituellement en match » a évalué l'intensité perçue du stress collectif de l'équipe sur une échelle de Likert en 6 points (*0 = Pas du tout, 5 = Fortement*) ; tandis que le second « Dans quelle mesure ce stress a un effet sur la performance de ton équipe habituellement en match ? » mesure l'interprétation de ce stress sur la performance de l'équipe sur une échelle de Likert en 7 points (*-3 = Très défavorable, 3 = Très favorable*) (Jones & Swain, 1992).

L'efficacité collective. L'efficacité collective a été mesurée à l'aide d'une adaptation de l'échelle généralisée d'auto-efficacité (*Generalized Self-Efficacy Scale* - GES – Schwarzer & Jerusalem, 1995). Les 10 items de ce questionnaire ont été traduits en français puis adaptés pour mesurer la perception d'efficacité collective au niveau de l'équipe (e.g., l'item « Je peux résoudre la plupart de mes problèmes si je fais les efforts nécessaires » a été retranscrit en « Nous (moi et mes coéquipiers-ères) pouvons résoudre la plupart de nos problèmes, si nous fournissons les efforts nécessaires »). Une échelle de Likert en 4 points a été utilisée pour mesurer le degré d'exactitude des items proposés (*1 = pas vrai du tout ; 4 = tout à fait vrai*), offrant ainsi un score global d'efficacité collective sur 40 points.

8.2.4. **Analyse des données**

L'analyse des données a commencé par la réalisation de statistiques descriptives et un examen des corrélations entre l'ensemble des variables (i.e., l'intelligence émotionnelle, la cohésion, les évaluations cognitives et les quatre dimensions de *communal coping*) en utilisant le logiciel SPSS (version 25). En raison de la récente validation de l'ISCCSCC, une analyse confirmatoire de la structure factorielle de cet outil a été conduite avec le logiciel AMOS (version 16), en utilisant le « *Maximum Likelihood* » pour l'estimation des paramètres. Pour évaluer la validité de la structure factorielle du questionnaire, les indices d'ajustement statistiques suivants ont été utilisés : la valeur du Chi², le CFI (*Comparative Fit Index*), le TLI (*Tucker-Lewis Index*) et le RMSEA (*Root Mean Square Error of Approximation*). Les valeurs acceptables du CFI et du TLI se situent autour ou au-dessus de .90 tandis que des valeurs supérieures à .95 sont considérées comme relativement bonnes (Hu & Bentler, 1998). Les valeurs acceptables du RMSEA se situent autour ou en dessous de .08, tandis que des valeurs inférieures à .06 sont considérées comme bonnes (Browne & Cudek, 1993). Une fois ces vérifications préalables effectuées, des modèles d'équations structurelles ont été testés en utilisant les indices d'ajustement décrits ci-dessus. Cette méthode permet d'examiner

simultanément plusieurs liens directs et indirects entre plusieurs variables et fournit des indices globaux de l'adéquation entre le modèle théorique et les données (Holmbeck, 1997). L'utilisation d'une telle méthode est donc pertinente pour tester une théorie pré-existante. Dans le cas présent, les modèles proposés se sont basés sur le cadre théorique de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) et sur les hypothèses quant aux antécédents individuels et relatifs au groupe du *communal coping* (Lyons et al., 1998). Ainsi, quatre modèles ont été testés (Figure 5), évaluant les relations entre les antécédents spécifiques retenus et les quatre dimensions de *communal coping*, ainsi que le rôle médiateur des évaluations cognitives dans cette relation. Pour certaines échelles, nous avons réalisé des « *parcelling items* », en regroupant plusieurs items d'une même échelle afin d'avoir, au minimum trois et au maximum cinq variables mesurées pour chaque construit latent (e.g., cette technique a permis de créer à partir des 10 items de l'échelle généralisée d'efficacité collective trois variables mesurées) (Matsunaga, 2008). Enfin, pour examiner les médiations significatives au sein de ces quatre modèles, 5000 répliquions bootstrap ont été réalisées et les effets directs et indirects des modèles ont été analysés. Cette méthode présente des intervalles de confiance de 95% pour chaque estimation. L'absence de zéro dans les intervalles de confiance indique la significativité des liens (Williams & MacKinnon, 2008). Ainsi, trois conditions ont été examinées afin de déterminer les médiations significatives : (a) un lien significatif entre l'antécédent et la dimension de *communal coping*, (b) un lien significatif entre l'antécédent et l'évaluation cognitive et entre l'évaluation cognitive et la dimension de *communal coping*, (c) une diminution du lien entre l'antécédent et la dimension de *communal coping* en présence de l'évaluation cognitive.

8.3. Résultats

8.3.1. Statistiques descriptives et analyses préliminaires

La passation des questionnaires en ligne a contribué à l'absence de données manquantes. En revanche, en examinant les réponses des participants, deux athlètes ont été exclus de l'échantillon et leurs résultats n'ont pas été pris en compte au vu du caractère répétitif et/ou incohérent de leurs réponses. L'analyse factorielle confirmatoire de l'ISCCSCC a mis en évidence une valeur du Chi2 significative ($\chi^2(478) = 1067.31, p = .00$), des indices d'ajustement proches du seuil d'acceptabilité pour le CFI (.89) et le TLI (.90), et de bonne qualité pour le RMSEA (.05). Les moyennes, les écarts-types et les consistances internes de chaque variable (exceptées les échelles basées sur des items uniques) ainsi que les résultats des analyses de corrélations sont présentés dans le tableau 2. Ces dernières mettent en évidence que les deux dimensions de la cohésion, l'intelligence émotionnelle

interpersonnelle, l'évaluation cognitive relative à l'interprétation du stress et l'efficacité collective sont positivement corrélées à CCP, CCR et CCE. À l'inverse, les deux dimensions de la cohésion, l'évaluation cognitive relative à l'interprétation du stress et l'efficacité collective sont négativement associés à CCD. Seule l'évaluation cognitive relative à l'intensité du stress perçu ne corrèle ni avec CCP, CCR, CCE ni avec CCD. Les facteurs d'inflation de la variance (VIF) ont été évalués pour vérifier la colinéarité de toutes les variables de l'étude, avec des valeurs allant de 1,1 (intensité et interprétation du stress) à 1,7 (cohésion opératoire), indiquant les conditions acceptables pour effectuer une analyse de régression (VIF < 10 ; Hair, Anderson, Babin, & Black 2014).

Tableau 2. Moyennes, écarts types, consistance interne et corrélations relatives aux variables de l'étude

Variables	M	SD	α	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. CCP	3.8	.51	.87	-									
2. CCR	3.6	.61	.82	.75**	-								
3. CCE	3.6	.76	.81	.69**	.74**	-							
4. CCD	2.1	.70	.83	-.48**	-.46**	-.47**	-						
5. IE interpersonnelle	3.3	.46	.80	.20**	.12*	.13**	-.06	-					
6. Cohésion opératoire	6.6	1.4	.82	.60**	.54**	.52**	-.56**	.06	-				
7. Cohésion sociale	5.9	1.2	.64	.39**	.43**	.37**	-.39**	.16**	.48**	-			
8. Intensité stress	2.1	1.1	-	.03	.02	.01	.03	-.08	.05	-.07	-		
9. Interprétation stress	.24	1.3	-	.22**	.19**	.14**	-.21**	.07	.20**	.10**	-.04	-	
10. Efficacité collective	30.9	4.3	.77	.59**	.47**	.41**	-.37**	.15**	.51**	.32**	.02	.26**	-

Notes. CCP = *Communal Coping* centré sur le Problème, CCR = *Communal Coping* centré sur la Relation, CCE = *Communal Coping* centré sur l'Émotion, CCD = *Communal Coping* centré sur le Désengagement. N = 416 ; * $p < .05$; ** $p < .01$

8.3.2. Analyse des modèles testés

L'analyse des quatre modèles d'équations structurelles (cf., tableau 3) a mis en évidence de bons indices d'ajustement pour le modèle 2 (CCR), et des indices d'ajustement acceptables pour les trois autres modèles (CCP, CCE et CCD). Le pourcentage de variance expliquée était respectivement de 65.3% pour CCP, 65.8% pour CCR, 47.5% pour CCE, et 39.4% pour CCD.

Tableau 3. *Indices d'ajustement des quatre modèles testés*

Modèles	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA [90% IC]	R ² (%)
Modèle 1 (CCP) :	279.751	106	.928	.907	.063 [.054 ; 072]	65.3
Modèle 2 (CCR) :	116.187	64	.970	.958	.044 [.031 ; .057]	65.8
Modèle 3 (CCE) :	190.479	91	.950	.934	.051 [.041 ; 062]	47.5
Modèle 4 (CCD) :	271.994	133	.936	.918	.050 [.042 ; 059]	39.4

Notes. CFI = *Comparative Fit Indexes* ; TLI = *Tucker-Lewis Index* ; RMSEA = *Root Mean Square Error of Approximation* ; IC = Intervalle de confiance ; CCP = *Communal coping* centré sur le Problème, CCR = *Communal coping* centré sur la Relation, CCE = *Communal coping* centré sur l'Émotion, CCD = *Communal coping* centré sur le Désengagement. N = 416.

Après avoir mis en évidence les qualités d'ajustement entre les données et les modèles théoriques testés, l'étude des liens directs et indirects a été conduite pour chacun des quatre modèles (Tableau 4).

Le modèle 1 (Figure 6) met en évidence que la cohésion opératoire est positivement associée à l'interprétation du stress ($\beta = .21$), à l'efficacité collective ($\beta = .62$) et à CCP ($\beta = .42$). L'intelligence émotionnelle interpersonnelle est quant à elle positivement reliée à l'efficacité collective ($\beta = .12$) et à CCP ($\beta = .14$). L'efficacité collective est également positivement associée à CCP ($\beta = .43$). L'analyse des liens indirects de ce premier modèle a révélé que les effets de la cohésion opératoire sur CCP sont significativement médiés par l'efficacité collective et que les effets de l'intelligence émotionnelle sur CCP sont significativement médiés par l'efficacité collective. In fine, la cohésion opératoire comme l'intelligence émotionnelle sont reliées à CCP à la fois directement et par le biais de l'efficacité collective.

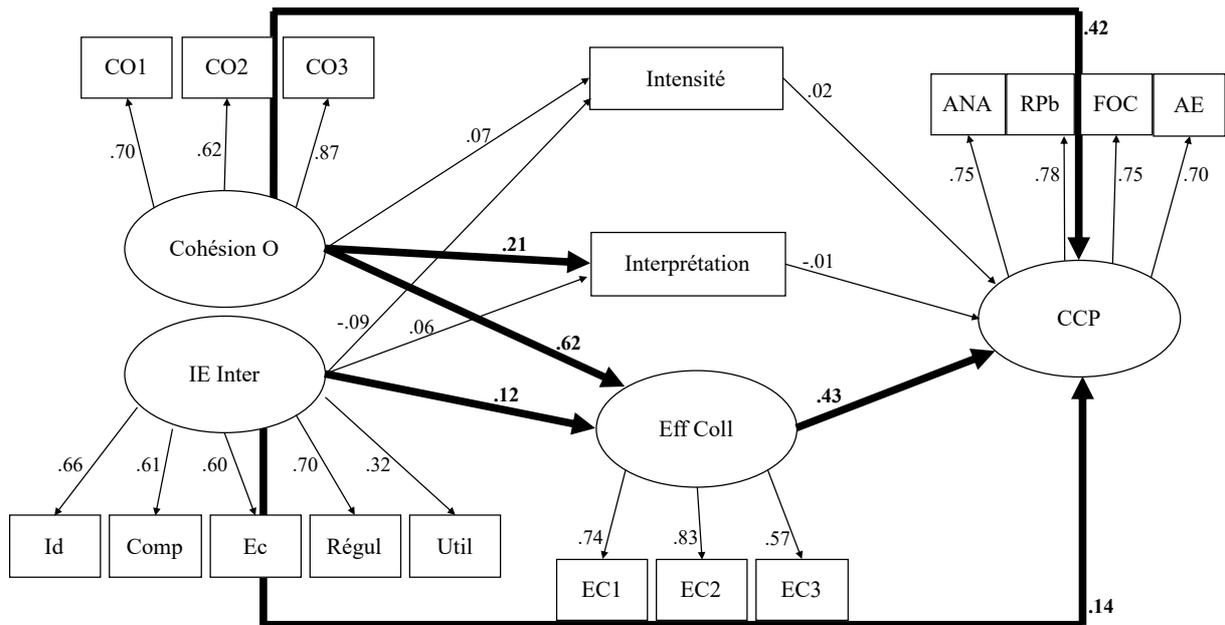


Figure 6 : Modèle d'équations structurelles du *communal coping* centré sur le problème

Notes. Les traits en gras indiquent les liens significatifs. Cohésion O et CO = cohésion opératoire, IE inter = Intelligence émotionnelle interpersonnelle, Id = Identification, Comp = Compréhension, Ec = écoute, Régul = Régulation, Util = Utilisation, Eff Coll et EC = Efficacité Collective, CCP = Communal coping centré sur le problème, ANA = Analyse logique, RPb = Résolution de Problèmes, FOC = Focalisation attentionnelle, AE = Augmentation des Efforts.

Le modèle 2 (Figure 7) met en évidence que la cohésion opératoire est positivement associée à l'intensité du stress ($\beta = .19$), à l'interprétation du stress ($\beta = .23$), à l'efficacité collective ($\beta = .63$) et à CCR ($\beta = .48$). La cohésion sociale est quant à elle positivement liée à CCR ($\beta = .20$). L'efficacité collective est également positivement associée à CCR ($\beta = .23$). L'analyse des liens indirects de ce deuxième modèle a révélé que les effets de la cohésion opératoire sur CCR sont significativement médiés par l'efficacité collective. In fine, la cohésion opératoire est liée à CCR à la fois directement et par le biais de l'efficacité collective, alors que la cohésion sociale n'est liée à CCR que directement.

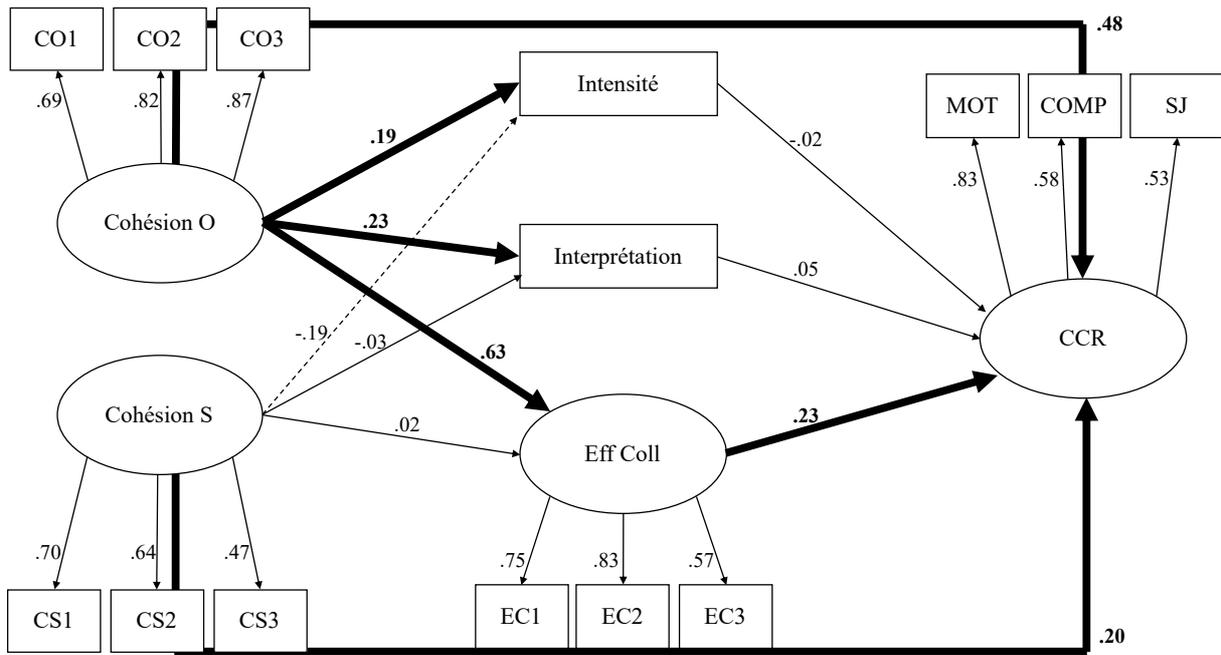


Figure 7. Modèle d'équations structurelles du *communal coping* centré sur la relation

Notes. Les traits en gras indiquent les liens significatifs. Cohésion O et CO = cohésion opératoire, Cohésion S et CS = Cohésion sociale, Eff Coll et EC = Efficacité Collective, CCR = Communal coping centré sur la relation, MOT = Soutien Motivationnel, COMP = Compensation, SJ = social joining.

Le modèle 3 (Figure 8) met en évidence que la cohésion opératoire est positivement reliée à l'interprétation du stress ($\beta = .21$), à l'efficacité collective ($\beta = .62$) et à CCE ($\beta = .58$). L'intelligence émotionnelle interpersonnelle est positivement reliée à l'efficacité collective ($\beta = .12$) et à CCE ($\beta = .12$). L'analyse des liens indirects de ce troisième modèle n'a pas révélé de médiations significatives.

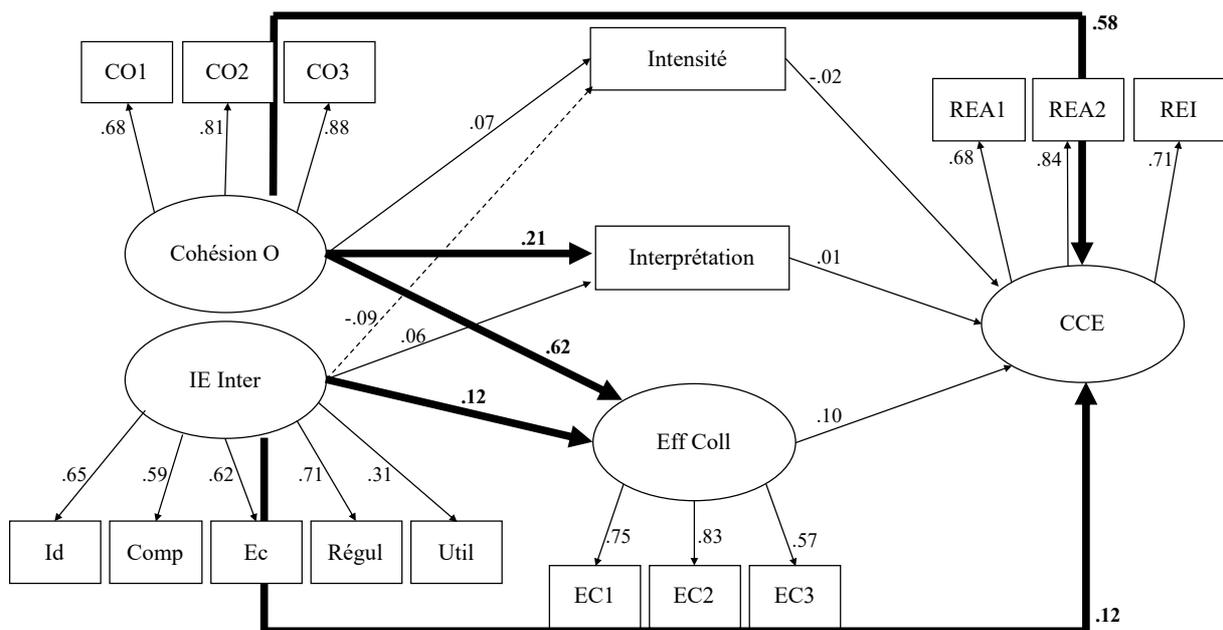


Figure 8. Modèle d'équations structurelles du *communal coping* centré sur l'émotion

Notes. Les traits en gras indiquent les liens significatifs, les traits pleins indiquent les liens positifs, les traits en pointillés indiquent les liens négatifs. Cohésion O et CO = cohésion opératoire, IE inter = Intelligence émotionnelle interpersonnelle, Id = Identification, Comp = Compréhension, Ec = écoute, Régul = Régulation, Util = Utilisation, Eff Coll et EC = Efficacité Collective, CCD = Communal coping centré sur les émotions, REA = Réassurance, REI = Régulation émotionnelle interpersonnelle.

Le modèle 4 (Figure 9) met en évidence que la cohésion opératoire est associée positivement à l'intensité du stress ($\beta = .19$), à l'interprétation du stress ($\beta = .24$), à l'efficacité collective ($\beta = .64$) et négativement à CCD ($\beta = -.43$). La cohésion sociale est associée négativement à l'intensité du stress ($\beta = -.15$) et à CCD ($\beta = -.23$). L'intelligence émotionnelle interpersonnelle est quant à elle reliée négativement à l'intensité du stress ($\beta = -.18$). L'analyse des liens indirects de ce quatrième modèle n'a pas révélé de médiations significatives.

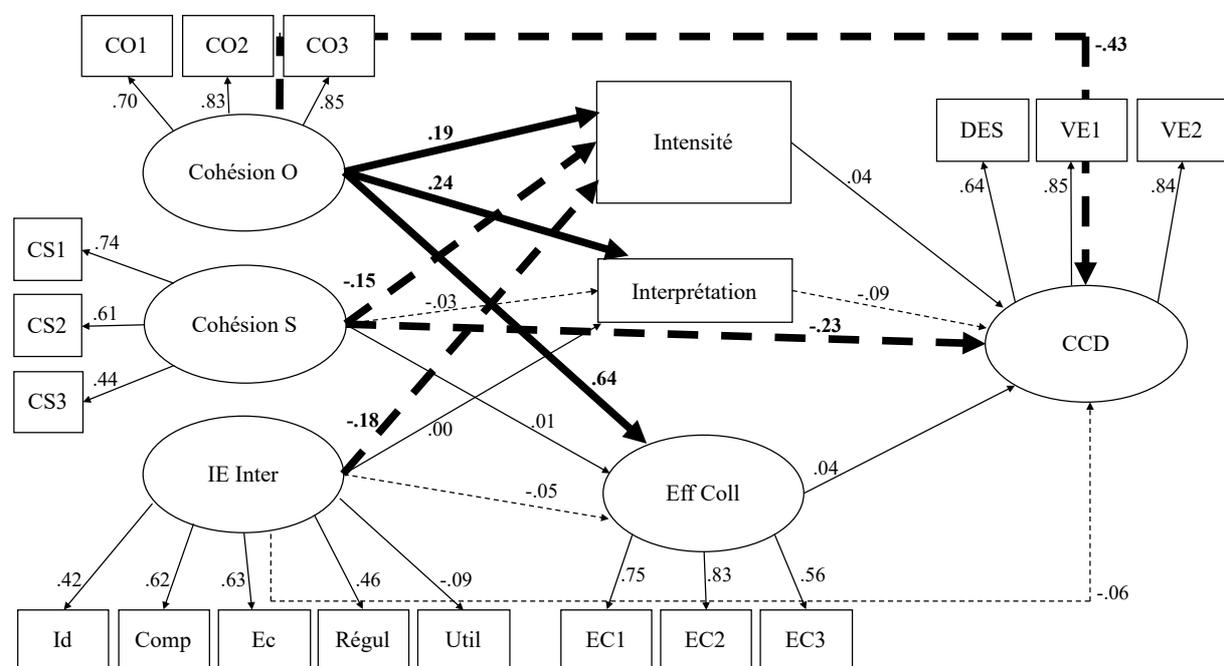


Figure 9 : Modèle d'équations structurelles du communal coping centré sur le désengagement

Notes. Les traits en gras indiquent les liens significatifs, les traits pleins indiquent les liens positifs, les traits en pointillés indiquent les liens négatifs. Cohésion O et CO = cohésion opératoire, Cohésion S et CS = Cohésion sociale, IE inter = Intelligence émotionnelle interpersonnelle, Id = Identification, Comp = Compréhension, Ec = écoute, Régul = Régulation, Util = Utilisation, Eff Coll et EC = Efficacité Collective, CCD = Communal coping centré sur le désengagement, VE = Ventilation des Emotions, DES = Désengagement.

Tableau 4. *Effets directs, indirects et totaux des quatre modèles de médiation.*

Modèles	Liens	Effets directs		Effets indirects		Effets totaux	
		β	IC (95%)	β	IC (95%)	β	IC (95%)
Modèle 1 (CCP)	Cohésion O \rightarrow CCP	.42	[.29 ; .55]	.27	[.18 ; .36]	.69	[.59 ; .77]
	IE Inter \rightarrow CCP	.14	[.05 ; .23]	.05	[.003 ; .11]	.19	[.09 ; .29]
Modèle 2 (CCR)	Cohésion O \rightarrow CCR	.48	[.28 ; .68]	.15	[.05 ; .27]	.63	[.46 ; .78]
	Cohésion S \rightarrow CCR	.20	[.02 ; .38]	.01	[-.05 ; .06]	.21	[.02 ; .39]
Modèle 3 (CCE)	Cohésion O \rightarrow CCE	.58	[.46 ; .74]	.06	[-.06 ; .16]	.65	[.57 ; .73]
	IE Inter \rightarrow CCE	.12	[.004 ; .25]	.02	[-.01 ; .05]	.14	[.02 ; .26]
Modèle 4 (CCD)	Cohésion O \rightarrow CCD	-.43	[-.59 ; -.22]	.01	[-.09 ; .12]	-.42	[-.59 ; -.21]
	Cohésion S \rightarrow CCD	-.23	[-.45 ; -.03]	.00	[-.04 ; .03]	-.24	[-.45 ; -.03]
	IE Inter \rightarrow CCD	-.06	[-.20 ; .07]	-.01	[-.04 ; .01]	-.07	[-.20 ; .07]

Notes. CCP = *Communal coping* centré sur le Problème, CCR = *Communal coping* centré sur la Relation, CCE = *Communal coping* centré sur l'Émotion, CCD = *Communal coping* centré sur le Désengagement, Cohésion O = opératoire, Cohésion S = sociale, IE = Intelligence émotionnelle, EC = Efficacité Collective, IC = Intervalle de Confiance. N = 416.

8.4. Discussion

L'objectif de cette étude était d'examiner les associations entre des antécédents et chacune des quatre dimensions de *communal coping* ; et d'observer le rôle médiateurs des évaluations cognitives dans ces relations antécédents-dimensions de *communal coping*. Les analyses conduites dans la présente étude ont ainsi mis en évidence les contributions de l'intelligence émotionnelle (en tant qu'antécédent relatif à l'individu) vis-à-vis de CCP et CCE, de la cohésion (en tant qu'antécédent relatif à l'équipe) dans sa dimension sociale vis-à-vis de CCR et CCD, et dans sa dimension opératoire vis-à-vis des quatre dimensions de *communal coping*. Le rôle médiateur de l'efficacité collective a également été mis en évidence, entre des antécédents tels que la cohésion opératoire et l'intelligence émotionnelle interpersonnelle sur les stratégies de *communal coping* orientées vers la résolution de problème et le maintien de la relation. Ces résultats permettent de mieux comprendre les mécanismes explicatifs du *communal coping* dans le contexte du football, mettant en avant les caractéristiques relatives aux individus et à l'équipe qui influencent l'adoption de stratégies particulières de gestion du stress au niveau collectif.

L'ensemble des analyses menées au cours de cette étude aura permis de confirmer et d'infirmer certaines de nos hypothèses. Tout d'abord, les indices d'ajustements de l'ensemble des quatre modèles testés ont mis en évidence une adéquation des données avec le modèle théorique testé (i.e., CMRT, Lazarus, 1991, 1999). Ainsi, il semble qu'au niveau collectif, les stratégies de *communal coping* puissent être influencées par des antécédents relatifs à l'individu et à l'équipe, et que des variables d'évaluation cognitives puissent influencer ces relations. Ces résultats laissent ainsi penser que le modèle des antécédents du coping individuel selon la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) se retrouve au niveau collectif.

Pour vérifier plus spécifiquement les hypothèses relatives aux antécédents du *communal coping*, l'étude des liens directs des quatre modèles d'équations structurelles a permis de mettre en évidence les contributions de la cohésion et de l'intelligence émotionnelle aux différentes dimensions de *communal coping*. Concernant l'intelligence émotionnelle, l'hypothèse selon laquelle elle serait reliée positivement à CCP et CCE, et négativement à CCD a été partiellement vérifiée. En effet, la dimension interpersonnelle de l'intelligence émotionnelle est associée de manière positive à CCP et CCE mais n'est pas reliée significativement à CCD. En contexte de sports collectifs comme le football, ces résultats laissent penser que la capacité des individus à identifier, comprendre, réguler et utiliser les émotions de leurs coéquipiers(ères) est un antécédent qui favorisent leur engagement dans des stratégies collectives de résolution de problème, marquées par leur caractère opérationnel (e.g., analyse logique, augmentation des efforts) et dans des stratégies collectives pour réguler les émotions dans l'équipe (e.g., réassurance, régulation interpersonnelle des émotions négatives). En revanche, les compétences émotionnelles interpersonnelles n'agissent pas directement pour prémunir du désengagement collectif. Ces résultats mettent en évidence que l'intelligence émotionnelle, en plus d'influencer le développement de stratégies de coping individuel centrées sur la tâche (Laborde et al., 2012 ; Laborde et al., 2014 ; Lane et al., 2009), tient au niveau collectif un rôle similaire, en favorisant par leur dimension interpersonnelle le développement de stratégies de *communal coping* orientées vers la résolution de problème et la régulation émotionnelle. L'absence de lien entre l'intelligence émotionnelle et les stratégies de *communal coping* centrées sur le désengagement peut être mis en lien avec des études ayant montré l'absence de lien entre ces deux dimensions au niveau individuel (e.g., Louvet & Campo, 2019).

L'hypothèse relative à la contribution de la cohésion opératoire envers CCP, CCR et CCE (association positive) et CCD (association négative) a été confirmée. Ainsi, les athlètes percevant un fort niveau de cohésion opératoire sont plus enclins à s'engager dans des processus de résolution de problème, de maintien de la relation et de régulation des émotions au sein de

leur équipe, et ont moins recours à des stratégies de désengagement collectif. L'hypothèse relative à la contribution de la cohésion sociale envers CCR (association positive) et CCD (association négative) a également été confirmée. Ainsi, des athlètes percevant un fort degré de cohésion sociale dans leurs équipes (i.e., aimant interagir entre eux et appréciant la compagnie de chacun) s'engagent davantage dans des stratégies visant à maintenir les relations dans leur équipe lors d'événements stressants. Ils s'encouragent davantage, compensent les potentielles faiblesses de leurs coéquipiers au lieu de s'énerver contre eux, mettent en place des stratégies de « *social joining* » pour se rassembler, « rester soudés » sur le terrain et se désengagent moins. Conformément aux hypothèses de Lyons et al, (1998) concernant la qualité des relations dans un groupe et l'engagement des individus dans des stratégies collectives de gestion du stress, les présents résultats soulignent, dans le contexte du football, l'influence des deux dimensions de la cohésion sur les quatre dimensions de *communal coping*. En effet, la cohésion opératoire s'avère être un antécédent de toutes les dimensions de *communal coping* et la cohésion sociale être un antécédent de CCR et CCD. Si plusieurs études ont mis en évidence l'influence de la cohésion sur le développement de stratégies interpersonnelles de coping particulières (e.g. recherche de soutien, coping dyadique) dans le champ de la santé (e.g., Morse & Fife, 1998) ou dans le champ de l'éducation (e.g., Plybon, Edwards, Butler, Belgrave, & Allison, 2003), aucune étude en sport n'avait étudié les liens entre la cohésion et les stratégies de *communal coping*. Seuls Tamminen et Gaudreau (2014) avaient supposé que la nature sociale de la cohésion serait susceptible d'influencer le développement de stratégies collectives de gestion du stress. Les présents résultats confirment ainsi cette hypothèse et spécifient les contributions des deux dimensions de la cohésion sur chacune des dimensions de *communal coping*.

Pour aller plus loin dans la compréhension des mécanismes explicatifs de ces différentes variables dans l'adoption de stratégies particulières de *communal coping*, les analyses des liens directs et indirects ont permis d'étudier le rôle médiateur des évaluations cognitives dans la relation antécédent-*communal coping*. Les présents résultats ont ainsi mis en évidence le rôle médiateur de l'efficacité collective dans les modèles de CCP et CCR. Dans le modèle de prédiction de CCP, l'efficacité collective médie à la fois la relation entre la cohésion opératoire et le CCP ; et la relation entre l'intelligence émotionnelle interpersonnelle et le CCP. Ainsi, des individus avec des niveaux élevés de cohésion opératoire et d'intelligence émotionnelle interpersonnelle s'engageraient davantage dans des stratégies de résolution collective des problèmes, en partie parce qu'ils perçoivent les ressources de leur équipe. Dans le modèle de prédiction de CCR, l'efficacité collective est un médiateur de la relation entre la cohésion opératoire et le CCR. De la même manière, il semblerait que des individus percevant un niveau

élevé de cohésion opératoire dans leur équipe s'engageraient davantage dans des stratégies collectives de maintien de la relation, en partie parce qu'ils perçoivent les ressources de leur équipe. Ces résultats relatifs au rôle de l'efficacité collective témoignent de l'importance de la perception des ressources collectives dans les situations d'adaptation au stress (Hobfoll, 2002). Contrairement à nos hypothèses, les résultats révèlent une absence de liens entre les évaluations cognitives relatives à l'intensité du stress perçu et à son interprétation envers les quatre dimensions de *communal coping*

Les résultats de la présente étude renseignent et complètent d'un point de vue théorique les modèles du *communal coping* (Lyons et al., 1998) et de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999). Les présents résultats ont en effet permis de vérifier empiriquement les hypothèses proposées par Lyons et ses collègues (1998) quant à l'existence d'antécédents relatifs à l'individu et au groupe, qui influenceraient l'engagement de plusieurs individus dans des stratégies de *communal coping*. A notre connaissance, aucune étude empirique n'avait jusqu'alors tenté de comprendre les mécanismes explicatifs de l'adoption de stratégies collectives de gestion du stress particulières, et ce quel que soit le domaine dans lequel ce concept avait été étudié (e.g., psychologie de la famille ou des catastrophes naturelles). Au-delà de vérifier empiriquement le modèle général de *communal coping* décrit par Lyons et al. (1998), la présente étude renseigne plus spécifiquement ce construit en contexte sportif. Elle contribue ainsi à une meilleure compréhension du *communal coping* dans ce domaine où son étude est récente. Les résultats obtenus permettent en effet de mieux appréhender l'engagement des athlètes de sports collectifs dans les stratégies particulières de *communal coping* précédemment décrites (cf., étude 1 ; Leprince et al., 2018). Les analyses de modélisation du *communal coping* menées dans le cadre de cette étude ont également permis d'envisager un enrichissement de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) au niveau collectif. En effet, conformément aux conceptions relatives à cette théorie, les présents résultats ont mis en avant que les antécédents retenus (cohésion et intelligence émotionnelle) étaient reliés à certaines dimensions du *communal coping* (CCP et CCR) à la fois directement et par le biais de l'efficacité collective. Si de nombreuses études ont été menées sur les antécédents du coping au niveau individuel (Doron, et al., 2013 pour revue ; Hoar et al, 2006 ; Nicholls, et al., 2010), aucune recherche n'avait encore été conduite jusqu'ici pour étudier ces mécanismes au niveau collectif pour comprendre l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies collectives de gestion du stress.

Cette recherche étant la première à étudier ce sujet, elle présente certaines limites qu'il serait intéressant de dépasser lors de futures recherches. La première limite réside dans la composition de l'échantillon d'athlètes, ce dernier étant constitué uniquement de jeunes joueurs

et joueuses de football. Tout comme le coping individuel (Compas et al., 2001 ; Lazarus, 1999 ; Nicholls et al., 2009 ; Zimmer-Gembeck & Skinner, 2011), il est possible que l'utilisation des stratégies de *communal coping* évolue avec l'âge. Il serait alors intéressant d'étendre l'exploration de ce construit et ses mécanismes explicatifs à des populations d'adultes, dont l'utilisation des stratégies de *communal coping* pourrait être différente, et dont la connaissance de soi serait plus développée, leur permettant ainsi un recul sur leur propre fonctionnement (e.g., leurs compétences émotionnelles) et le fonctionnement de leur équipe (e.g., son niveau de cohésion, ses stratégies collectives de gestion du stress).

Deuxièmement, des améliorations relatives à la mesure des évaluations cognitives sont à envisager. En effet les mesures d'intensité et d'interprétation du stress ont été réalisées à l'aide d'items uniques, dont la formulation collective n'a pas été validée. Dans la présente étude, ces deux items d'évaluation cognitive ne se sont pas révélés être des antécédents des dimensions de *communal coping*. Cette absence de lien doit questionner la manière dont ces évaluations cognitives ont été mesurées et des améliorations quant à cette mesure doivent être réfléchies pour de futures recherches. Bien que plusieurs auteurs (cf., Bergkvist & Rossiter, 2007) s'accordent aujourd'hui pour défendre la mesure de certaines dimensions psychologiques à l'aide d'items uniques, ces derniers pouvant être de meilleurs indicateurs que plusieurs « items synonymes » (Drolet & Morrison, 2001), cette démarche nécessite quelques précautions. En effet, lors d'utilisation d'items uniques, il s'avère nécessaire de s'assurer que l'objet du concept mesuré soit concret, singulier et facilement imaginé dans l'esprit des évaluateurs (i.e., les répondants aux questionnaires) (Rossiter, 2002). Cela pourrait être le cas pour les deux items concernés (i.e., *Dans quelle mesure ton équipe ressent-elle du stress habituellement en match ?* *Dans quelle mesure ce stress a un effet sur la performance de ton équipe habituellement en match ?*). Mais malgré cette précaution, nous devons reconnaître que dans les modèles d'équations structurelles, l'utilisation d'items uniques n'est pas recommandée (Baumgartner & Homburg, 1996). Leur présence entraîne en effet la nécessité de fixer leur poids factoriel et leur variance à un. Il en résulte alors des potentielles erreurs d'estimation sur le nombre de degré de liberté et sur certains indices d'ajustement comme le Chi². Afin de poursuivre les investigations du modèle de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) au niveau collectif, il serait donc intéressant de penser à une amélioration de la mesure des évaluations cognitives collectives (e.g., en s'inspirant davantage d'échelles valides comme « *The Stress Appraisal Measure* », Peacock & Wong, 1990 ; en augmentant le nombre d'items pour les introduire dans les modèles d'équations structurelles ; tout en restant vigilants au moment de leur rédaction à ne pas

produire des « items synonymes » au risque de ne pas voir la qualité de la mesure réellement s'améliorer).

Une troisième limite de cette étude réside dans le fait d'avoir interrogé individuellement des athlètes sur des construits collectifs (cohésion, efficacité collective et *communal coping*). Les réponses fournies par les athlètes renseignent alors leurs perceptions individuelles, relatives à ce qu'ils se représentent du fonctionnement de leur équipe. Afin de vérifier que ces perceptions individuelles, relatives à des construits collectifs soient bien partagées dans les équipes, il sera nécessaire à l'avenir de mener des études avec des athlètes pouvant être rattachés à des équipes identifiées. Des indices statistiques (e.g., indices de corrélations intra-classe) pourront alors venir renseigner le degré de partage de ces perceptions individuelles relatives au groupe et ainsi confirmer la nature collective de ces construits. Avec ce type d'échantillons constitués d'équipes, des analyses statistiques multiniveaux pourraient également être menées pour mieux comprendre les contributions individuelles (au niveau des athlètes) et collectives (au niveau des équipes) dans les prédictions des dimensions de *communal coping* (e.g., Gaudreau, Fecteau, & Perreault, 2010 ; Papaioannou, Marsh, & Theodorakis, 2004).

Enfin, une dernière limite à dépasser réside dans une exploration plus large des antécédents du *communal coping*, en investiguant d'autres variables pour poursuivre la compréhension des mécanismes explicatifs de ce construit en sport. Des variables telles que les orientations motivationnelles ou le concept d'identité sociale pourraient influencer de manière significative le recours à des stratégies de *communal coping* particulières. Dans le premier cas la théorie de l'auto-détermination (Deci & Ryan, 1985, 2002) pourrait servir de cadre pour étudier les processus motivationnels impliqués dans le développement des stratégies de *communal coping*. Plus spécifiquement, les besoins fondamentaux sur lesquels repose l'auto-détermination pourraient être investigués, en particulier les besoins relatifs à la perception d'affiliation qui pourrait alors être impliqués dans le développement de stratégies collectives de gestion du stress dans les équipes. Dans le second cas, la théorie de l'identité sociale (Tajfel & Turner, 1979) pourrait servir de cadre pour étudier l'influence de l'identité sociale des athlètes de sports collectifs et leur engagement dans des stratégies de *communal coping* particulières. Certaines études ayant mis en évidence des liens entre l'identité sociale des athlètes, leurs processus d'évaluations cognitives et leurs réponses émotionnelles en situation de stress (Mackie, Devos, & Smith 2000 ; Yzerbyt, Dumont, Mathieu, Gordijn, & Wigboldus 2006), il serait pertinent de penser que cette variable pourrait également influencer les réponses de coping des athlètes notamment au niveau collectif. Nous pouvons par exemple supposer que des athlètes de sports collectifs avec une identité sociale forte relative à leur équipe

d'appartenance, s'engageraient davantage dans des stratégies particulières de *communal coping* (e.g., CCP, CCR, CCE) pour faire face aux stressors rencontrés par celle-ci. La poursuite d'études sur ce sujet pourrait alors venir compléter la littérature sur le rôle de l'identité sociale en sport (e.g., Campo et al., 2018). L'étude de l'ensemble de ces antécédents pourrait ainsi permettre de mieux comprendre l'engagement des équipes dans des processus de gestion du stress au niveau collectif.

8.5. Conclusion

La présente étude a permis d'identifier deux antécédents relatifs à l'individu et relatif à l'équipe du *communal coping* dans le contexte du football (i.e., l'intelligence émotionnelle interpersonnelle et la cohésion) et d'étudier leurs relations avec chacune des dimensions de *communal coping*. Cette étude a également mis en évidence le rôle médiateur de l'efficacité collective en tant qu'évaluation cognitive entre ces antécédents spécifiques et les dimensions de *communal coping*. L'ensemble de ces résultats renseignent ainsi les mécanismes explicatifs de l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies particulières de *communal coping* en mettant en évidence un modèle étendu de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) au niveau collectif. Ce premier travail sur les antécédents du *communal coping* en sport ouvre ainsi la voie à des études complémentaires qui pourraient notamment explorer les conséquences de ce construit.

9. Discussion générale

La gestion du stress dans les sports collectifs, comme le football, engage bien souvent la responsabilité et l'implication de plusieurs coéquipiers(ères). Ces derniers(ères) sont en effet régulièrement confronté(e)s dans leur activité compétitive à des stressseurs et des émotions communs, pour lesquels il est nécessaire de faire face ensemble. Jusqu'à aujourd'hui, les recherches en psychologie du sport avaient principalement adopté une approche intrapersonnelle (i.e., centrée sur l'individu) pour étudier la gestion du stress en sport collectif. Ce travail doctoral a donc eu pour objectif d'étudier la dimension interpersonnelle de la gestion du stress dans les sports collectifs, en s'appuyant sur : (a) la théorie cognitivo-motivationale-relationnelle des émotions (CMRT - Lazarus, 1991, 1999) qui a servi de cadre théorique de référence ces 30 dernières années pour l'étude de la gestion du stress au niveau intrapersonnel, et (b) le modèle du *communal coping* (Lyons et al., 1998) qui a été le premier à mettre en avant la dimension interpersonnelle du stress et du coping, mais dont l'application au contexte sportif n'avait pas encore eu lieu. Ainsi, le présent travail doctoral a soutenu la thèse selon laquelle les athlètes de sports collectifs peuvent développer des stratégies de *communal coping* pour faire face aux émotions et aux stressseurs communs rencontrés en situation de compétition. Ce travail s'est articulé autour de trois objectifs : (a) caractériser les formes spécifiques du *communal coping* développées par les athlètes de sports collectifs, pour faire face collectivement à des stressseurs communs rencontrés en situation de compétition ; (b) identifier les fonctions d'ordre supérieur auxquelles ces stratégies répondent ; (c) examiner le rôle de certains antécédents du *communal coping* relatifs à l'individu et au groupe afin de mettre en évidence les mécanismes explicatifs de la gestion collective du stress en compétition. Les résultats obtenus au cours de ce travail doctoral permettent d'élaborer plusieurs conclusions relatives à la dimension interpersonnelle de la gestion du stress dans les équipes de sports collectifs.

9.1. Les stratégies et dimensions de *communal coping* en sport

La première étude a permis d'identifier les stratégies et les dimensions du *communal coping* développées par les athlètes de sports collectifs lorsqu'ils sont confrontés à un/des stressseur(s) commun(s). Ainsi, 13 stratégies de *communal coping* ont été identifiées puis regroupées en quatre dimensions d'ordre supérieur, relatives aux quatre fonctions identifiées

du *communal coping* en sport : (a) le *communal coping* centré sur le problème qui vise à résoudre collectivement les problèmes rencontrés par l'équipe ; (b) le *communal coping* centré sur la relation qui permet de maintenir les relations dans l'équipe pendant un épisode stressant ; (c) le *communal coping* centré sur l'émotion qui consiste à réguler collectivement les émotions générées dans l'équipe par l'épisode stressant ; (d) le *communal coping* centré sur le désengagement par lequel les athlètes arrêtent de fournir les efforts nécessaires à l'accomplissement de leurs objectifs. L'identification des stratégies et dimensions du *communal coping* en sport a ainsi permis de caractériser les réponses concrètes déployées collectivement par les athlètes lors de leurs confrontations à des stressseurs communs en situation de compétition. Ces résultats représentent une avancée dans la compréhension de la dimension interpersonnelle du coping en sport, la littérature en psychologie du sport ayant jusqu'alors étudié le coping uniquement au niveau individuel, et ce même en sport collectif.

À l'inverse, d'autres champs théoriques comme ceux de la résilience collective ou de la régulation émotionnelle interpersonnelle avaient pris en compte cette dimension interpersonnelle en sport, mais ces derniers ne renseignaient pas l'ensemble des stratégies opérationnelles mobilisées par les équipes en situation de stress partagé. En effet, les études sur la résilience collective avaient permis de mieux comprendre les caractéristiques des équipes qui faisaient face à des situations d'adversité partagée (Fletcher & Sarkar, 2012 ; Morgan et al., 2013, 2015), mais ce concept théorique ne décrit pas les stratégies opérationnelles utilisées par les équipes pour faire face (Compas et al., 2001). Tout comme au niveau individuel, la résilience collective pourrait davantage s'apparenter à une conséquence du *communal coping* : ainsi les équipes dépassant les situations d'adversité en ayant recours à des stratégies de *communal coping* devraient voir en retour leur résilience collective renforcée. Dans le cas de la régulation émotionnelle interpersonnelle, les résultats de notre première étude tendent à confirmer la distinction observée entre ces deux concepts au niveau individuel (Compas et al., 2014). En effet, les quatre dimensions de *communal coping* mises en évidence dans nos travaux soulignent que les stratégies de *communal coping* représentent un éventail plus large de stratégies que la régulation émotionnelle interpersonnelle (i.e., résolution de problème, régulation de la relation et désengagement). De plus, contrairement aux stratégies de régulation émotionnelle interpersonnelle mises en évidence en contexte sportif (Campo et al., 2017 ; Tamminen & Crocker, 2013), les stratégies de *communal coping* ne représentent pas des actions collectives menées envers un coéquipier confronté à un problème mais bien des actions collectives déployées par plusieurs coéquipiers qui eux-mêmes expérimentent ce problème commun.

Ainsi, l'étude du *communal coping* a permis de compléter les connaissances relatives aux processus d'adaptation en sport au niveau collectif, étudiés au travers des concepts de résilience collective et de régulation émotionnelle interpersonnelle. L'identification des stratégies et des dimensions du *communal coping* dans cette première étude aura permis de mettre en avant les formes spécifiques de ce construit dans le contexte des sports collectifs en compétition, dont les enjeux d'accomplissement, de performance et de concurrence diffèrent des contextes où il a pu être étudié par le passé (i.e., contexte des catastrophes naturelles, divorce dans une famille). Ainsi, cette première étude a apporté un éclairage spécifique sur les stratégies opérationnelles, déployées par les athlètes de sports collectifs face à des stressors communs rencontrés en situation de compétition.

9.2. Un outil de mesure du *communal coping*

Face à une nouvelle conception du coping en contexte sportif (i.e., la mise en évidence de sa dimension interpersonnelle), il est apparu nécessaire de construire un outil de mesure capable de saisir les spécificités de ce nouveau construit et ainsi de mesurer le *communal coping* dans les sports collectifs. La deuxième étude de ce travail doctoral a donc conduit au développement et à la validation préliminaire de l'Inventaire des Stratégies de Communal Coping pour les Sports Collectifs en Compétition (ISCCSCC). Cet outil permet d'évaluer le style de coping des équipes en compétition en mesurant 12 stratégies de *communal coping*, dont 11 se regroupent dans les quatre dimensions d'ordre supérieur du *communal coping* (i.e., *communal coping* centré sur le problème, la relation, les émotions, le désengagement). Cet outil est le premier outil de mesure du *communal coping* dans le contexte sportif dont les qualités psychométriques ont été éprouvées. En effet, si un questionnaire tel que le Communal Coping Scale (CCS - Wlodarczyk et al., 2016) existait, ce dernier n'avait pas fait l'objet d'un processus de validation complète et avait été utilisé dans des contextes aux enjeux très éloignés du contexte de performance sportive (e.g., mesure des stratégies de *communal coping* des survivants d'un tremblement de terre). Ainsi l'ISCCSCC répond à l'absence d'outil spécifique de mesure du *communal coping* en sport collectif et sa validation représente une avancée importante pour investiguer de manière quantitative le *communal coping* dans ce contexte.

Plusieurs utilisations peuvent alors être envisagées. D'un point de vue théorique, ce questionnaire permet en premier lieu la poursuite d'études corrélationnelles pour comprendre les liens entre le *communal coping* et d'autres construits psychologiques. Plus particulièrement,

l'ISCCSCC nous a permis dans une troisième étude d'examiner le rôle de certains antécédents du *communal coping* en sport collectif, pour mieux comprendre l'adoption de stratégies de *communal coping* particulières au niveau collectif. Des études prospectives pourraient également être conduites pour différencier les conséquences des différentes stratégies de *communal coping*. Enfin des études interventionnelles pourraient être menées sur la base de ces différents résultats pour accompagner les équipes à améliorer leur capacité à faire face collectivement au stress. L'utilisation de l'ISCCSCC peut également permettre d'un point de vue pratique d'établir le style de coping des équipes et ainsi de guider les praticiens dans leur accompagnement mental des équipes de sports collectifs.

9.3. Les antécédents du *communal coping* en football

La troisième étude de ce travail doctoral a conduit à l'identification de certains antécédents susceptibles d'expliquer l'adoption de stratégies de *communal coping* particulières. En s'appuyant sur le modèle du *communal coping* (Lyons et al., 1998), les contributions de certaines caractéristiques individuelles (i.e., l'intelligence émotionnelle) et de caractéristiques relatives à l'équipe (i.e., la cohésion) à l'explication des quatre dimensions de *communal coping* ont été examinées. Ainsi, il a été mis en évidence des liens positifs entre l'intelligence émotionnelle interpersonnelle et le *communal coping* centré sur le problème et les émotions ; entre la cohésion sociale et le *communal coping* centré sur la relation ; entre la cohésion opératoire et le *communal coping* centré sur le problème, la relation et les émotions. À l'inverse des liens négatifs ont été trouvés entre les deux dimensions de la cohésion et le *communal coping* centré sur le désengagement. Ces résultats sont conformes aux liens établis entre ces antécédents et les stratégies de coping individuel (Campo et al., 2016 ; Campo et al., 2017 ; Laborde et al., 2012 ; Laborde et al., 2014 ; Lane et al., 2009 dans le champ de l'intelligence émotionnelle ; Bruner et al., 2014 ; Filho et al., 2015 dans le champ de la cohésion).

Cette troisième étude a également permis d'envisager un enrichissement de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) en prenant en compte la dimension interpersonnelle des processus de stress et coping. Pour cela, des variables d'évaluation cognitive collectives ont été introduites dans des modèles de médiation entre les antécédents spécifiques du *communal coping* (i.e., intelligence émotionnelle, cohésion) et les quatre dimensions de *communal coping*. Il a ainsi été mis en évidence qu'une variable d'évaluation cognitive comme l'efficacité collective

pouvait jouer un rôle de médiateur entre des antécédents tels que la cohésion opératoire et l'intelligence émotionnelle interpersonnelle et des dimensions du *communal coping* centrées sur le problème et la relation. Ainsi, certaines caractéristiques individuelles et certaines caractéristiques relatives à l'équipe favoriseraient l'engagement des athlètes de sports collectifs dans certaines stratégies de *communal coping* (i.e., centrées sur le problème, la relation, les émotions) et limiteraient le recours aux stratégies de *communal coping* centrées sur le désengagement. Certaines de ces relations peuvent s'effectuer par l'intermédiaire d'un médiateur, relatif à la perception d'efficacité collective des équipes.

Cette troisième étude a ainsi permis de mettre au jour certains mécanismes explicatifs du *communal coping* en sport, et ainsi de mieux comprendre l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies particulières de gestion du stress au niveau collectif. Si ces mécanismes ont été largement étudiés au niveau individuel (Doron et al., 2013 pour revue ; Hoar et al, 2006 ; Nicholls et al., 2010), conduisant à une connaissance des antécédents du coping et des processus d'évaluation cognitive dans leur dimension intrapersonnelle, aucune étude n'avait conduit jusqu'alors à l'identification de ces mécanismes explicatifs au niveau collectif. Cet éclairage sur les mécanismes sous-jacents à l'engagement des athlètes dans des stratégies collectives particulières laisse entrevoir plusieurs pistes de recherche et applications pratiques que nous développerons par la suite.

L'ensemble des travaux menés dans le cadre de ce travail doctoral s'est ainsi appuyé sur deux modèles que sont la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) et le modèle du *communal coping* (Lyons et al., 1998) avec pour objectif de les enrichir ou les spécifier. Ainsi, dans le premier cas, nous avons cherché à enrichir la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), en explorant son extension au niveau collectif ; dans le second cas nous avons cherché à spécifier le modèle de *communal coping* (Lyons et al., 1998) au contexte sportif, en identifiant les formes et les fonctions du *communal coping* en contexte sportif compétitif. Les premiers résultats obtenus suggèrent que la compréhension de la dimension interpersonnelle du stress et du coping en sport collectif pourrait s'appuyer sur l'intégration de ces deux modèles théoriques, enrichis (i.e., le niveau collectif de la CMRT) ou spécifiés (i.e., le *communal coping* appliqué au sport) (cf., Figure 10). En effet, l'articulation entre ces deux modèles permet à la fois de prendre en compte les processus d'évaluations et d'actions partagées, éléments essentiels du *communal coping* selon Lyons et al. (1998), et d'identifier les antécédents et les évaluations cognitives susceptibles d'influencer l'engagement des athlètes de sports collectifs dans ces stratégies collectives de gestion du stress. Ainsi, en situation de compétition, les athlètes de sports collectifs qui

rencontrent des stressseurs peuvent considérer ces derniers comme des problèmes communs à plusieurs coéquipiers ou à l'équipe dans son ensemble (i.e., évaluation partagée). Ils peuvent alors s'engager dans des stratégies collectives pour y faire face (i.e., actions partagées). Ils développent ainsi des stratégies de *communal coping* dans le but de résoudre collectivement le problème, et/ou de maintenir les relations au sein de l'équipe, et/ou de réguler collectivement leurs émotions, et/ou de se désengager collectivement de l'objectif. L'engagement des athlètes dans chacune de ces quatre dimensions de *communal coping* est influencé par des antécédents relatifs aux individus et à leur équipe, tels que l'intelligence émotionnelle et la cohésion ; et ces relations antécédents-*communal coping* peuvent se développer par l'intermédiaire de médiateurs relatifs aux évaluations cognitives du stress. Ainsi, l'ensemble des travaux menés au cours de ce travail doctoral aura contribué à enrichir et à spécifier des modèles théoriques préexistants et à s'interroger sur la portée heuristique d'un modèle intégratif décrivant les processus impliqués dans la dimension interpersonnelle de la gestion du stress. Cette première prise en compte de la dimension interpersonnelle de la gestion du stress en sport collectif permet ainsi de mieux comprendre la manière dont les athlètes évaluent les stressseurs, y répondent, et les caractéristiques qui influencent le type de réponses développées collectivement (i.e., le type de stratégies de *communal coping*).

Le niveau collectif de la CMRT

Le modèle de communal coping appliqué au sport

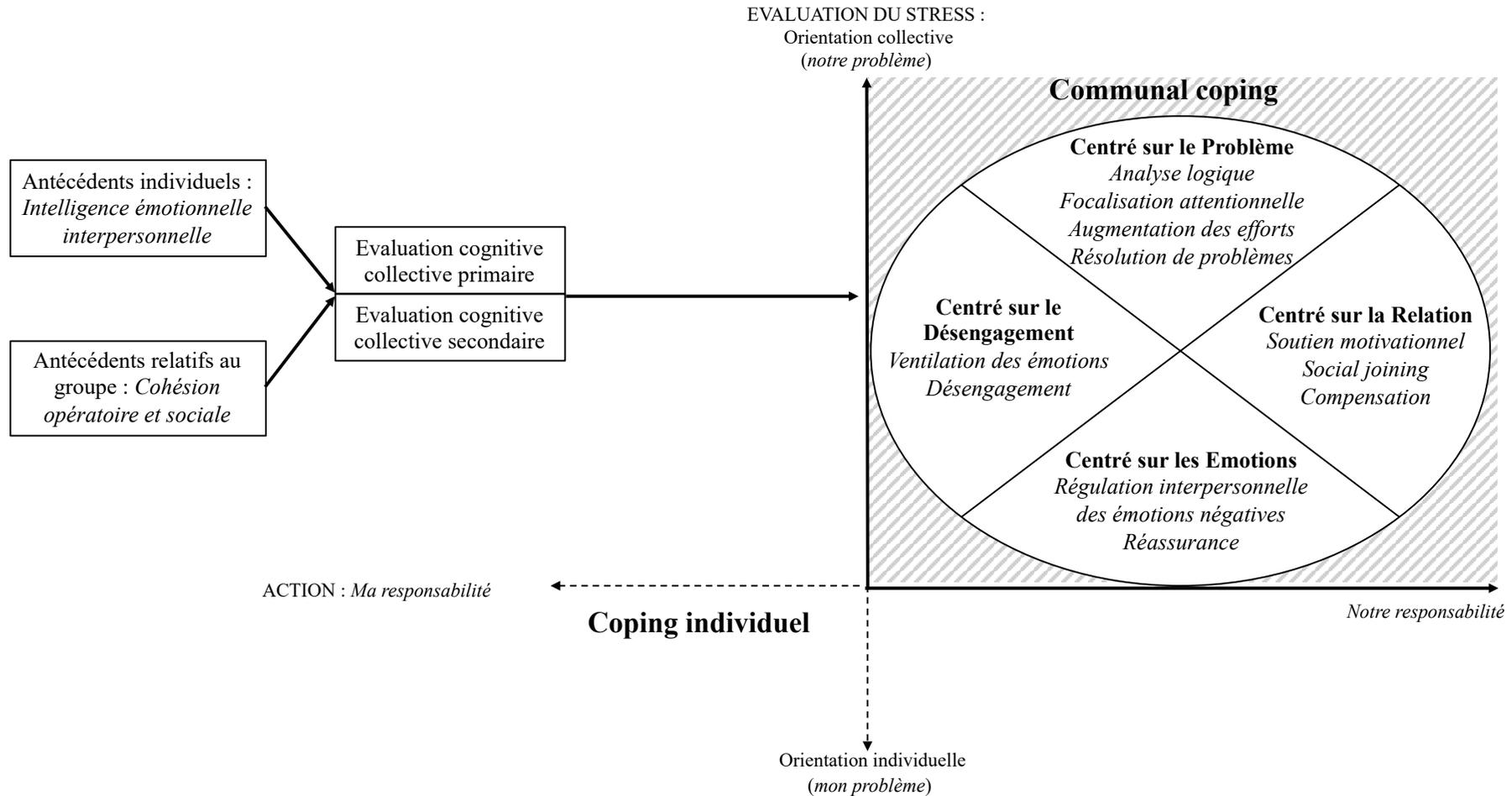


Figure 10 : Vers un modèle théorique intégratif de la dimension interpersonnelle de la gestion du stress en sport collectif

Malgré les précautions théoriques et méthodologiques prises au cours de sa réalisation, ce travail doctoral présente certaines limites qu'il convient d'évoquer et de garder à l'esprit dans l'interprétation des résultats, et qui ouvrent sur de nouvelles perspectives de recherche.

9.4. Limites et perspectives

Certaines limites de cette thèse sont d'ordre méthodologique et résident notamment dans la composition de nos échantillons et dans le niveau d'analyse des données. Dans le premier cas, les échantillons de nos études sont parfois restrictifs en termes de nombre de participants (i.e., 10 athlètes de sports collectifs dans l'étude 1) ou en termes d'âge des participants (i.e., jeunes joueurs(euses) de centre de formation ou de pôles espoirs dans l'étude 3) ce qui a pu entraîner un biais de connaissance de soi et/ou du fonctionnement de son équipe. Des études similaires devraient alors être menées auprès d'athlètes adultes, avec des niveaux d'expertise plus élevés, dont la capacité à prendre du recul sur leur fonctionnement individuel et le fonctionnement de leur équipe permettrait de recueillir des informations plus précises. Par ailleurs, l'utilisation des stratégies de coping étant soumise à l'âge des athlètes (Compas et al., 2001 ; Lazarus, 1999 ; Nicholls et al., 2009 ; Zimmer-Gembeck & Skinner, 2011), il est possible d'envisager que l'utilisation des stratégies de *communal coping* soit également susceptible d'évoluer en fonction de l'âge des athlètes de sports collectifs. Au-delà d'étendre l'étude du *communal coping* à différentes catégories d'âge, il apparaît également nécessaire de souligner la nécessité d'étendre les recherches sur ce construit, et notamment sur ses antécédents, à d'autres disciplines sportives. En effet, l'étude de la dimension interpersonnelle de la gestion du stress a pour objectif de comprendre l'ensemble de ces mécanismes collectifs non pas uniquement dans le contexte du football mais bien dans le contexte des sports collectifs en général. Ainsi, l'étude du *communal coping* devrait à l'avenir étendre ses recherches à des échantillons plus larges (i.e., disciplines sportives variées : handball, basket, volley ; âges et niveau d'expertise différents), pour que les conclusions issues de ces travaux puissent se généraliser à l'ensemble des sports collectifs.

Une deuxième limite méthodologique concerne plus particulièrement l'étude 3 et son devis corrélationnel. Ce dernier ne permet pas de conclusion définitive quant aux relations de cause à effet entre les variables. L'étude des antécédents mais également des conséquences du *communal coping* en sport, devraient à l'avenir être conduites en utilisant des méthodologies plus complexes permettant d'interpréter de manière plus précise les liens de causalité. Ainsi un design longitudinal prospectif ou expérimental lors duquel certaines variables pourraient être manipulées permettrait

d'établir la causalité des liens entre le *communal coping* et des variables pouvant jouer le rôle d'antécédents ou de conséquences.

Enfin, une troisième limite méthodologique, commune aux trois études, réside dans la manière dont les athlètes ont été interrogés à l'égard du *communal coping*. En effet, les recueils de données ont été effectués à l'aide d'entretiens (étude 1) ou de questionnaires (études 2 et 3), lors desquels les athlètes ont été interrogés sur leurs propres perceptions quant aux stratégies de *communal coping* développées par leur équipe. Ainsi dans l'ensemble des études, les données recueillies renseignent la manière dont les athlètes perçoivent l'utilisation de stratégies de *communal coping* de leur équipe. Cette première étape de recueil des données, laissant une part importante à la subjectivité des athlètes était nécessaire pour « avoir accès » à la description d'un construit théorique collectif qui n'avait jamais été étudié auparavant dans la littérature en psychologie du sport. Cependant, nous nous devons de reconnaître que les méthodologies employées ne garantissent pas de saisir pleinement la réalité des stratégies de *communal coping* mobilisées par les membres d'une même équipe. Ainsi, une part de travail importante reste à mener pour s'assurer que ces perceptions individuelles sont bien partagées au sein des équipes et reflètent le plus fidèlement possible ce qui est réellement partagé et mis en place par les athlètes d'une même équipe.

En 2004, Papaioannou et ses collaborateurs ont souligné que les données recueillies lors des recherches en psychologie du sport possédaient souvent une structure multiniveaux puisque les individus (i.e., athlètes) sont regroupés dans des groupes identifiés (i.e., équipes). Ainsi, il serait pertinent de traiter les données recueillies dans le cadre d'études sur le *communal coping* en sport à l'aide d'analyses multiniveaux, pour prendre en compte distinctement les contributions relatives aux athlètes et les contributions relatives aux équipes dans le développement de stratégies collectives de gestion du stress. Pour cela, la conduite d'études auprès de larges échantillons, non pas d'athlètes mais d'équipes sera nécessaire. Lors de ces études, les réponses des athlètes seraient prises en compte à la fois au niveau individuel, et leur rattachement à des équipes identifiées permettrait également de traiter les résultats au niveau collectif (e.g., Gaudreau, Fecteau et al., 2010 ; Papaioannou, et al., 2004). Dans ces études portant sur des construits collectifs, les variances intra et inter-groupe pourraient être comparées (Moritz & Watson, 1998). Ainsi, un niveau de variance intra-groupe faible comparé au niveau de variance inter-groupe permettrait de s'assurer que les perceptions mesurées sont partagées au sein du groupe.

D'autres méthodologies, comme celle utilisée par Doron et Bourbousson (2017) pourraient également être utilisées pour vérifier le degré de partage des réponses de coping des athlètes d'une même équipe face à des stressseurs expérimentés communément. En effet, ces auteurs ont étudié le degré de partage des stressseurs rencontrés par des joueurs de basket d'une même équipe en

investiguant le degré de synchronisation de leurs réponses au cours d'un match ou d'un épisode stressant fournies lors d'entretiens individuels d'auto-confrontation. Des « *focus group* » pourraient également être conduits pour interroger de manière collective les membres d'une même équipe et ainsi observer le degré de partage des stratégies de *communal coping* utilisées par l'équipe. Enfin, des analyses telles que l'analyse du réseau social de l'équipe (i.e., *social network analysis*, Wasserman & Faust, 1994) pourraient également être utilisées pour observer la mise en place du *communal coping* au sein des équipes et mettre en exergue le degré de partage de ces stratégies au sein d'une même équipe. De telles méthodologies sont notamment utilisées en contexte sportif pour comprendre la structure du leadership dans les équipes (e.g. Fransen et al., 2015). Il pourrait en être de même pour étudier les répartitions et/ou l'initiation des stratégies de *communal coping* dans les équipes. Il serait par exemple intéressant d'interroger les athlètes sur les membres de leur équipe impliqués dans différents types de stratégies (e.g., « Quand notre équipe est en difficulté, vers qui nous tournons-nous pour trouver des (a) solutions tactiques, (b) pour se remotiver ? (c) pour nous calmer ? » etc.). L'analyse de réseau permet ainsi d'observer la structure de l'équipe en termes de densité (i.e., la quantité de connexions reliant les membres du réseau), de « connexité » (i.e., s'il existe au moins un chemin qui relie chaque acteur à l'ensemble de ses partenaires), de « diamètre » (i.e., la compacité du réseau défini par la proximité des membres entre eux), ou de « centralisation » (i.e., la répartition homogène des liens). Une telle méthodologie pourrait alors permettre d'observer le partage des responsabilités et la mise en œuvre de chacune des quatre dimensions de *communal coping*. Ainsi, l'utilisation des méthodologies statistiques, des méthodologies d'entretien ou d'analyse de réseau sus-présentées pourraient être utilisées à l'avenir pour enrichir la caractérisation du *communal coping* dans les équipes.

Au-delà des limites méthodologiques, le présent travail doctoral présente des limites d'ordre théorique qu'il convient de souligner. La première limite théorique que nous souhaitons soulever repose sur le choix restreint des antécédents testés dans la troisième étude de ce travail. Ainsi, d'autres études sur les mécanismes explicatifs du *communal coping* pourraient être envisagées à l'avenir en explorant d'autres antécédents, en prenant notamment en compte la notion d'antécédents situationnels décrits dans la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) et dans le modèle de *communal coping* (Lyons et al., 1998). En contexte sportif, le type de discipline sportive (i.e., associé à des différences de règlements, de taille de terrain, de nature du jeu, etc.) pourrait alors constituer un antécédent situationnel pertinent à prendre en compte dans l'étude du *communal coping*. Cette supposition repose sur des observations et des réflexions élaborées lors de l'étude 1 du présent travail doctoral. En effet, au cours des entretiens réalisés auprès d'athlètes de différents sports collectifs, il est apparu

des distinctions entre les discours des athlètes selon le sport pratiqué. Nous pouvons citer en exemple les stratégies de joueurs(euses) de volley, qui utilisent davantage de stratégies de *social joining* ou de réassurance que les athlètes de football. Il peut être supposé que la taille du terrain de volley, influençant directement la proximité des joueurs, ainsi que la nature très interdépendante de son jeu favorisent le développement de stratégies qui sont moins évidentes à mettre en place sur un terrain de football par exemple. De la même manière, les verbatims décrivant les stratégies de *communal coping* des joueurs de rugby semblent imprégnés de la nature de leur sport, marquée par la notion de combat. Ainsi, tout comme au niveau individuel (e.g., Antonini Philippe, Seiler, & Mengisen, 2004), nous pouvons supposer que l'utilisation des stratégies de *communal coping* diffèrent d'un sport à un autre. La discipline sportive pourrait alors représenter un antécédent situationnel du *communal coping*. Nous précisons ici que le faible nombre de représentants par discipline dans notre étude 1 ne nous permet pas de tirer des conclusions rigoureuses quant à ces différences observées et nous encourageons en conséquence l'exploration du *communal coping* selon les types de sports collectifs. L'étude des antécédents situationnels du *communal coping* permettrait ainsi de compléter l'investigation de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) au niveau collectif et de poursuivre les applications du modèle de *communal coping* appliqué en sport en s'appuyant sur les hypothèses de Lyons et ses collaborateurs (1998).

Une seconde limite théorique à notre travail réside dans l'absence de prise en considération de la nature dynamique du *communal coping*. En effet, au niveau individuel Lazarus et Folkman (1984) ont considéré l'importance des niveaux dispositionnels et situationnels du coping. Le niveau dispositionnel, ou le style de coping, représente la manière dont les individus font face habituellement, tandis que le niveau situationnel, ou le coping d'état, rend compte de la nature dynamique du coping en considérant que les stratégies de coping développées dépendent de leur contexte d'utilisation (e.g., type de stressors, moment de la compétition) et par conséquent fluctuent dans le temps et selon les contextes. Dans le cadre de notre travail, l'ISCCSCC mesure le style de *communal coping* des équipes. Ce dernier fait ainsi référence aux préférences de coping des équipes à utiliser des stratégies particulières de *communal coping* de manière relativement stable, indépendamment des caractéristiques des situations rencontrées (e.g., type de stressors) (Terry, 1994). Or, tout comme le coping individuel, nous pouvons supposer que pour appréhender le *communal coping* dans son ensemble, la prise en compte du style de coping doit être associée à la prise en compte de la nature dynamique du coping (« *Structure and process are both necessary for an understanding of coping* » ; Lazarus & Folkman, 1984, p. 298). Ainsi, pour poursuivre l'étude du *communal coping* en sport, la prise en compte de sa nature dynamique pourrait se faire au travers d'études visant à observer les différents types de stratégies de *communal coping* utilisées en fonction

des stressseurs, ou des moments de la compétition (e.g., Gaudreau, Lapierre, & Blondin, 2001). Des études longitudinales avec des mesures répétées seront alors nécessaires pour répondre à ce type de question (Lazarus, 1990). Une validation de la forme « état » de l'ISCCSCC pourrait être envisagée afin de poursuivre ces investigations. Une modification des temps des items et de la consigne du questionnaire sera nécessaire pour interroger les athlètes non pas sur ce qu'ils ont l'habitude de faire, mais davantage sur ce qu'ils ont fait dans une situation précise (e.g., face à un stressseur, lors de leur dernier match, etc.). De la même manière que nous avons centré nos études sur le *communal coping* uniquement sur sa forme dispositionnelle, nous reconnaissons également avoir focalisé nos recherches sur les stratégies de *communal coping* développées spécifiquement au cours d'un match/d'une compétition. Ainsi, il existe peut-être des stratégies de *communal coping* spécifiques aux autres moments de la vie sportive d'une équipe (e.g., avant, après un match, pendant les entraînements, etc.) qui ne sont pas prises en compte dans le présent travail. Pour une prise en compte globale des processus interpersonnels de gestion du stress des équipes, une extension de nos travaux est donc nécessaire à la fois pour étudier la dimension situationnelle du *communal coping*, mais aussi pour étudier sa mise en place dans différents contextes de la vie d'une équipe sportive.

Une troisième limite théorique de notre travail réside dans l'absence d'études sur les conséquences du *communal coping*. En effet, l'utilisation de stratégies de coping a pour objectif de permettre aux individus de faire face à une situation qu'ils estiment solliciter leurs ressources. Par conséquent, la question de l'efficacité relative des stratégies de *communal coping* en contexte de performance se pose. L'efficacité du coping individuel a été décrite comme le degré avec lequel une ou un ensemble de stratégies de coping parvient à réduire les effets du stress (Nicholls, 2010) ou plus largement promouvoir une adaptation réussie (Crocker et al., 2015). L'efficacité du coping a été largement étudiée dans la littérature au niveau individuel, notamment au regard de la performance (cf., Nicholls et al., 2016 pour une méta-analyse), et les indicateurs utilisés pour la mesurer pourraient également être déclinés au niveau collectif et être utilisés dans le cadre d'études mesurant l'efficacité du *communal coping* en sport. Des indicateurs objectifs de performance comme le nombre de paniers marqués par un joueur de basket (e.g., Smith & Christensen, 1995) pourraient être déclinés au niveau collectif en prenant en compte le nombre de paniers marqués par l'équipe. Des indices subjectifs de performance de l'équipe mesurés à l'aide d'items de satisfaction de performance (e.g., Nicholls et al., 2012), ou des indices combinés de performance objective et subjective (i.e., à l'aide de l'indice d'écart entre les buts et la performance obtenue, Gaudreau & Blondin, 2004b) pourraient également être déclinés et spécifiés au niveau collectif. Ainsi des items de satisfaction de performance de l'équipe et des indices d'écarts entre les buts de l'équipe et ses résultats obtenus pourraient être créés et utilisés pour mesurer la performance collective. Si la

troisième étude de ce travail doctoral a permis d'étudier les contributions des antécédents envers chacune des quatre dimensions de *communal coping*, permettant ainsi de mieux comprendre l'engagement des équipes dans des stratégies particulières de *communal coping*, des études empiriques sont maintenant nécessaires pour déterminer les effets différenciés de ces stratégies, notamment au regard de la performance des équipes. Cependant, au niveau individuel l'efficacité du coping a été considérée comme un critère relatif. Ainsi, au niveau collectif aucune stratégie de *communal coping* ne devrait être considérée comme efficace ou inefficace par nature, leur efficacité dépendra de la situation dans laquelle elles seront utilisées (Crocker et al., 2015, Lazarus, 1999). Par exemple, si une équipe utilise temporairement une stratégie de *communal coping* centrée sur le désengagement face à un arbitre ou un adversaire, cela pourrait être bénéfique sur l'instant, pour gérer le stress généré par cette confrontation. Les études sur l'efficacité du *communal coping* devront s'inscrire dans cette considération relative et temporelle de l'efficacité du coping, et en conséquence étudier les conséquences des stratégies en fonction du contexte dans lequel elles sont utilisées.

En étudiant les conséquences du *communal coping* en sport, nous pouvons supposer certaines variables considérées dans notre travail doctoral comme des antécédents du *communal coping* pourraient également être considérés comme des conséquences. Ainsi, des boucles rétroactives du modèle de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999) pourraient être investiguées et des construits comme la cohésion pourraient alors apparaître comme un antécédent mais aussi une conséquence du *communal coping*. En effet, de la même façon que la cohésion peut apparaître en amont ou en aval des processus de performance en contexte sportif (cf., la méta-analyse de Carron, Colman, Wheeler, & Stevens, 2002 pour revue), nous pouvons supposer qu'en plus d'être un antécédent du *communal coping* (en expliquant l'adoption de stratégies de *communal coping* particulières), la cohésion pourrait également être considérée comme une conséquence (se voyant renforcée dans les équipes en cas d'utilisation de certaines stratégies du *communal coping*). Des études sur le *communal coping* menées dans des contextes différents (e.g., psychologie des catastrophes naturelles) ont d'ailleurs considéré la cohésion comme une conséquence du *communal coping* (Lyons et al., 1998 ; Wlodarczyk et al., 2016). L'ensemble de ces résultats encouragent alors à comprendre davantage la dynamique temporelle de l'implication de la cohésion autour des processus de *communal coping*.

Dans l'attente des réponses aux perspectives soulevées par nos limites méthodologiques et théoriques, le présent travail doctoral permet d'ores et déjà d'envisager un certain nombre

d'applications pratiques pour accompagner les équipes, comme les équipes de football, dans leur gestion collective du stress.

9.5. Applications pratiques

Le présent travail doctoral encourage en effet les acteurs des sports collectifs, et plus particulièrement les acteurs du milieu du football (i.e., entraîneurs, athlètes, préparateurs mentaux, etc.), à considérer la gestion du stress non plus uniquement comme une problématique individuelle, mais comme une problématique collective. Prendre conscience que les facteurs de stress et les émotions peuvent être partagés dans un collectif, et que ses membres peuvent y faire face de manière collective peut permettre de penser autrement l'accompagnement mental des équipes de football. Tout d'abord, sensibiliser les footballeurs(euses) sur le possible partage des stressés et des émotions envers leurs coéquipiers(ères) peut encourager individuellement chaque membre de l'équipe à être plus attentif à ses comportements et les possibles répercussions sur son équipe. Au pôle France féminin de football, lors de séances d'entraînement spécifique, les entraîneurs ont ajouté aux consignes techniques et tactiques des « consignes émotionnelles », en demandant aux joueuses d'utiliser leurs émotions à bon escient pour la réussite collective de l'exercice. Ce dernier était conçu pour entraîner un pourcentage d'erreurs élevé et potentiellement de la frustration collective. Les joueuses avaient alors pour consigne de ne pas communiquer au groupe leurs émotions « négatives » (e.g., colère, frustration, agacement) mais au contraire de travailler à (sur)jouer des émotions positives, à manifester des comportements traduisant de la confiance et de l'enthousiasme collectif, et à fournir des encouragements. La répétition de telles séances avait alors pour objectif d'amener les joueuses à prendre conscience des effets néfastes de certaines de leurs émotions sur le groupe, d'apprendre à se contrôler individuellement au profit du collectif, et d'apprendre à mettre en place des comportements et des manifestations émotionnelles renforçant l'unité de l'équipe.

Dans un second temps, après avoir pris conscience de la nature collective de certains stressés et émotions, les équipes devraient être accompagnées dans le développement de stratégies de *communal coping* mises en évidence au cours de ce travail doctoral. Ainsi, renforcer les capacités de l'équipe à communiquer, analyser collectivement des situations, décider d'ajustements tactiques ou définir des points d'attention collectifs permettrait de renforcer la capacité du groupe à résoudre collectivement des problèmes. Entraîner les équipes à repérer les signes de délitement des relations pour les contrer à l'aide de stratégies de soutien motivationnel, de compensation ou de *social joining* leur permettrait de maintenir les relations au sein du groupe lors d'épisodes stressants. Renforcer

chez les athlètes leur capacité à être attentifs aux émotions d'autrui, pour y faire face en développant des stratégies de régulation interpersonnelle ou de réassurance leur permettrait de mieux réguler collectivement leurs émotions. Dans le cadre de l'accompagnement mené au pôle France féminin de football, les entraîneurs ont par exemple adapté le « découpage » de leurs séances tactiques pour permettre davantage de temps d'échanges entre les joueuses, pour favoriser la réflexion collective autour des problèmes posés pendant l'exercice. En dehors du terrain, les joueuses sont également régulièrement sollicitées par des tâches collectives de résolution de problème lors des séances d'analyse vidéo. Organisées en groupes de joueuses évoluant sur des lignes similaires sur le terrain, les joueuses travaillent ensemble pour comprendre les situations tactiques proposées, pour rechercher des illustrations vidéo d'un problème posé par l'entraîneur, pour présenter un système de jeu à leurs coéquipières, etc. Dans des contextes plus éloignés du football, elles peuvent également être encouragées à travailler ensemble dans des activités telles qu'une course d'orientation, une marche « commando » de nuit, des parcours d'acrobranche collectif (i.e., le baudrier de chaque groupe de joueuses étant relié à un unique mousqueton). Toutes ces activités (dans lesquelles des stressseurs collectifs peuvent être induits) et les débriefings relatifs aux difficultés rencontrées et aux solutions développées, contribuent à eux deux à la prise de conscience des ressources du groupe et à l'enrichissement de son éventail de stratégies collectives qu'elles pourront réinvestir sur le terrain.

Pour renforcer des stratégies de *communal coping* particulières, les résultats de l'étude 3 du présent travail suggèrent également la possibilité d'agir en ciblant les antécédents spécifiques du *communal coping* en sport. Ainsi, des programmes visant à renforcer les compétences émotionnelles (Barlow & Banks, 2014 ; Campo et al., 2016 ; Crombie, Lombard, & Noakes, 2011), la cohésion (e.g., McLaren, Eys, & Murray, 2015 ; Senecal, Loughhead, & Bloom, 2008) ou l'efficacité collective des athlètes (e.g., Brown, 2003) pourraient être menés. Dans le cadre d'une étude menée au centre fédéral de basket (Goisbault, Leprince, & Doron, 2019), des exercices ont notamment été proposés aux joueuses pour développer leurs compétences émotionnelles. Amenées à reconnaître des émotions sur le visage ou au travers le comportement de leurs coéquipières, à imaginer des situations lors desquelles une coéquipière pourrait ressentir une émotion particulière, à identifier les émotions qui mettent en difficulté l'une de leur coéquipière, ou à reconnaître leurs propres émotions dans une situation spécifique, les joueuses ont renforcé leurs compétences émotionnelles intra- et inter-personnelles. De tels programmes pourraient à l'avenir être mis en place dans les structures de la Fédération Française de Football (pôles, sélections jeunes).

Enfin, nous pensons que le *communal coping* ne se limite pas uniquement aux joueurs et joueuses de sports collectifs mais bien à l'environnement social sportif qui gravite autour de ces

athlètes (e.g., entraîneurs, dirigeants, parents). Par conséquent, la sensibilisation relative aux stressseurs partagés, ainsi que le développement des habiletés interpersonnelles de gestion du stress devraient également pouvoir se faire auprès de cet environnement au sens large. Intégrer certains contenus théoriques et pratiques évoqués lors de ce travail doctoral aux modules de formation des entraîneurs ou à des modules d'accompagnement des parents organisés par certaines fédérations ou ligues serait un premier pas pour étendre ces connaissances aux personnes entourant les athlètes. Nous pensons également que les connaissances issues de ces travaux ne devraient pas se limiter aux sports collectifs et que d'autres disciplines, qui se pratiquent en équipe (e.g., les équipes de relais en athlétisme, les doubles en sports de raquette, les équipes de natation synchronisée, de gymnastique, d'escrime, etc.) pourraient profiter des présents résultats pour enrichir l'accompagnement mental de leurs athlètes.

Pour conclure ces réflexions sur les applications pratiques de notre travail, nous recommanderions plus particulièrement l'utilisation de ces programmes d'accompagnement centrés sur le développement d'habiletés collectives lors des rassemblements des sélections nationales. En effet, dans le cadre du présent travail doctoral mené avec la Fédération Française de Football, seul le pôle France féminin a pu profiter des applications pratiques liées aux résultats de nos recherches. Or, les joueuses de pôle n'ont pas d'objectifs collectifs en termes de performance (elles s'entraînent la semaine à l'INSEP¹ mais rejoignent leurs clubs respectifs le week-end pour jouer leur match). Ce sont donc davantage lorsqu'elles sont en club ou rassemblées en sélection nationale qu'elles rencontrent collectivement des difficultés à se dépasser ensemble pour performer. Or, ces périodes de rassemblement des sélections nationales en football, regroupent dans un temps parfois limité un ensemble de joueurs et joueuses issus de clubs ou de pôles différents, avec une connaissance partagée parfois limitée et des objectifs potentiellement différents. Afin d'harmoniser les objectifs collectifs, d'augmenter la connaissance partagée des membres du groupe et de les accompagner dans le développement de leurs stratégies collectives pour faire face aux difficultés qu'ils vont rencontrer en compétition, des interventions spécifiques sur ces habiletés collectives pourraient avoir lieu.

En conclusion, ce travail doctoral aura permis de caractériser la dimension interpersonnelle de la gestion du stress en sport collectif, et plus particulièrement en football. Il aura ainsi mis en évidence les formes (i.e., les stratégies) et les fonctions (i.e., les dimensions) du *communal coping*

¹ Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance

dans les équipes sportives en situation de compétition. Il aura également permis de mettre en avant le rôle de différents antécédents relatifs aux individus et aux groupes (e.g., intelligence émotionnelle, cohésion) dans l'adoption de stratégies particulières de *communal coping* dans les équipes de football. S'appuyant sur une extension au niveau collectif de la CMRT (Lazarus, 1991, 1999), et sur une spécification du modèle de *communal coping* (Lyons et al., 1998) en contexte sportif, le présent travail propose une première prise en compte de la dimension interpersonnelle des mécanismes impliqués dans la gestion du stress au niveau collectif. Les résultats issus de ces premiers travaux sur le *communal coping* dans le contexte du football laissent entrevoir de multiples perspectives de recherche sur ce nouveau construit en sport (e.g., application à d'autres sports collectifs, études sur ses conséquences). L'ensemble des connaissances issues de ce travail doctoral fournit également des pistes d'intervention auprès des équipes de football voire d'autres disciplines sportives qui impliquent d'évoluer en collectif, vers le développement d'habiletés leur permettant de faire face collectivement aux difficultés communes rencontrées lors de leurs compétitions.

10. Bibliographie

- Afifi, T. D., Hutchinson, S., & Krouse, S. (2006). Toward a theoretical model of *communal coping* in post-divorce families and other naturally occurring groups. *Communication Theory*, 16(3), 378–409. doi:10.1111/j.1468-2885.2006.00275.x
- Afifi, W. A., Felix, E. D., & Afifi, T. D. (2012). The impact of uncertainty and *communal coping* on mental health following natural disasters. *Anxiety, Stress, and Coping*, 25(3), 329–347. doi: 10.1080/10615806.2011.603048
- Amiot, C. E., Gaudreau, P., & Blanchard, C. M. (2004). Self-determination, coping, and goal attainment in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(3), 396-411. doi: 10.1123/jsep.26.3.396
- Anshel, M. H., & Wells, B. (2000). Sources of acute stress and coping styles in competitive sport. *Anxiety, Stress, & Coping*, 13, 1-26. doi: 10.1080/10615800008248331
- Anshel, M. H., William, L. R., & Williams, S. M. (2000). Coping style following acute stress in competitive sport. *The Journal of Social Psychology*, 140, 751-73. doi: 10.1080/00224540009600515
- Antonini Philippe, R., Seiler, R., & Mengisen, W. (2004). Coping styles' relationship with type of sport. *Perceptual and Motor Skills*, 98, 479-486. doi: 10.2466/pms.98.2.479-486
- Arnold, R., & Fletcher, D. (2012). A research synthesis and taxonomic classification of the organizational stressors encountered by sport performers. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34, 397–429. doi: 10.1123/jsep.34.3.397
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman & Company.
- Bandura, A. (2000). Exercise of human agency through collective efficacy. *Current directions in psychological science*, 9(3), 75-78. doi: 10.1111/1467-8721.00064
- Barlow, A., & Banks, A. P. (2014). Using emotional intelligence in coaching high-performance athletes: A randomised controlled trial. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 7(2), 132-139. doi: 10.1080/17521882.2014.939679
- Basinger, E. D. (2018). Explicating the appraisal dimension of the *communal coping* model. *Health communication*, 33(6), 690-699. doi: 10.1080/10410236.2017.1300208
- Baumgartner, H., & Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International journal of Research in Marketing*, 13(2), 139-161. doi: 10.1016/0167-8116(95)00038-0
- Berg, C. A., & Upchurch, R. (2007). A developmental-contextual model of couples coping with chronic illness across the adult life span. *Psychological bulletin*, 133(6), 920. doi: 10.1037/0033-2909.133.6.920
- Bergkvist, L., & Rossiter, J. R. (2007). The predictive validity of multiple-item versus single-item measures of the same constructs. *Journal of marketing research*, 44(2), 175-184. doi: 10.1509/jmkr.44.2.175
- Bianco, T. (2001). Social support and recovery from sport injury: Elite skiers share their experiences. *Research quarterly for exercise and sport*, 72(4), 376-388. doi: 10.1080/02701367.2001.10608974

- Bodenmann, G. (1995). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology/Schweizerische Zeitschrift für Psychologie/Revue Suisse de Psychologie*.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping, 1*(1), 33-50. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00571
- Bodenmann, G. (2008). Dyadisches coping Inventar: DCI; Manual. Huber.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of consulting and clinical psychology, 75*(5), 671. doi: 10.1037/0022-006X.75.5.671
- Bowers, C., Kreutzer, C., Cannon-Bowers, J., & Lamb, J. (2017). Team resilience as second order emergent state: A theoretical model and research directions. *Frontiers in Psychology, 8*:1360. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01360
- Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R., & Mikolajczak, M. (2013). The profile of emotional competence (PEC): Development and validation of a self-reported measure that fits dimensions of emotional competence theory. *Plos one, 8*(5), e62635. doi: 10.1371/journal.pone.0062635
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*, 77–101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Brawley, L. R., Carron, A. V., & Widmeyer, W. N. (1987). Assessing the cohesion of teams: Validity of the Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport Psychology, 9*, 275-94. doi: 10.1123/jsp.9.3.275
- Brewer, M. B., & Gardner, W. (1996). Who is this "We"? Levels of collective identity and self representations. *Journal of personality and social psychology, 71*(1), 83. doi: 10.1037/0022-3514.71.1.83
- Brown, T. C. (2003). The effect of verbal self-guidance training on collective efficacy and team performance. *Personnel Psychology, 56*(4), 935-964. doi: 10.1111/j.1744-6570.2003.tb00245.x
- Browne, M. W., & Cudek, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen, & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage.
- Bruner, M. W., Boardley, I. D., & Côté, J. (2014). Social identity and prosocial and antisocial behavior in youth sport. *Psychology of sport and exercise, 15*(1), 56-64. doi: 10.1016/j.psychsport.2013.09.003
- Cannon, W.B., 1928. The mechanism of emotional disturbance of body function. *New England Journal of Medecine, 198*, 877-884.
- Campo, M., Laborde, S., & Mosley, E. (2016). Emotional intelligence training in team sports. *Journal of Individual Differences*. doi: 10.1027/1614-0001/a000201
- Campo, M., Mellalieu, S., Ferrand, C., Martinent, G., & Rosnet, E. (2012). Emotions in team contact sports: A systematic review. *The Sport Psychologist, 26*(1), 62-97. doi: 10.1123/tsp.26.1.62
- Campo, M., Sanchez, X., Ferrand, C., Rosnet, E., Friesen, A., & Lane, A. M. (2017). Interpersonal emotion regulation in team sport: Mechanisms and reasons to regulate teammates' emotions examined. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 15*(4), 379-394. doi: 10.1080/1612197X.2015.1114501

- Cannon-Bowers, J. A., Salas, E., Tannenbaum, S. I., & Mathieu, J. E. (1995). Toward theoretically based principles of training effectiveness: A model and initial empirical investigation. *Military psychology, 7*(3), 141-164. doi: 10.1207/s15327876mp0703_1
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). Measurement of cohesion in sport and exercise. *Advances in sport and exercise psychology measurement, 213-226*.
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta analysis. *Journal of sport and exercise psychology, 24*(2), 168-188. doi: 10.1123/jsep.24.2.168
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sports teams: The Group Environment Questionnaire. *Journal of Sport Psychology, 7*, 244-67. doi: 10.1123/jsp.7.3.244
- Cerin, E. (2003). Anxiety versus fundamental emotions as predictors of perceived functionality of pre-competitive emotional states, threat, and challenge in individual sports. *Journal of Applied Sport Psychology, 15*(3), 223-238. doi: 10.1080/10413200305389
- Clark, L. A., & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment, 7*, 309–319. doi: 10.1037/1040-3590.7.3.309
- Clarke, V., & Braun, V. (2016). Thematic analysis. In E. Lyons & A. Coyle (Eds.), *Analysing qualitative data in psychology*, 2nd edition (pp. 84-103). London: Sage.
- Compas, B. E., & Harding, A. (1998). Competence across the lifespan: Lessons from coping with cancer. In *Improving Competence Across the Lifespan, Nov, 1996, Concordia U, Montreal, PQ, Canada*. Plenum Press.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin, 127*(1), 87–127. doi: 10.1037/0033-2909.127.1.87
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Dunbar, J. P., Watson, K. H., Bettis, A. H., Gruhn, M. A., & Williams, E. K. (2014). Coping and emotion regulation from childhood to early adulthood: Points of convergence and divergence. *Australian journal of psychology, 66*(2), 71-81. doi: 10.1111/ajpy.12043
- Courneya, K. S., & McAuley, E. (1995). Cognitive mediators of the social influence–exercise adherence relationship: A test of the theory of planned behavior. *Journal of Behavioral Medicine, 18*, 499–515. doi: 10.1007/BF01904776
- Crocker, P. R. E. (1992). Managing stress by competitive athletes: Ways of coping. *International Journal of Sport Psychology, 23*, 161-175.
- Crocker, P. R. E., & Graham, T. R. (1995). Coping by competitive athletes with performance stress: gender differences and relationships with affect. *The Sport Psychologist, 9*, 325–338. doi: 10.1123/tsp.9.3.325
- Crocker, P. R. E., Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2015). Coping in sport. In S. Hanton & S. Mellalieu (Eds.), *Contemporary advances in sport psychology: A review* (pp. 28-67). New York: Routledge.
- Crombie, D., Lombard, C., & Noakes, T. (2011). Increasing emotional intelligence in cricketers: An intervention study. *International Journal of Sports Science & Coaching, 6*(1), 69-86. doi: 10.1260/1747-9541.6.1.69
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: self-construals and gender. *Psychological bulletin, 122*(1), 5. doi: 10.1037/0033-2909.122.1.5

- 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. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research*, 3-33.
- Decroos, S., Lines, R. L. J., Morgan, P. B. C., Fletcher, D., Sarkar, M., Fransen, K., Boen, F., & Vande Broek, G. (2017). Development and validation of the Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6, 158-178. doi: 10.1037/spy0000089
- Didymus, F. F. (2017). Olympic and international level sports coaches' experiences of stressors, appraisals, and coping. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 9(2), 214-232. doi: 10.1080/2159676X.2016.1261364
- Didymus, F. F., & Fletcher, D. (2014). Swimmers' experiences of organizational stress: exploring the role of cognitive appraisal and coping strategies. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 8(2), 159-183. doi: 10.1123/jcsp.2014-0020
- Dinca, A., & Rosnet, E. (2007). Motivation, réponses de coping et performances sportives des escrimeurs: Une analyse qualitative exploratoire. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 57(4), 201-211. doi: 10.1016/j.erap.2006.09.004
- Doron, J., & Bourbousson, J. (2017). How stressors are dynamically appraised within a team during a game: An exploratory study in basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(12), 2080-2090. doi: 10.1111/sms.12796
- Doron, J., Stephan, Y., & Le Scanff, C. (2013). Les stratégies de coping: une revue de la littérature dans les domaines du sport et de l'éducation. *Revue européenne de psychologie appliquée/European Review of Applied Psychology*, 63(5), 303-313. doi: 10.1016/j.erap.2013.04.003
- Drolet, A. L., & Morrison, D. G. (2001). Do we really need multiple-item measures in service research?. *Journal of service research*, 3(3), 196-204. doi: 10.1177/109467050133001
- Feltz, D. L., & Lirgg, C. D. (1998). Perceived team and player efficacy in hockey. *Journal of applied psychology*, 83(4), 557-564. doi: 10.1037/0021-9010.83.4.557
- Filho, E., Tenenbaum, G., & Yang, Y. (2015). Cohesion, team mental models, and collective efficacy: towards an integrated framework of team dynamics in sport. *Journal of sports sciences*, 33(6), 641-653. doi: 10.1080/02640414.2014.957714
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of sport and exercise*, 13(5), 669-678. doi: 10.1016/j.psychsport.2012.04.007
- Fletcher, D., Hanton, S., Mellalieu, S. D., & Neil, R. (2012). A conceptual framework of organizational stressors in sport performers. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 22(4), 545-557. doi: 10.1111/j.1600-0838.2010.01242.x
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1988). *Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychology Press.
- Francis, J. J., Johnston, M., Robertson, C., Glidewell, L., Entwistle, V., Eccles, M. P., & Grimshaw, J. M. (2010). What is an adequate sample size? Operationalising data saturation for theory-based interview studies. *Psychology and Health*, 25(10), 1229-1245. doi: 10.1080/08870440903194015

- Fransen, K., Van Puyenbroeck, S., Loughead, T. M., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., Broek, G. V., & Boen, F. (2015). The art of athlete leadership: Identifying high-quality athlete leadership at the individual and team level through social network analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 37*(3), 274-290. doi: 10.1123/jsep.2014-0259
- Freeman, P., & Rees, T. (2009). How does perceived support lead to better performance? An examination of potential mechanisms. *Journal of Applied Sport Psychology, 21*(4), 429-441. doi: 10.1080/10413200903222913
- Freeman, P., & Rees, T. (2010). Perceived social support from team-mates: Direct and stress-buffering effects on self-confidence. *European Journal of Sport Science, 10*(1), 59-67. doi: 10.1080/17461390903049998
- Friesen, A. P., Devonport, T. J., Lane, A. M., & Sellars, C. N. (2015). Interpersonal emotion regulation: an intervention case study with a professional ice hockey team. *Athletic Insight, 7*(2), 129-142.
- Friesen, A. P., Lane, A. M., Devonport, T. J., Sellars, C. N., Stanley, D. N., & Beedie, C. J. (2013). Emotion in sport: considering interpersonal regulation strategies. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 6*(1), 139-154. doi: 10.1080/1750984X.2012.742921
- Galli N (2016) Team resilience. In: Schinke RJ, McGannon KR, Smith B (eds) *Routledge international handbook of sport psychology*. Routledge, New York, pp 378-386.
- Gaudreau, P., & Antl, S. (2008). Athletes' broad dimensions of dispositional perfectionism: Examining changes in life satisfaction and the mediating role of sport-related motivation and coping. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 30*(3), 356-382. doi: 10.1123/jsep.30.3.356
- 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. doi: 10.1016/S1469-0292(01)00017-6
- Gaudreau, P., & Blondin, J. P. (2004a). Different athletes cope differently during a sport competition: A cluster analysis of coping. *Personality and Individual Differences, 36*(8), 1865-1877. doi: 10.1016/j.paid.2003.08.017
- Gaudreau, P., & Blondin, J. P. (2004b). Differential associations of dispositional optimism and pessimism with coping, goal attainment, and emotional adjustment during sport competition. *International Journal of Stress Management, 11*, 245-269. doi: 10.1037/1072-5245.11.3.245
- Gaudreau, P., Fecteau, M. C., & Perreault, S. (2010). Multi-level modeling of dyadic data in sport sciences: Conceptual, statistical, and practical issues. *Measurement in Physical Education and Exercise Science, 14*(1), 29-50. doi: 10.1080/10913670903455017
- Gaudreau, P., Lapierre, A. M., & Blondin, J. P. (2001). Coping at three phases of a competition: comparison between pre-competitive, competitive, and post-competitive utilization of the same strategy. *International Journal of Sport Psychology, 32*(4), 369-385.
- 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. doi: 10.1123/jsep.32.3.298
- Gaudreau, P., Sanchez, X., & Blondin, J-P. (2006). Positive and negative affective states in a 729 performance-related setting: Testing the factorial structure of the PANAS across two 730 samples of French-Canadian participants. *European Journal of Psychological Assessment, 22*, 240-249. doi: 10.1027/1015-5759.22.4.240

- Giacobbi Jr, P. R., & Weinberg, R. S. (2000). An examination of coping in sport: Individual trait anxiety differences and situational consistency. *The sport psychologist, 14*(1), 42-62. doi: 10.1123/tsp.14.1.42
- Goisbault, M., Leprince, C., & Doron, J. (2019) Improving the interpersonal skills of young elite basketball players: Training emotional competencies and *communal coping* strategies. Actes des journées d'études de la Société Française de Psychologie du Sport. Angers, 13-14 juin.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., Medbery, R., & Peterson, K. (1999). Factors affecting Olympic performance: Perceptions of athletes and coaches from more and less successful teams. *The sport psychologist, 13*(4), 371-394. doi: 10.1123/tsp.13.4.371
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology, 2*(3), 271-299. doi: 10.1037/1089-2680.2.3.271
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). New-York, NY: Guilford.
- Guba, E.G., & Lincoln, Y.S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Guzzo, R. A., Yost, P. R., Campbell, R. J., & Shea, G. P. (1993). Potency in groups: Articulating a construct. *British journal of social psychology, 32*(1), 87-106. doi: 10.1111/j.2044-8309.1993.tb00987.x
- Hair, J.F., Anderson, R.E., Babin, B.J. and Black, W.C., 2014. *Multivariate data analysis*: Harlow : Pearson Education Limited.
- Haney, C. J., & Long, B. C. (1995). Coping Effectiveness: A Path Analysis of Self-Efficacy, Control, Coping, and Performance in Sport Competitions 1. *Journal of Applied Social Psychology, 25*(19), 1726-1746. doi: 10.1111/j.1559-1816.1995.tb01815.x
- Hanin, Y.L. (2010). Coping with anxiety in sport. *Coping in sport: Theory, methods, and related constructs*, 159-175. New York: Nova Science.
- Hanton, S., Fletcher, D., & Coughlan, G. (2005). Stress in elite sport performers: A comparative study of competitive and organizational stressors. *Journal of sports sciences, 23*(10), 1129-1141. doi: 10.1080/02640410500131480
- Hardy, J., Eys, M.A., & Carron, A.V. (2005). Exploring the potential disadvantages of high cohesion in sports teams. *Small Group Research, 36*, 166–187. doi:10.1177/1046496404266715
- Hassell, K., Sabiston, C. M., & Bloom, G. (2010). Exploring the multiple dimensions of social support among elite female adolescent swimmers. *International Journal of Sport Psychology, 41*, 340-359.
- Hatfield, E., Cacioppo, J. T., & Rapson, R. L. (1994). Emotional contagion. New York: Cambridge University Press.
- Helgeson, V. S., Jakubiak, B., Van Vleet, M., & Zajdel, M. (2018). Communal coping and adjustment to chronic illness: Theory update and evidence. *Personality and Social Psychology Review, 22*(2), 170-195. doi: 10.1177/1088868317735767
- Herzberg, P. Y. (2013). Coping in relationships: The interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction. *Anxiety, Stress & Coping, 26*(2), 136-153. doi: 10.1080/10615806.2012.655726

- Heuzé, J. P., & Fontayne, P. (2002). Questionnaire sur l'Ambiance du Groupe: A French-language instrument for measuring group cohesion. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 24*, 42–67.
- Heuzé, J. P., Raimbault, N., & Fontayne, P. (2006). Relationships between cohesion, collective efficacy and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects. *Journal of sports sciences, 24*(1), 59-68. doi: 10.1080/02640410500127736
- Hill, A. P., Hall, H. K., & Appleton, P. R. (2010). Perfectionism and athlete burnout in junior elite athletes: The mediating role of coping tendencies. *Anxiety, Stress, & Coping, 23*(4), 415-430. doi: 10.1080/10615800903330966
- Hoar, S. D., Crocker, P. R. E., Holt, N. L., & Tamminen, K. A. (2010). Gender differences in adolescent athletes' coping with interpersonal stressors in sport: More similarities than differences? *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(2), 134–149. doi: 10.1080/10413201003664640
- Hoar, S.D., Kowalski, K.C., Gaudreau, P., & Crocker, P.R. (2006). A review of coping in sport. In S. Hanton & S.D. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 47–90). New York: Nova Science.
- Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of general psychology, 6*(4), 307-324. doi: 10.1037/1089-2680.6.4.307
- Holmbeck, G. N. (1997). Toward terminological, conceptual, and statistical clarity in the study of mediators and moderators: Examples from the child-clinical and pediatric psychology literatures. *Journal of consulting and clinical psychology, 65*(4), 599. doi: 10.1037//0022-006x.65.4.599
- Holt, N. L., & Dunn, J. G. (2004). Toward a grounded theory of the psychosocial competencies and environmental conditions associated with soccer success. *Journal of applied sport psychology, 16*(3), 199-219. doi: 10.1080/10413200490437949
- Holt, N. L., & Hoar, S. D. (2006) The Multidimensional Construct of Social Support. In S. Hanton, & S. D., Mellalieu (Eds.), *Literature Review in Sport Psychology*. London: Nova Science Publishers.
- Holt, N. L., & Hogg, J. M. (2002). Perceptions of stress and coping during preparations for the 1999 women's soccer World Cup finals. *The Sport Psychologist, 16*, 251-271. doi: 10.1123/tsp.16.3.251
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modelling: sensitivity to underparameterized model misspecifications. *Psychological Method, 4*, 424-453. doi:10.1037//1082-989X.3.4.424.
- Hurst, J. F., Thompson, A., Visek, A. J., Fisher, B., & Gaudreau, P. (2011). Towards a dispositional version of the coping inventory for competitive sport. *International Journal of Sport Psychology, 42*, 167–185. doi: 10.1037/e508412008-001
- Johnston, L. H., & Carroll, D. (1998). The context of emotional responses to athletic injury: a qualitative analysis. *Journal of Sport Rehabilitation, 7*(3), 206-220. doi: 10.1123/jsr.7.3.206
- Jones, M. (2012). Emotion regulation and performance. In S. Murphy (Ed.), *The Oxford handbook of sport and performance psychology* (pp. 154-172). New York: Oxford University Press.
- Jones, G., & Swain, A. (1992). Intensity and direction as dimensions of competitive state anxiety and relationships with competitiveness. *Perceptual and motor skills, 74*(2), 467-472. doi: 10.2466/pms.1992.74.2.467

- Jowett, S., & Ntoumanis, N. (2004). The coach–athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *14*(4), 245-257. doi: 10.1046/j.1600-0838.2003.00338.x
- Jowett, S., & Shanmugam, V. (2016). Relational coaching in sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness. In R. Schinke, K. R. McGannon, & B. Smith (Eds.), *Routledge international handbook of sport psychology*. Routledge.
- Kaiseler, M., Polman, R. C., & Nicholls, A. R. (2012). Effects of the Big Five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science*, *12*(1), 62-72. doi: 10.1080/17461391.2010.551410.
- Kaissidis-Rodafinos, A., & Anshel, M. H. (2000). Psychological predictors of coping responses among Greek basketball referees. *The Journal of Social Psychology*, *140*(3), 329-344. doi: 10.1080/00224540009600474
- Karau, S. J., & Hart, J. W. (1998). Group cohesiveness and social loafing: Effects of a social interaction manipulation on individual motivation within groups. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, *2*(3), 185. doi: 10.1037/1089-2699.2.3.185
- Koehly, L.M., Peters, J.A., Kuhn, N., Hoskins, L., Letocha, A., Kenen, R. Greene, M.H. (2008). Sisters in hereditary breast and ovarian cancer families: Communal coping, social integration, and psychological well-being. *Psycho-Oncology*, *17*, 812 – 821. doi: 10.1002/pon.1373
- Kowalski, K. C., & Crocker, P. R. E. (2001). Development and validation of the Coping Function Questionnaire for adolescents in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *23*, 136-155. doi: 10.1123/jsep.23.2.136
- Krohne, H. W. (1993). Vigilance and cognitive avoidance as concepts in coping research. In H. W. Krohne (Ed.), *Attention and avoidance: Strategies in coping with aversiveness* (pp. 19–50). Seattle, WA: Hogrefe & Huber.
- Laborde S., Breuer-Weissborn J., Dosseville F. (2013). Personality-trait-like individual differences in athletes. In Mohiyeddini C, ed. *Advances in the psychology of sports and exercise*. New York, NY: Nova, pp. 25–60.
- Laborde, S., Brüll, A., Weber, J., & Anders, L. S. (2011). Trait emotional intelligence in sports: A protective role against stress through heart rate variability?. *Personality and Individual Differences*, *51*(1), 23-27. doi: 10.1016/j.paid.2011.03.003
- Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *26*(8), 862-874. doi: 10.1111/sms.12510
- Laborde, S., Dosseville, F., Guillén, F., & Chávez, E. (2014). Validity of the trait emotional intelligence questionnaire in sports and its links with performance satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, *15*(5), 481-490. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.05.001
- Laborde, S., Guillen, F., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2015). Chronotype, sport participation, and positive personality-trait-like individual differences. *Chronobiology International*, *32*, 942e951. doi: 10.3109/07420528.2015.1055755
- Laborde, S., You, M., Dosseville, F., & Salinas, A. (2012). Culture, individual differences, and situation: Influence on coping in French and Chinese table tennis players. *European Journal of Sport Science*, *12*(3), 255-261. doi: 10.1080/17461391.2011.566367

- Lackner, J. M., & Gurtman, M. B. (2004). Pain catastrophizing and interpersonal problems: a circumplex analysis of the *communal coping* model. *Pain, 110*(3), 597-604. doi: 10.1016/j.pain.2004.04.011
- Lafferty, M. E., & Dorrell, K. (2006). Coping strategies and the influence of perceived parental support in junior national age swimmers. *Journal of Sports Sciences, 24*(3), 253-259.
- Lane, R. D., McRae, K., Reiman, E. M., Chen, K., Ahern, G. L., & Thayer, J. F. (2009). Neural correlates of heart rate variability during emotion. *Neuroimage, 44*(1), 213-222. doi: 10.1080/17461390500188702
- Larsen, R., & Prizmic, Z. (2006). Multimethod measurement of emotion. In M. Eidand, & E. Diener (Eds.), *Handbook of measurement: A multimethod perspective* (pp. 337-352). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lazarus, R. S. (1990). Theory-based stress measurement. *Psychological inquiry, 1*(1), 3-13. doi: 10.1207/s15327965pli0101_1
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer Publishing.
- Lazarus, R. S. (2000a). Cognitive-motivational-relational theory of emotion. In Y. L. Hanin (Ed.), *Emotions in sport* (pp. 39-63). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Lazarus, R. S. (2000b). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist, 14*, 229-252. doi: 10.1123/tsp.14.3.229
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing.
- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., Chanal, J., & Doron, J. (2019). Development and preliminary validation of the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports. *Psychology of Sport and Exercise, 45*, 101569. doi: 10.1016/j.psychsport.2019.101569
- Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., Doron, J., (2018). Coping in teams: exploring athletes' *communal coping* strategies to deal with shared stressors. *Frontiers in Psychology, 9:1908*. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01908
- Levesque, C., Lafontaine, M.-F., Caron, A., & Fitzpatrick, J. (2014). Validation of the english version of the dyadic coping inventory. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 47*, 215-225. doi: 10.1177/0748175614522272
- Lindsley, D. H., Mathieu, J. E., Heffner, T. S., & Brass, D. J. (1994). Team efficacy, potency, and performance: A longitudinal examination of reciprocal processes. *In Annual Meeting of the Society for Industrial and Organizational Psychology, Nashville*.
- Louvet, B., & Campo, M. (2019). Do high emotional intelligent soccer referees better cope with competitive stressors?. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité*. doi: 10.1051/sm/2019013
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., & Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *Journal of Personal and Social Relationships, 15*, 579-605. doi: 10.1177/0265407598155001
- Mackie, D. M., Devos, T., & Smith, E. R. (2000). Intergroup emotions: explaining offensive action tendencies in an intergroup context. *Journal of personality and social psychology, 79*(4), 602. doi: 10.1037/0022-3514.79.4.602

- Madden, C. C., Kirkby, R. J. and McDonald, D. 1989. Coping styles of competitive middle distance runners. *International Journal of Sport Psychology*, 47, 287–296.
- Matsunaga, M. (2008). Item parceling in structural equation modeling: A primer. *Communication Methods and Measures*, 2(4), 260-293. doi: 10.1080/19312450802458935
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). New York: Basic Books.
- McArdle, S., & Moore, P. (2012). Applying evidence-based principles from CBT to sport psychology. *The Sport Psychologist*, 26, 299–310. doi: 10.1123/tsp.26.2.299
- McLaren, C. D., Eys, M. A., & Murray, R. A. (2015). A coach-initiated motivational climate intervention and athletes' perceptions of group cohesion in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(2), 113. doi: 10.1037/spy0000026
- Mellalieu, S. D., Neil, R., Hanton, S., & Fletcher, D. (2009). Competition stress in sport performers: Stressors experienced in the competition environment. *Journal of sports sciences*, 27(7), 729-744. doi: 10.1080/02640410902889834
- Mikolajczak, M. (2009). Going Beyond the Ability-Trait Debate: The Three-Level Model of Emotional Intelligence. *E-Journal of Applied Psychology*, 5(2).
- Mischel, L. J., & Northcraft, G. B. (1997). "I think we can, I think we can...": The role of efficacy beliefs in group and team effectiveness. In B. Markovsky, M. J. Lovaglia, & L. Troyer (Eds.), *Advances in group processes*, vol. 14: 177-197. US: Elsevier Science/JAI Press.
- Moll, T., Jordet, G., & Pepping, G. J. (2010). Emotional contagion in soccer penalty shootouts: Celebration of individual success is associated with ultimate team success. *Journal of sports sciences*, 28(9), 983-992. doi: 10.1080/02640414.2010.484068
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 549-559. doi: 10.1016/j.psychsport.2013.01.004
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2015). Understanding team resilience in the world's best athletes: A case study of a rugby union world cup winning team. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 91-100. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.08.007
- Morgan, P. B. C., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2017). Recent developments in team resilience research in elite sport. *Current Opinion in Psychology*, 16, 159-164. doi: 10.1016/j.copsyc.2017.05.013
- Moritz, S. E., & Watson, C. B. (1998). Levels of analysis issues in group psychology: Using efficacy as an example of a multilevel model. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 2, 285-298. doi: 10.1037/1089-2699.2.4.285
- Morse, S. R., & Fife, B. (1998). Coping with a partner's cancer: adjustment at four stages of the illness trajectory. In *Oncology Nursing Forum*, 25(4), 751-760.
- Mouratidis, A., & Michou, A. (2011). Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(4), 355-367. doi: .1016/j.psychsport.2011.03.006

- Neely, K. C., McHugh, T.-L. F., Dunn, J. G. H., & Holt, N. L. (2017). Athletes and parents coping with deselection in competitive youth sport: A *communal coping* perspective. *Psychology of Sport and Exercise, 30*, 1–9. doi: 10.1016/j.psychsport.2017.01.004
- Neil, R., Hanton, S., Mellalieu, S. D., & Fletcher, D. (2011). Competition stress and emotions in sport performers: The role of further appraisals. *Psychology of sport and exercise, 12*(4), 460-470. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.02.001
- Nicholls, A. R., & Perry, J. L. (2016). Perceptions of the coach-athlete relationship are more important to coaches than athletes in predicting dyadic coping and stress appraisals: An actor-partner independence mediation model. *Frontiers in Psychology, 7*:447. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00447
- Nicholls, A. R., & Polman, R. C. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of sports sciences, 25*(1), 11-31. doi: 10.1080/02640410600630654
- Nicholls, A. R., Holt, N. L., Polman, R. C., & Bloomfield, J. (2006). Stressors, coping, and coping effectiveness among professional rugby union players. *The Sport Psychologist, 20*(3), 314-329. doi: 10.1123/tsp.20.3.314
- Nicholls, A. R., Holt, N. L., Polman, R. C., & James, D. W. G. (2005). Stress and coping among international adolescent golfers. *Journal of applied sport psychology, 17*(4), 333-340. doi: 10.1080/10413200500313644
- Nicholls, A. R., Jones, C. R., Polman, R. C. J., & Borkoles, E. (2009). Acute sport-related stressors, coping, and emotion among professional rugby union players during training and matches. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, 19*(1), 113–120. doi: 10.1111/j.1600-0838.2008.00772.x
- Nicholls, A. R., Levy, A. R., & Polman, R. C. J. (2012). A path analysis of stress appraisals, emotions, coping, and performance satisfaction among athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 13*, 263–270. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.12.003
- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., Levy, A. R., & Borkoles, E. (2010). The mediating role of coping: A cross-sectional analysis of the relationship between coping self-efficacy and coping effectiveness among athletes. *International Journal of Stress Management, 17*(3), 181-192. doi: 10.1037/a0020064
- Nicholls, A. R., Taylor, N. J., Carroll, S., & Perry, J. L. (2016). The development of a new sport-specific classification of coping and a meta-analysis of the relationship between different coping strategies and moderators on sporting outcomes. *Frontiers in Psychology, 7*:1674. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01674
- Nicholls, A.R. (2010). Effective versus ineffective coping in sport. In A.R. Nicholls (Ed.), *Coping in sport: theory, methods, and related constructs* (pp.263-276). New York: Nova Science.
- Niven, K., Totterdell, P., & Holman, D. (2009). A classification of controlled interpersonal affect regulation strategies. *Emotion, 9*(4), 498. doi: 10.1037/a0015962
- Noblet, A., & Gifford, S. M. (2002). The sources of stress experienced by professional Australian footballers. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*, 1–13. doi: 10.1080/10413200209339007
- Ntoumanis, N., & Biddle, S. J. H. (1998). The relationship of coping and its perceived effectiveness to positive and negative affect in sport. *Personality and Individual Differences, 24*, 773–788. doi: 10.1016/S0191-8869(97)00240-7

- Ntoumanis, N., & Vazou, S. (2005). Peer motivational climate in youth sport: Measurement development and validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 27*(4), 432-455. doi: 10.1123/jsep.27.4.432
- O'Brien, T. B., DeLongis, A., Pomaki, G., Puterman, E., & Zwicker, A. (2009). Couples coping with stress: The role of empathic responding. *European Psychologist, 14*, 18-28. doi: 10.1027/1016-9040.14.1.18
- Papaioannou, A., Marsh, H. W., & Theodorakis, Y. (2004). A multilevel approach to motivational climate in physical education and sport settings: An individual or a group level construct?. *Journal of sport and exercise psychology, 26*(1), 90-118. doi: 10.1123/jsep.26.1.90
- Patton, M. Q. (1987). *How to use Qualitative Methods in Evaluation*. (2nd ed.). Newbury Park, CA: Sage.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and education methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Peacock, E. J., & Wong, P. T. (1990). The stress appraisal measure (SAM): A multidimensional approach to cognitive appraisal. *Stress medicine, 6*(3), 227-236. doi: 10.1002/smi.2460060308
- Péloquin, K., & Lafontaine, M. F. (2010). Measuring empathy in couples: Validity and reliability of the interpersonal reactivity index for couples. *Journal of personality assessment, 92*(2), 146-157. doi: 10.1080/00223890903510399
- Petrides, K. V. (2009). Psychometric properties of the trait emotional intelligence questionnaire (TEIQue). In *Assessing emotional intelligence* (pp. 85-101). Springer, Boston, MA.
- Plybon, L. E., Edwards, L., Butler, D., Belgrave, F. Z., & Allison, K. W. (2003). Examining the link between neighborhood cohesion and school outcomes: The role of support coping among African American adolescent girls. *Journal of Black Psychology, 29*(4), 393-407. doi: 10.1177/0095798403256892
- Rees, T. I. M., & Freeman, P. (2009). Social support moderates the relationship between stressors and task performance through self-efficacy. *Journal of Social and Clinical Psychology, 28*(2), 244-263. doi: 10.1521/jscp.2009.28.2.244
- Reeves, C. W., Nicholls, A. R., & McKenna, J. (2009). Stressors and coping strategies among early and middle adolescent premier league academy soccer players: Differences according to age. *Journal of Applied Sport Psychology, 21*(1), 31-48. doi: 10.1080/10413200802443768
- Rentscher, K. E., Soriano, E. C., Rohrbaugh, M. J., Shoham, V., & Mehl, M. R. (2017). Partner pronoun use, *communal coping*, and abstinence during couple-focused intervention for problematic alcohol use. *Family Process, 1-16*. doi: 10.1111/famp.12202
- Richardson, B. K., & Maninger, L. (2016). "We were all in the same boat": an exploratory study of *communal coping* in disaster recovery. *Southern Communication Journal, 81*(2), 107-122. doi: 10.1080/1041794X.2015.1111407
- Riggs, M. L., & Knight, P. A. (1994). The impact of perceived group success-failure on motivational beliefs and attitudes: A causal model. *Journal of Applied Psychology, 79*(5), 755-766. doi: 10.1037/0021-9010.79.5.755
- Robazza, C., & Bortoli, L. (2007). Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players. *Psychology of Sport and Exercise, 8*(6), 875-896. doi: 10.1016/j.psychsport.2006.07.005
- Rohrbaugh, M. J., Mehl, M. R., Shoham, V., Reilly, E. S., & Ewy, G. A. (2008). Prognostic significance of spouse we talk in couples coping with heart failure. *Journal of consulting and clinical psychology, 76*(5), 781. doi: 10.1037/a0013238

- Ronayne, L. S. (2004). *Effects of coaching behaviors on team dynamics: how coaching behaviors influence team cohesion and collective efficacy over the course of a season* (Doctoral dissertation, Miami University).
- Ronglan, L.T. (2007). Building and communicating collective efficacy: A season-long in-depth study of an elite sport team. *The Sport Psychologist*, 21, 78–93. doi: 10.1123/tsp.21.1.78
- Rossiter, J. R. (2008). Content validity of measures of abstract constructs in management and organizational research. *British Journal of Management*, 19(4), 380-388. doi: 10.1111/j.1467-8551.2008.00587.x
- Rottmann, N., Hansen, D. G., Larsen, P. V., Nicolaisen, A., Flyger, H., Johansen, C., & Hagedoorn, M. (2015). Dyadic coping within couples dealing with breast cancer: A longitudinal, population-based study. *Health Psychology*, 34(5), 486. doi: 10.1037/hea0000218
- Sandelowski, M. (1993). Theory unmasked: The uses and guises of theory in qualitative research. *Research in Nursing & Health*, 16, 213-218. doi: 10.1002/nur.4770160308
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Optimistic self-beliefs as a resource factor in coping with stress. In *Extreme stress and communities: Impact and intervention* (pp. 159-177). Springer, Dordrecht.
- Selye, H., 1936. A syndrome produced by diverse noxious agents. *Nature*, 28(2), 38.
- Senécal, J., Loughhead, T. M., & Bloom, G. A. (2008). A season-long team-building intervention: Examining the effect of team goal setting on cohesion. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(2), 186-199. doi: 10.1123/jsep.30.2.186
- Shamir, B. (1990). Calculations, values, and identities: The sources of collectivistic work motivation. *Human relations*, 43(4), 313-332. doi: 10.1177/001872679004300402
- Short, S. E., Sullivan, P., & Feltz, D. L. (2005). Development and preliminary validation of the collective efficacy questionnaire for sports. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9(3), 181-202. doi: 10.1207/s15327841mpee0903_3
- Skinner, E. A. & Zimmer-Gembeck, M. J. 2007. The development of coping. *Annual Review of Psychology*, 58: 119–144. doi: 10.1146/annurev.psych.58.110405.085705
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269. doi: 10.1037/0033-2909.129.2.216
- Smith, B., & McGannon, K. R. (2017). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International review of sport and exercise psychology*, 11(1), 101-121. doi: 10.1080/1750984X.2017.1317357
- Smith, R. E., & Christensen, D. S. (1995). Psychological skills as predictors of performance and survival in professional baseball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(4), 399-415. doi: 10.1123/jsep.17.4.399
- Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L., & Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 379-398. doi: 10.1123/jsep.17.4.379

- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28. doi: 10.2307/350547
- Staff, H. R., Didymus, F. F., & Backhouse, S. H. (2017a). Coping rarely takes place in a social vacuum: Exploring antecedents and outcomes of dyadic coping in coach-athlete relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, 30, 91-100. doi: 10.1016/j.psychsport.2017.02.009
- Staff, H. R., Didymus, F. F., & Backhouse, S. H. (2017b). The antecedents and outcomes of dyadic coping in close personal relationships: a systematic review and narrative synthesis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 30(5), 498-520. doi: 10.1080/10615806.2017.1329931
- Stafford, L. (2011). Measuring relationship maintenance behaviors: Critique and development of the revised relationship maintenance behavior scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(2), 278-303. doi: 10.1177/0265407510378125
- Stough, C., Saklofske, D. H., & Parker, J. D. (2009). Assessing emotional intelligence. *Theory, Research, and Applications*. New-York: Springer.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-47). Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Tamminen, K. A., & Crocker, P. R. E. (2013). "I control my own emotions for the sake of the team": Emotional self-regulation and interpersonal emotion regulation among female high-performance curlers. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 737-747. doi: 10.1016/j.psychsport.2013.05.002
- Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2014). Coping, social support, and emotion regulation in teams. In M. Beauchamp, & M. Eys (Eds.), *Group dynamics in exercise and sport psychology: Contemporary themes* (2nd ed., pp. 222-239). New York: Routledge.
- Tamminen, K. A., & Holt, N. L. (2010). Female adolescent athletes' coping: A season-long investigation. *Journal of Sports Sciences*, 28(1), 101-114. doi: 10.1080/02640410903406182
- Tamminen, K. A., & Holt, N. L. (2012). Adolescent athletes' learning about coping and the roles of parents and coaches. *Psychology of sport and exercise*, 13(1), 69-79. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.07.006
- Tamminen, K. A., McEwen, C. E., & Crocker, P. R. E. (2016). Perceived parental support, pressure, and the socialization of adolescent athletes' coping. *International Journal of Sport Psychology*, 47, 335-354.
- Tamminen, K. A., Palmateer, T. M., Denton, M., Sabiston, C., Crocker, P. R. E., Eys, M., & Smith, B. (2016). Exploring emotions as social phenomena among Canadian varsity athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 28-38. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.07.010
- Tamminen, K.A., Crocker, P.R.E. & McEwen, C. E. (2014). Emotional experiences and coping in sport: How to promote positive adaptational outcomes in sport. In A. R. Gomes, R. Resende, & A. Albuquerque (Eds.). *Positive human functioning from a multidimensional perspective* (pp. 143-162). New York: Sage Science.
- Terry, D. J. (1994). Determinants of coping: The role of stable and situational factors. *Journal of personality and social psychology*, 66(5), 895. doi: 10.1037//0022-3514.66.5.895

- Totterdell, P. (2000). Catching moods and hitting runs: Mood linkage and subjective performance in professional sport teams. *Journal of Applied Psychology, 85*(6), 848. doi: 10.1037/0021-9010.85.6.848
- Trees, A. R., & Kellas, J. K. (2009). Telling tales: Enacting family relationships in joint storytelling about difficult family experiences. *Western Journal of Communication, 73*(1), 91-111. doi: 10.1080/10570310802635021
- Uphill, M. A., & Jones, M. V. (2007). Antecedents of emotions in elite athletes: A cognitive motivational relational theory perspective. *Research quarterly for exercise and sport, 78*(2), 79-89. doi: 10.1080/02701367.2007.10599406
- Uphill, M. A., & Jones, M. V. (2012). The consequences and control of emotions in elite athletes. In J. Thatcher, M. V. Jones, & D. Lavallee (Eds.), *Coping and emotion in sport* (2nd ed., pp. 213-235). London: Routledge
- Vallerand, R. J. (1989). Towards a cross-cultural validation methodology for psychological questionnaires: Implications for French-language research. *Canadian Psychology, 30*(4), 662.
- Wasserman, S., & Faust, K. (1994). *Social network analysis: Methods and applications* (Vol. 8). Cambridge university press.
- Watson, D., Clark, L. E., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070. doi: 10.1037/0022-3514.54.6.1063
- Weiss, M. R., Smith, A. L., & Theeboom, M. (1996). "That's what friends are for": Children's and teenagers' perceptions of peer relationships in the sport domain. *Journal of sport and Exercise Psychology, 18*(4), 347-379. doi: 10.1123/jsep.18.4.347
- Whittemore, R., Chase, S. K., & Mandle, C. L. (2001). Validity in qualitative research. *Qualitative Health Research, 11*(4), 522-537. doi: 10.1177/104973201129119299
- Williams, J., & MacKinnon, D. P. (2008). Resampling and distribution of the product methods for testing indirect effects in complex models. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal, 15*(1), 23-51. doi: 10.1080/10705510701758166
- Wilson, M. R., Wood, G., & Vine, S. J. (2009). Anxiety, attentional control, and performance impairment in penalty kicks. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31*(6), 761-775.
- Wlodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Amutio, A., García, F. E., Reyes, C., & Villagrán, L. (2016). Positive effects of communal coping in the aftermath of a collective trauma: The case of the 2010 Chilean earthquake. *European Journal of Education and Psychology, 9*(1), 9-19. doi: 10.1016/j.ejeps.2015.08.001
- Wolf, S. A., Eys, M. A., Sadler, P., & Kleinert, J. (2015). Appraisal in a team context: Perceptions of cohesion predict competition importance and prospects for coping. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 37*(5), 489-499.
- Wong, P., Reker, G., & Peacock, E. (2006). The resource-congruence model of coping and the development of the coping schemas inventory. In P. T. P. Wong, & L. C. J. Wong (Eds.), *Handbook of Multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 223-283). New York, NY: Springer.

- Woodman, T., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., & Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of sport and exercise psychology*, *31*(2), 169-188. doi: 10.1123/jsep.31.2.169
- Yzerbyt, V. Y., Dumont, M., Mathieu, B., Gordijn, E., & Wigboldus, D. (2006). Social comparison and group-based emotions. *Social comparison processes and levels of analysis: Understanding cognition, intergroup relations, and culture*, 174-205. doi: 10.1017/cbo9780511584329.010
- Zaccaro, S. J., Blair, U., Peterson, C., & Zazanis, M. (1995). Collective efficacy. In J. E. Maddux (Ed.), *Self-efficacy, adaptation, and adjustment* (pp. 305–328). New York: Plenum.
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Skinner, E. A. (2011). The development of coping across childhood and adolescence: An integrative review and critique of research. *International Journal of Behavioral Development*, *35*(1), 1-17. doi: 10.1177/0165025410384923

Étude de la dimension interpersonnelle dans la gestion du stress en football : caractérisation et identification des antécédents du *communal coping*.

Résumé – La gestion du stress dans les sports collectifs, comme le football, relève bien souvent d'actions de coopération et de coordination entre les membres d'une même équipe. Jusqu'alors, la recherche en psychologie du sport a principalement étudié le stress et les stratégies mises en place pour le gérer (i.e., stratégies de coping) selon une approche intrapersonnelle (i.e., centrée sur l'individu). Cependant, dans les sports collectifs, les stratégies utilisées par les athlètes peuvent impliquer plusieurs coéquipiers, et pourraient alors être étudiées selon une approche interpersonnelle. Ainsi, ce travail doctoral défend la thèse selon laquelle, dans les équipes de sports collectifs, pour faire face aux émotions et aux stressors communs rencontrés par les athlètes en situation compétitive, ces derniers peuvent développer des stratégies collectives de gestion du stress (i.e., stratégies de *communal coping* ; Lyons, Mickelson, & Sullivan, 1998). Le premier objectif de cette thèse était donc d'identifier les stratégies de *communal coping*. Au nombre de 13, elles se regroupent en quatre dimensions d'ordre supérieur, relatives à leurs fonctions : (a) la régulation collective des problèmes, (b) le maintien de la relation pendant un épisode stressant, (c) la régulation collective des émotions, (d) le désengagement collectif. L'identification de ces stratégies de *communal coping* en sport collectif a conduit dans un second temps à la création et à la validation d'un outil de mesure (i.e., l'Inventaire des Stratégies de *Communal Coping* pour les Sports Collectifs en Compétition - ISCCSCC). L'utilisation de ce questionnaire a permis par la suite d'explorer les mécanismes explicatifs du *communal coping* en sport, en identifiant notamment des antécédents spécifiques, et le rôle médiateur des évaluations cognitives dans les processus de gestion du stress au niveau collectif. Des dispositions individuelles telles que l'intelligence émotionnelle, ou relatives à l'équipe telles que la cohésion, se sont ainsi révélées être positivement associées à l'utilisation de stratégies spécifiques (e.g., centrées sur le problème, la relation ou les émotions) et négativement reliées à d'autres (e.g., centrées sur le désengagement). L'évaluation cognitive des ressources de l'équipe, représentée par le concept d'efficacité collective, s'est quant à lui révélé être un médiateur de ces relations. Ces résultats suggèrent que l'engagement des athlètes de sports collectifs dans des stratégies collectives de gestion du stress s'expliquerait par des dispositions individuelles et collectives, cet engagement pouvant être médié par les perceptions qu'ils ont de l'efficacité de leur équipe. Cette première prise en compte de la dimension interpersonnelle de la gestion du stress dans les sports collectifs laisse entrevoir des applications pratiques, notamment pour accompagner mentalement les équipes de football dans leur capacité à faire face ensemble aux stressors (e.g., en améliorant leur capacité collective à résoudre les problèmes, maintenir les relations dans l'équipe, réguler leurs émotions), et encourage la poursuite d'études sur le *communal coping* en sport, notamment pour identifier ses conséquences.

Mots clés : *communal coping* ; régulation interpersonnelle ; stressors partagés ; sport collectif.

Study of the interpersonal dimension of stress management in football: characterisation and identification of the antecedents of communal coping.

Abstract - Stress management in team sports, like football, is often a matter of cooperation and coordination between teammates. Until now, research in sport psychology has focused on stress and the strategies to deal with it (i.e., coping strategies) using an intrapersonal approach (i.e., individual focussed). However, in team sports, the strategies used by athletes may involve several teammates, and could be studied using an interpersonal approach. Thus, this doctoral research defends the thesis that, in team sports, to face to the common emotions and stressors encountered in competitive situations, athletes may develop collective stress management strategies (i.e., communal coping strategies, Lyons, Mickelson, & Sullivan, 1998). Therefore, the first aim of this thesis was to identify these communal coping strategies. Thirteen communal coping strategies were identified and grouped into four higher-order dimensions, related to their functions: (a) problem-focused communal efforts, (b) relationship-focused coping during stressful events, (c) communal management of emotions, and (d) communal-goal withdrawal. The identification of these communal coping strategies in team sports led to the creation and the validation of a measurement tool (i.e., the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports- CCSICTS). The use of this questionnaire enabled the exploration of the explanatory mechanisms of communal coping in sport, by identifying specific antecedents of communal coping, and the mediating role of cognitive appraisals in the processes of stress management at the collective level. Individual dispositions such as emotional intelligence, or group-related variables such as cohesion, have been positively associated with the use of specific strategies (e.g., focused on problem, relationship or emotions) and negatively related to others (e.g., focused on disengagement). The cognitive assessment of the team's resources, represented by the concept of team efficacy, has been shown to be a mediator of these relationships. These results suggest that the team sport athletes' engagement in collective stress management strategies could be explained by individual and collective dispositions, and this engagement can be mediated by the perceptions they have about their team efficacy. This is the first consideration of the interpersonal dimension of stress management in team sports and lends itself to many practical applications. These applications include providing mental support to football teams in their ability to cope with common stressors (e.g., by improving their collective ability to solve problems, maintain relationships in the team, and regulate their emotions), and encourages the continuation of studies on communal coping in sport, in particular to identify its consequences.

Keywords: communal coping; interpersonal regulation; shared stressors; team sports.