

**Université Bordeaux Segalen**

Année 2011

Thèse n°....

THESE

pour le

DOCTORAT DE L'UNIVERSITE DE BORDEAUX

Mention : Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

**Présentée et soutenue publiquement**

Le 29 Novembre 2011

Par Julie BAGUR

Née le 9 octobre 1983 à Bordeaux

**LE JUGEMENT EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE**

**STRESS, COPING ET BIAIS DE NOTATION**

**Membres du Jury**

Madame Lucile LAFONT, Professeur, Université de Bordeaux 2, Présidente

Madame Elisabeth ROSNET, Professeur, Université de Reims, Rapporteur

Monsieur Marc LÉVÊQUE, Professeur, Université d'Orléans, Rapporteur

Madame Cécile TRAVERSE, Psychologue du sport, Assesseure

Monsieur André MENAUT, Professeur Emérite, Université de Bordeaux 2, Directeur de thèse

## Remerciements

A Monsieur le Professeur André MENAUT pour avoir accepté de diriger ce travail, pour sa disponibilité, sa confiance, ses précieux conseils, ainsi que sa patience et ses encouragements à finir ce travail.

A Monsieur Léo GERVILLE-REACHE pour son aide apportée sur les traitements statistiques.

A Mademoiselle Cécile TRAVERSE pour ses judicieux conseils.

A l'ensemble des juges ayant accepté de prendre part à ces travaux

A ma famille, mes parents, Vincent, Margaux, Christelle, Ethan et Mattéo, ainsi qu'à mes amies, Virginie et Isabelle pour leurs encouragements et leur soutien.

A Jérôme pour son aide et sa patience au quotidien, et à Thaïs dont l'arrivée m'a motivé à terminer ces travaux entrepris depuis quelques années déjà.

## Résumé et Mots-clés

Le juge de gymnastique artistique féminine est soumis à des conditions stressantes, provenant de la nature de l'activité, mais aussi du manque de reconnaissance de cette fonction, et des conflits interpersonnels qu'il implique. Les juges doivent donc gérer leurs émotions tout en évaluant le plus justement possible les exercices qui sont présentés. Pour cela, ils utilisent des stratégies de coping.

Plusieurs objectifs forment la problématique. Le premier est d'identifier quelles sont les sources de stress auxquelles les juges sont confrontés pendant une compétition, et s'il existe des différences à ce niveau entre les agrès.

L'objectif suivant est de dresser un profil psychologique du juge gymnique à travers certains traits de personnalité et d'identifier les différences qui pourraient exister en fonction de l'expertise et de l'expérience.

Déterminer si certaines variables situationnelles et dispositionnelles influencent l'utilisation des stratégies de coping est un autre de nos objectifs.

Le dernier est d'étudier les relations entre stratégies de coping et l'apparition du biais d'ordre de passage.

253 juges ont pris part à cette étude, et les résultats ont montré une influence de l'expertise et de l'expérience sur l'identification des sources de stress, néanmoins, les barres asymétriques restent l'agrès le plus stressant à noter pour tous.

Le profil psychologique des juges ne les différencie pas en fonction de ces deux variables. De la même façon, les traits de personnalité n'ont pas d'influence sur les stratégies de coping, au contraire de certaines variables situationnelles

Enfin, il existerait un lien entre le coping et le biais d'ordre de passage.

Mots-clés: gymnastique, juge, biais, anxiété, sources de stress, coping, personnalité, consistance, stabilité

### Unité de laboratoire :

Laboratoire Cultures, Education, Sociétés (LACES) E4140.

Equipe interne VST2I (Vie Sportive : Trajectoires, Innovation, Intervention)

UFR STAPS, 12 avenue Camille Jullian, 33607 Pessac cedex

## **Summary and Keywords**

**Title:** Judgement in women artistic gymnastics. Stress, coping and appraisal's bias

Women's artistic gymnastics' judges are pushed under high stressful conditions that come from this activity's nature, as his lack of recognition and the interpersonal conflicts it implicates .Thus, judges have to manage their emotions while appraising the most correctly as far as they can the exercises presented thanks to strategies called « coping ».

Several goals make this thesis. The first one is to identify sources of stress of gymnastics judgement during an event, and if they are different contingent on judge's experience and expertise.

The following goal is to draw a psychological description of judges, and to identify differences function of expertise and experience.

To determine if some situational and dispositional variables affect the use of coping strategies is one of our other goals.

The last one is to study relations between these coping strategies and the emergence of the bias of expectations of within team-order.

253 judges participated in this study, and results showed an expertise and experience's effect on the sources of stress' identification. Nevertheless, uneven bars are the most stressful apparatus for all of them.

Psychological description is not different contingent of these two variables.

Dispositional variables don't affect coping strategies, on the contrary of some situational variables.

Lastly, a link between coping strategies and bias of expectations of within-team order may exist.

**Keywords:** gymnastics, judge, bias, anxiety, sources of stress, coping, personality, consistency stability.

## SOMMAIRE

<b>Remerciements</b>	p.2
<b>Résumé et mots-clés</b>	p.3
<b>Summary and keywords</b>	p.4
<b>Introduction</b>	p.7

## PARTIE THEORIQUE

<b>Chapitre 1 : Jugement et stress en gymnastique artistique féminine (GAF)</b>	p.13
1. La spécificité du jugement gymnique	p.15
2. Un système soumis à des erreurs	p.30
3. Les schémas	p.42
4. Les sources de stress dans le jugement en GAF	p.48
<b>Chapitre2 : Stress et coping</b>	p.52
1. Le stress	p.53
2. Le coping	p.55
<b>Chapitre 3 : Consistance et stabilité du coping</b>	p.82
1. Etudes sur le coping dispositionnel	p.84
2. Le coping comme état situationnel	p.102
3. La combinaison des facteurs dispositionnels et situationnels sur les stratégies de coping	p.113
<b>Emergence d'une problématique et les hypothèses qui en sont issues</b>	p.121

## PARTIE EXPERIMENTALE

Méthodologie	p.128
<b>Etude 1 : Les sources de stress en gymnastique artistique féminine</b>	p.137
Méthodologie	p.138
Résultats	p.149
Discussion	p.174
<b>Etude 2 : Sources de stress et les différents agrès à noter</b>	p.178

Présentation de l'étude 2	p.179
Méthodologie	p.179
Résultats	p.180
Discussion	p.207
<b>Etude 3 : Etude de certains traits de personnalité des juges de GAF</b>	p.210
Présentation de l'étude 3	p.211
Méthodologie	p.211
Résultats	p.214
Discussion	p.228
<b>Etude 4 : Le coping chez les juges en GAF : l'influence des variables                   dispositionnelles et situationnelles</b>	p.231
Présentation de l'étude 4	p.232
Méthodologie	p.233
Résultats	p.234
Discussion	p.240
<b>Etude 5 : Stress, coping, et biais d'ordre de passage</b>	p.243
Présentation de l'étude 5	p.244
Résultats	p.246
Discussion	p.248
<b>Discussion générale</b>	p.250
<b>Conclusion</b>	p.256
Bibliographie	p.260
Annexes	p.282
Tables des matières	p.302
Liste des tableaux	p.309
Listes des figures et des graphiques	p.314
Liste des annexes	p.316

# **INTRODUCTION**

## INTRODUCTION

Dans le contexte actuel, l'arbitrage sportif est trop souvent contesté. Pas une semaine ne passe sans que les officiels du sport ne soient remis en cause par les médias, ou les acteurs du monde sportif.

Si les sports professionnels, notamment les plus médiatisés semblent les plus touchés, comme cela est en particulier le cas du football, les enjeux sportifs et financiers étant démesurés, cette réalité existe également dans des sports plus confidentiels et parfois même amateurs.

Seules les pratiques où la décision n'est pas prise par un humain semblent ne pas connaître de critiques sur les résultats attribués.

Ainsi, en gymnastique, les juges sont particulièrement décriés, et les résultats sont souvent considérés comme faussés. Il faut souligner que certains scandales comme celui des Jeux Olympiques d'Athènes<sup>1</sup> ont encore plus terni la réputation des officiels, ce qui a même conduit certains médias à se poser la question du maintien des sports à jugement humain dans les Jeux Olympiques.

Il faut souligner qu'à « très haut niveau », la première place se joue à d'infimes différences de notes. Une simple erreur peut coûter un titre ou une qualification.

Pour remédier à ces problèmes et essayer de redorer son image, la Fédération Internationale de Gymnastique a tout d'abord suspendu les juges mis en cause à Athènes, et plus récemment celui reconnu coupable de fraude pour les Jeux Asiatiques en 2010<sup>2</sup>, et a reporté l'édition du code de pointage initialement prévu en 2004 d'une année afin de réviser les questions de pénalisation et de calcul de note de départ.

De plus, en septembre 2005, cette même fédération a autorisé les jurys à avoir recours à la vidéo en cas de conflit sur la reconnaissance des éléments (et non sur leur exécution).

Cependant, malgré la mise en place de ces mesures, de nombreux problèmes subsistent dans le jugement. Celui-ci se faisant à partir de l'œil humain, les résultats obtenus ne peuvent être totalement objectifs, plusieurs sources d'influence sont possibles, telles que la renommée des gymnastes, ou encore l'ordre de passage.

---

<sup>1</sup> Lors du concours général individuel, l'Américain Paul Hamm avait remporté la médaille d'or au détriment du Sud-Coréen Yang Tae Young, suite à une erreur de jugement. La note de départ du Sud-Coréen ayant été créditée de 9.90 au lieu de 10.00

<sup>2</sup> Le juge chinois Shao Bin a été reconnu coupable de tricherie lors de la finale au sol. Il avait modifié la note d'exécution du gymnaste chinois, sans en informer le juge directeur, dans le but de donner la victoire à son compatriote.



## INTRODUCTION

Celle de l'ordre de passage a été soulignée au plus haut niveau par Don Peters (1984) (in Tran 2004, p.16), entraîneur national des USA pour les Jeux Olympiques de Los Angeles en 1984 : « *La meilleure place possible dans les ordres de passage, c'est la dernière* ».

Le problème des ordres de passages était donc reconnu par les entraîneurs, mais l'a également été sur le plan objectif, avec notamment l'étude de Scheer et Ansorge (1978).

Ces constatations sont datées de vingt à trente ans, or, depuis ; la gymnastique artistique a énormément évolué.

La pratique est aujourd'hui beaucoup moins tournée vers le pôle artistique et davantage sur le versant technique. Son évaluation est bien plus sévère, par principe les gymnastes ne peuvent plus obtenir une note parfaite, c'est-à-dire sans déductions liées à l'exécution.

Les notes de départ sont désormais ouvertes, le dix n'est plus la note de départ maximale, et les sportives doivent tenter de plus en plus de grosses difficultés afin d'augmenter leurs notes de départ.

Tous ces changements n'ont pas facilité la lisibilité du spectateur non averti, ce dernier ne comprenant pas nécessairement qu'une compétitrice ayant chuté puisse obtenir une meilleure note que son adversaire qui a présenté un exercice sans chute mais de difficulté moindre. Dès lors, face à des résultats peu compréhensibles, et pouvant paraître injustes, les juges sont régulièrement remis en cause.

Les critiques ne viennent pas uniquement des spectateurs, mais aussi des médias, voire des entraîneurs et des présidents de fédération.

Ainsi, le travail des juges est peu reconnu, malgré la place centrale qu'ils occupent durant les compétitions. Sans leur présence, il ne s'agirait plus de compétitions, mais de galas, et la pratique évoluerait sans doute moins.

La définition même de la mission de juge par la Fédération Internationale de gymnastique insiste sur l'importance de leur mission, et sur les obligations qui en découlent : « *Les juges doivent observer les exercices attentivement, évaluer les fautes et appliquer les déductions correspondantes correctement, de manière individuelle et objective* ». Dès lors, le juge ne serait qu'une « machine » dédiée à la notation, dépourvue de sensibilité, et imperméable aux facteurs situationnels.

## INTRODUCTION

Afin de devenir juge et de mener à bien les objectifs dictés par le code de pointage, les officiels se doivent de suivre des formations, de connaître parfaitement le règlement, de passer des examens, et de s'exercer régulièrement ; ce qui au départ peut être une activité de loisir, peut donc vite être amené à devenir une source de contraintes. Il est par ailleurs important de souligner que la majorité des juges en France sont bénévoles.

Or, lors des compétitions, le jugement s'effectue sur une journée, voire des week-ends complets, demandant bien souvent des déplacements et par conséquent une organisation dans la vie professionnelle et personnelle.

Ces mêmes juges semblent même parfois être ignorés par les fédérations nationales et internationales lors des mises en place de changement dans la pratique ou la notation. Ces dernières veillent à rendre la gymnastique plus médiatique, et plus lucrative pour les chaînes de télévision choisissant de retransmettre les compétitions par exemple. Depuis quelques temps elles essaient également de protéger les sportifs, mais aucune décision n'est réellement prise pour redorer l'image des juges, faciliter leur travail, ou limiter les contraintes qu'ils sont amenés à rencontrer.

Ce manque d'intérêt pour les juges de la part des fédérations a été souligné lors de nos démarches afin d'obtenir des renseignements sur la population de juges en France. C'est ainsi qu'aucune des fédérations n'a été en mesure de nous donner le nombre de juges officiant actuellement, et ce quel que soit leur niveau de pratique.

Nous pourrions penser que la majorité de ces problèmes a surtout des retentissements au plus haut niveau, mais notre expérience en tant que gymnaste, juge et entraîneur, nous a permis de vérifier qu'ils étaient présents à tous les niveaux de pratique dans le jugement.

Ce constat nous a conduits à nous interroger sur les conséquences de ces contraintes, et de ce manque de reconnaissance, en particulier en ce qui concerne le stress qu'elles pourraient générer.

Si de nombreux travaux ont évoqué le stress ressenti par les sportifs lors de compétitions, et quelques uns sur ce même stress pour les arbitres de sports collectifs, peu d'études se sont penchées sur le cas du juge en gymnastique.

La quasi-absence de recherche sur cette population est la raison principale qui nous a poussés à orienter notre travail de thèse sur les juges en gymnastique artistique.

## INTRODUCTION

La première partie de notre travail sera donc centrée sur une approche historique du jugement gymnique, ainsi qu'une approche théorique des biais de notation tout d'abord. Nous nous intéresserons ensuite à la notion de stress, qui peut être une cause des biais et erreurs de notations, avant de présenter le coping, c'est-à-dire faire face au stress. Cette première partie se compose de 5 chapitres.

Le chapitre ouvrant cette partie présente le jugement et le stress en gymnastique artistique féminine. Elle débute par une présentation historique du jugement gymnique, son évolution jusqu'à aujourd'hui. Les biais de notation existants dans cette pratique sont ensuite exposés, tout comme les schémas, qui expliqueraient l'existence du biais d'ordre de passage.

Les sources de stress lors des compétitions sportives en général puis dans le cas des juges en particulier clôturent ce chapitre.

Afin de mieux comprendre en quoi ces contraintes peuvent être ressenties comme stressantes, le chapitre suivant s'intéresse au stress au travers des grandes théories qui ont permis de l'expliquer. S'en suit la présentation détaillée du concept de coping, élément majeur du processus de stress.

Le dernier chapitre, dans le prolongement du précédent, aborde les questions de la consistance et de la stabilité du coping, et va nous permettre d'amener notre problématique, et de poser nos hypothèses.

La seconde partie présente tout d'abord la méthodologie employée pour mener à bien les 5 études que nous avons réalisées.

La première présente les différentes sources de stress présentes lors des compétitions pour les juges. Cette étude est nuancée par le niveau d'expertise des sujets, c'est-à-dire le niveau pour lequel ils sont habilités à juger, ainsi que par leur expérience qui correspond soit à leur ancienneté dans le jugement, soit à leur vécu dans la discipline sportive, ou à fortiori par les deux à la fois.

La seconde étude s'intéresse toujours à ces sources de stress, mais sur un aspect plus technique de la gymnastique, c'est-à-dire le stress ressenti en fonction des agrès à noter.

L'étude suivante vise à dresser un profil psychologique du juge de gymnastique, par rapport à certains traits de personnalité, ainsi qu'à étudier les différences qui peuvent exister chez les juges en fonction de leur expérience.

## INTRODUCTION

---

La quatrième étude porte sur l'anxiété ressentie au moment d'une compétition, et aux stratégies employées face au stress.

Il s'agit donc ici de s'intéresser à la question de la consistance du coping en fonction de certains facteurs dispositionnels et situationnels. De plus, cette étude nous permet de nous intéresser à la stabilité du coping dans le temps.

Enfin, la cinquième et dernière étude fait le lien entre les stratégies de coping mises en place et l'attribution des notes lors d'une compétition, afin de vérifier si le biais d'ordre de passage est plus présent lors de l'utilisation de certaines stratégies.

La thèse se termine par une discussion générale dans laquelle nous soulignerons les principaux résultats, ainsi que les forces et limites de notre étude. Cette discussion nous permettra également de répondre à notre problématique.

Enfin, en conclusion de notre travail seront présentées les perspectives de recherches possibles.

# **PARTIE THEORIQUE**

# **CHAPITRE 1**

## **Jugement et stress en gymnastique artistique féminine**

## **1. LA SPECIFICITE DU JUGEMENT GYMNIQUE**

Contrairement à des sports tels que l'athlétisme, en gymnastique artistique, l'évaluation de la performance ne peut pas se faire à l'aide d'une machine dont la mesure s'approcherait le plus possible de la performance réelle.

En effet, cette discipline se situe dans la catégorie des sports à "jugement humain", ou encore, d'après Stefani (1998), dans celle des sports à « système de notation de la performance », comme un tiers des sports représentés au CIO<sup>3</sup>.

Même si les juges doivent suivre une formation correspondant au niveau gymnique qu'ils seront amenés à noter, et réussir un examen, de nombreux biais subsistent.

Ayant pris conscience de ce problème, les instances fédérales ont depuis toujours cherché à réduire ces erreurs de jugement, telles que celles induites par la subjectivité des jugements, en imposant un code de pointage, régissant l'évaluation des gymnastes.

### **1.1 L'apparition du jugement en gymnastique artistique féminine et son évolution**

La gymnastique artistique est l'un des sports qui était déjà pratiqué lors des premiers Jeux Olympiques modernes à Athènes en 1896, mais seuls les hommes la pratiquaient de façon compétitive depuis 1814, les femmes ne pouvant alors pas participer à des compétitions.

Il faut attendre 1928 et les jeux olympiques d'Amsterdam pour trouver trace d'une rencontre internationale féminine. Seules cinq nations représentées par 10 gymnastes chacune concourent, celles-ci doivent se présenter à trois exercices :

Un exercice d'ensemble à mains libres ou avec engins portatifs ou à mains libres et engins portatifs dont la durée va de 13 à 15 minutes.

Un exercice aux engins, allant de 13 à 15 minutes.

Des sauts variés, d'une durée de 9 à 10 minutes.

De telles durées demandaient donc aux juges de rester très attentifs sur une longue période.

---

<sup>3</sup> Comité International Olympique

Ces derniers, qu'ils soient hommes ou femmes, sont au nombre de six par épreuve, et doivent attribuer une note sur 20, les écarts inter juges ne devant pas excéder 1,75 points.

Le code de pointage n'a pas encore de réelles bases; en cas de conflit, ou de trop grands écarts de notes, les juges discutent, jusqu'à intervention du président de jury. Le code stipule uniquement : *“ Les jurés jugent d'après l'impression la plus favorable au point de vue gymnastique...en tenant compte des repos trop longs entre les exercices de la même branche, ainsi que de la durée trop longue ou trop courte des exercices ”* in Barrul (1984,p.395).

Les exercices des sportives ne sont pas “ créés ” en fonction d'un code de pointage international, mais reflètent plutôt la gymnastique alors à la mode dans chacun des pays représentés.

La France termine dernière lors de cette compétition, et déjà, dans le compte rendu de l'épreuve, les juges sont désignés comme responsables de cette défaite : (E.P.S féminine ; N-80-81, oct, nov 1928, p. 398) : *“ seul le chauvinisme de certains juges fut la cause de notre défaite et nous fit perdre au moins une place, sinon deux ”*.

*“ Les juges sont des hommes<sup>4</sup>, par conséquent faillibles...et malheureusement rien que des hommes. Ils ne savent pas résister à leurs penchants et cèdent à leurs passions. Le chauvinisme se manifeste à chaque compétition internationale, et, le plus souvent, de façon outrancière. Il faudrait être aveugle ou de mauvaise foi pour le nier. ”* P. Bardel, (écho des sports 13 septembre 1928).

Lors des jeux olympiques suivants, en 1932 à Los Angeles, les femmes ne participent pas à l'épreuve de gymnastique, pour des raisons inconnues. Leur participation est néanmoins confirmée, à l'unanimité, pour les jeux olympiques de Berlin en 1936 lors de la séance du C.I.O du 25 avril 1931.

C'est d'ailleurs en 1936 que les prescriptions des différents exercices sont détaillées. Les exercices imposés, présentant davantage d'importance par rapport aux libres, reçoivent bien plus d'indications.

Il faut attendre les jeux de Londres en 1948, pour qu'apparaissent des notions de difficultés, de combinaisons et d'exécutions.

---

<sup>4</sup> « Hommes » est ici employé au sens générique du terme.



Les genres d'exercices à présenter sont spécifiés, ainsi l'exercice d'ensemble à mains libres doit « *être un exercice d'assouplissement qui prépare le corps au grand travail des exercices individuels qui suivent* ».

Les exercices d'ensemble doivent être accompagnés de musique en accord avec les mouvements exécutés, et pour les exercices aux engins, les éléments en élan sont préférés à ceux en force et en traction.

Le jugement des exercices d'ensemble se fait par trois groupes de trois juges de nationalités différentes. La difficulté de l'exercice et sa valeur physiologique, comme par exemple la souplesse, sont notées sur 15 points, tout comme la beauté et la combinaison, l'exactitude de l'exécution et le jeu d'ensemble sur 40 points. Ce qui fait un total de 70 points.

Les exercices aux agrès sont évalués par 4 juges, la note finale correspondant à la moyenne des deux notes intermédiaires.

Les imposés sont notés sur 10 points, tandis que les libres le sont sur 15 points.

Le nombre de juges par agrès passe à cinq lors des Championnats du monde de Bâle, en 1950. Le mode de notation n'évolue pas pour les jeux olympiques d'Helsinki en 1952, où la notation des imposés pose problème, certains juges n'ayant eu connaissance de ces derniers qu'une fois sur place.

Les exercices d'ensemble rencontrent également des difficultés. En effet, 16 nations sont représentées, mais seules 8 peuvent entrer dans le jury. Les nations non représentées sont lésées, et la décision de supprimer cette épreuve lors de la prochaine olympiade est prise.

Mais le véritable changement dans cette discipline se fait en 1958, pour les Championnats du monde de Moscou. Les gymnastes ne concourent plus que sur quatre agrès : poutre, sol, saut, barres, avec pour chaque agrès un exercice libre et un exercice imposé. Les équipes se composent de 6 gymnastes avec seulement les 5 meilleures notes à chaque agrès qui comptent dans le total de l'équipe, et les gymnastes participent à deux concours distincts: une compétition par équipe, et des finales par appareils. La musique au sol devient obligatoire, et le premier véritable code de pointage voit le jour.

Ce code stipule que le jury se compose de 5 juges à chaque agrès, et que la note finale correspond à la moyenne des trois notes intermédiaires. L'écart inter juges ne peut excéder

0,5 point si la note est supérieure à 8,50, et ne peut dépasser 1 point, si cette note est inférieure à 8,50.

Pour les agrès, poutre, sol, et barres, en imposés, 5 points sont attribués au dynamisme et au rythme, 5 à l'impression générale.

Pour le saut en imposé, la valeur technique est notée sur 5 points, et l'exécution sur 5 points également.

Tous les exercices libres sont aussi notés sur 10 points, selon le barème suivant :

3 points pour la difficulté, avec au moins 5 éléments de difficulté, dont un de la plus haute difficulté, si un élément est manquant la pénalisation est de - 0,6 point.

2 points pour la valeur technique

2 points pour l'exécution

3 points pour l'impression générale.

La note sur 10 est donc décidée. Elle sera à la base de la notation gymnique pour de nombreuses années.

Le code de pointage de 1964 n'impose pas de grands changements par rapport à celui de 1958. Les écarts de notes inter juges sont réduits en fonction des concours : par équipe ou par engin. Dans le concours par équipe, l'écart ne doit pas dépasser 0,3 point pour une note de 9 à 10 points ; 0,5 point pour une note comprise entre 8 et 8,9 ; 1 point pour les notes inférieures à 8.

Dans le concours par appareil, la différence de notes ne peut être supérieure à 0,2 pour les notes entre 9,5 et 10 ; 0,3 pour celles comprises entre 8,5 et 9,45 ; 0,5 pour les notes comprises entre 7,00 et 8,45 ; et à 1 point pour celles en dessous de 7.

1964 marque surtout le début de la formation obligatoire pour les juges. Des cours sont dispensés afin d'imposer une véritable technique de notation, avec la maîtrise du code de pointage. Les juges sont donc informés du contenu des imposés qu'ils seront amenés à juger, et ne peuvent plus se plaindre d'un manque d'informations. Il s'agit ici d'une volonté de normalisation du jugement, afin de diminuer le plus possible la subjectivité dans la notation..

La composition des exercices est véritablement modifiée par le code de pointage de 1970, des exigences concrètes sont demandées, et la variété des mouvements est valorisée.

La composition du jury change en 1975, pour se calquer sur le modèle de jury de gymnastique artistique masculine. En effet, le mode de notation masculine existe depuis plus longtemps, et apparaît comme étant bien organisé. Les instances féminines décident donc de reproduire ce modèle, qui a déjà montré son efficacité.

Ainsi, pour noter chaque agrès sont désormais désignés 4 juges et une juge-arbitre. Cette dernière n'existait pas jusqu'alors dans les jurys féminins. C'est elle qui prend les décisions en cas de litiges, et surtout, elle veille à ce que les notations effectuées par les 4 juges soient bien « honnêtes ». Elle a, par conséquent, un rôle de surveillante et de décisionnaire.

Nous retrouvons également des changements au niveau du calcul de la note finale. Elle est constituée par la moyenne des deux notes intermédiaires des 4 juges. L'appréciation du juge-arbitre n'est donc pas utilisée dans le calcul de la note finale. Elle sert uniquement de référence par rapport aux notes attribuées par les quatre autres juges.

L'écart des notes inter juges se réduit à nouveau pour les compétitions individuelles.

Le système de notation et le code de pointage féminins prennent pour exemple celui des masculins, qui sont alors beaucoup plus complets par exemple au niveau des déductions pour les fautes d'exécution, ou des calculs de valeurs des exercices en fonction de leur composition.

Cela signifie que le code féminin adopte, de la même façon que le code masculin, une classification des éléments en fonction de leur difficulté, et ce en trois grands groupes : A, B, C, plus un sur-groupe CR (éléments à risque).

Cette classification est adoptée chez les féminines avec le code de pointage de 1979. Dans ce code, la note de départ est également ramenée à 9,5 points plus 0,50 point de bonification.

L'évaluation technique est revalorisée, de même que l'enchaînement des difficultés.

Le format du jury change à nouveau. Nous y retrouvons pour les concours par équipe, et concours général individuel, un juge-arbitre, quatre juges, et une autre juge, nommée collaboratrice technique scientifique, chargée de noter uniquement le contenu. Pour les finales

par agrès, le jury se compose de deux juges-arbitres, quatre juges, et une collaboratrice technique scientifique<sup>5</sup>.

Le code de pointage ne connaît par la suite que peu de changements. La gymnastique féminine gagnant en complexité, de nouveaux éléments sont inventés, il faut alors les classer. Pour cela, de nouvelles catégories de difficultés sont créées : D, (qui remplacent la catégorie CR en 1985), E, Super E, (apparues en 1985).

Le système de notation en lui-même n'évolue guère, certaines gymnastes arrivant même à obtenir la note parfaite de 10.

Le premier 10 " olympique ", est obtenu en 1976 par la roumaine Nadia Comaneci aux barres asymétriques, mais il faut attendre les jeux olympiques de Barcelone en 1992 pour voir cette note disparaître. En effet, la FIG<sup>6</sup> décide qu'aucun mouvement ne peut être noté comme étant parfait, et décide de ne plus attribuer la note maximale.

La chinoise Lu Li aux barres asymétriques, et la roumaine Lavinia Milosovici sont donc les deux dernières gymnastes à avoir obtenu la note parfaite de dix.

Le fonctionnement interne du jury n'est modifié qu'en 1985, avec l'introduction d'un contrôleur du comité technique FIG dans chaque jury. Dès lors, le juge arbitre se concentre principalement sur le contrôle des juges.

Une modification importante a lieu après les jeux olympiques de 1996 à Atlanta.

La FIG décide de séparer le jury en un jury A, chargé de calculer la note de départ, et en un jury B, qui a pour mission de calculer les déductions. La note finale se calcule en effectuant la différence entre la note de départ du jury A de laquelle il faut soustraire le total de déductions obtenues par le jury B.

Les jeux de 1996 sont également les derniers où les gymnastes devaient exécuter des exercices imposés, désormais au niveau international, les gymnastes ne produisent plus que des enchaînements " libres ".

---

<sup>5</sup> Le terme scientifique nous ayant interpellé, nous avons cherché à savoir pourquoi il était utilisé. A ce jour, aucune réponse n'a pu nous être fournie.

<sup>6</sup> Fédération Internationale de gymnastique

Même s'ils sont appelés " libres ", les sportives ont tout de même certaines obligations dans la composition de leurs mouvements, certains éléments doivent impérativement y être insérés et sont nommés les « exigences ».

Nous avons donc vu que le code de pointage ne se limite pas seulement à la classification des éléments et aux déductions, c'est aussi lui qui prévoit le déroulement des compétitions, la composition des jurys, et qui décide de l'ordre des agrès.

En effet, les gymnastes doivent suivre l'ordre olympique : poutre, sol, saut, barres. Ainsi, une équipe qui commence au sol, terminera par la poutre.

Mais si le code de pointage régit l'ordre des agrès et l'ordre de passage des équipes dans les concours suivant les phases de qualifications, ce n'est pas lui qui gère les ordres de passages au sein des équipes. Il s'agit ici du rôle de l'entraîneur, qui décide quelle sportive passera première à tel agrès. Il faut souligner que les ordres ne sont pas immuables, qu'une sportive se présentant première pour un exercice, pourra passer dernière au suivant. Cependant, lors d'une finale individuelle, qu'il s'agisse d'un concours général, ou d'une finale par appareil, l'ordre de passage des sportives se décide par tirage au sort.

Le code de pointage ne permet donc pas de décider de la composition d'une équipe, au contraire du corps de juges, où il fait figure de norme.

En conclusion, nous avons pu voir que le code de pointage a beaucoup évolué depuis sa création. En effet, au commencement des compétitions féminines, il n'est pas en place. Les gymnastes sont donc libres de présenter toutes sortes d'éléments dans leurs exercices, les différences de notation entre juges peuvent être supérieures à 1,5 points, et entre autres, les durées des exercices ne sont pas limitées.

Cette évolution va se faire sur une longue période, avec tout d'abord une prise en compte des différences de difficulté, puis une reprise du modèle masculin afin d'arriver à des critères de notation plus objectifs.

De la même façon, cette évolution est parfois provoquée par les changements de la pratique sportive elle-même, par exemple avec la réalisation de nouvelles difficultés, qu'il a fallu intégrer dans le code de pointage. Le rôle de l'esthétisme n'est plus le même, s'il était l'un des éléments principaux pour l'attribution de la note, il s'efface, depuis la mise en place du code de pointage de 2005, derrière la technique et les acrobaties, sa prise en compte est minime.

Ce virage a été pris avec l'avènement de la nouvelle gymnastique féminine, en 1976 avec Nadia Comaneci. Avant cette date, ce sport était une affaire de femmes, où la chorégraphie primait sur les difficultés. Depuis, il est devenu une activité de jeunes filles devant réaliser les plus grandes difficultés possibles.

Comme conséquence à toutes ces évolutions, et au rapprochement volontaire avec le code masculin, le code féminin est au même niveau que ce dernier, à quelques éléments près<sup>7</sup>.

Les changements se font en même temps dans les deux disciplines.

Ainsi, le dernier changement en date, et non le moindre, a été effectué pour les deux pratiques en 2005.

### 1.2 Le code de pointage 2005

Nous avons pu constater que, jusqu'à présent, la notation s'effectuait dans un système " fermé ", la note de départ maximale des gymnastes ne pouvait être supérieure à 10.

Mais aujourd'hui, les sportives présentent de plus en plus d'éléments gymniques et acrobatiques complexes, en en mettant toujours un plus grand nombre dans leurs exercices, si bien qu'il fallait faire la différence sur leurs notes de départ, ainsi que sur la maîtrise des éléments.

#### •Une nouvelle notation

Le code de pointage de 2005 constitue alors une petite révolution dans le monde de la gymnastique en instaurant un système de note " ouverte ". La note de départ se calcule à partir de la valeur des six éléments les mieux côtés présentés dans l'enchaînement, à cela il faut ensuite ajouter la note d'exécution, qui, elle, part sur 10, moins les fautes produites.

Les notes d'aujourd'hui sont donc généralement supérieures à 10, les notes de départ atteignant à certains agrès les 17 points pour les meilleures gymnastes mondiales.

Il s'agit d'en faire le plus possible, parfois au détriment de la réalisation. Ainsi, depuis l'instauration de ce code, deux championnes du monde au concours général ont chuté lors de la compétition, mais ont tout de même pu la remporter.

---

<sup>7</sup> Quelques éléments n'ont pas la même valeur dans les deux codes, par exemple, le salto avant groupé est un élément de la catégorie A chez les féminines, et une difficulté de niveau B chez les masculins.

En effet lors du concours général des Championnats du monde 2006 à Aarhus, Vanessa Ferrari a remporté l'épreuve malgré une chute à la poutre.

Il en a été de même pour l'américaine Shawn Johnson lors des Championnats du monde 2007 à Stuttgart.

Cette situation était impensable avec le système de note fermée.

- Un nouveau « barème » de déduction

Ce nouveau code augmente les pénalisations des sportives. Ainsi, avant 2005, les petites fautes ôtaient 0,05 à 0,10 point sur la note, les fautes moyennes 0,20 à 0,30 point et les grosses fautes (les chutes) 0,50 point. Aujourd'hui, les petites fautes sont sanctionnées de 0,10 point, les moyennes de 0,30 à 0,50 point et les grosses fautes 0,8 point.

- Une nouvelle classification des éléments

Le code de pointage de 2005 modifie également la classification des éléments. Les catégories sont désormais A, B, C, D, E, F, et G.

- Un nouveau format de compétition

Le format des compétitions a également changé, les gymnastes sont désormais six maximum par équipe. Durant les qualifications cinq gymnastes composent une équipe, quatre passent, et les trois meilleures notes sont prises en compte, et lors des finales l'équipe est toujours composée de cinq compétitrices, mais seules trois sont autorisées à passer aux agrès pour trois notes qui comptent, (les sportives choisies peuvent être différentes selon les agrès).

Ce nouveau format permet de donner plus de « suspense » quant à l'issue de la compétition.

De plus, ces dernières durent moins longtemps rendant ainsi plus aisées les retransmissions télévisuelles.

- La composition du jury

Nous indiquerons ici la composition des jurys aux Championnats du monde, d'Europe, et aux Jeux Olympiques, les autres compétitions pouvant adapter le nombre de juges par jury au nombre de juges disponibles.

Ce nouveau code de pointage rebaptise les différents jurys. Ainsi, le jury A devient le jury D, (difficulté), et le jury B se transforme en jury E, (exécution).

La note D évalue le contenu de l'enchaînement en fonction de trois critères : valeur de difficulté, exigences de groupes d'éléments, et valeur de liaison.

La note E évalue la performance globale, c'est-à-dire la composition, les fautes techniques, et la qualité esthétique de la prestation.

Deux juges D doivent être présents, de même que six juges E. Ils sont aidés d'assistants (chronométreurs, et juges de ligne), et de secrétaires titulaires du brevet international.

Un juge est désigné comme D1, et fait le lien entre les jurys D, (calcul de la note de départ), et E, (calcul des déductions), et c'est également ce juge D1 qui contrôle le travail des assistants, il fait office de juge expert.

Le juge D2 rentre la note finale dans l'ordinateur. En cas de conflit avec le juge D1, il est nécessaire de faire appel aux conseils du superviseur à l'agrès.

C'est le jury D qui s'occupe donc de donner la note finale, le jury E s'occupe de déduire les fautes à la note de départ de 10. Le jury D « récupère » ces notes déduites, et les ajoute à la note de difficultés que ce même jury a calculée à partir des dix éléments les plus élevés réalisés<sup>8</sup> dans l'enchaînement.

Le “ placement ” des juges aux agrès et dans chacun des jurys se fait par tirage au sort effectué sous l'autorité du CTF<sup>9</sup>.

Lors des compétitions de niveau départemental, jusqu'au niveau zone<sup>10</sup>, la composition du jury ne suit pas toujours les règles du code de pointage.

En effet, le nombre de juges peut varier. Durant certaines compétitions, (de niveau départemental), des juges se sont même retrouvés seuls pour officier à un agrès, ce qui ne permet pas, en principe, l'homologation de la compétition.

Il n'y a pas forcément de distinction entre les jurys D et E. Les juges doivent alors calculer la note de départ ainsi que les déductions.

---

<sup>8</sup>Un élément est pris en compte dans le calcul de la note de départ, uniquement s'il est reconnaissable, et que, en cas de chute, il a tout de même été réceptionné sur au moins un pied.

<sup>9</sup> CTF= Contrôleur Technique Fédéral

<sup>10</sup> La France est découpée en cinq zones : nord est, sud est, nord ouest, sud ouest, et île de France. Le niveau zone est une catégorie qui se situe entre le niveau régional, et le national.



Ce fonctionnement du jury concerne particulièrement les niveaux présentant des imposés. Le calcul de la note de départ étant alors moins difficile que dans le cas des exercices libres.

En ce qui concerne les niveaux de juges, nous allons nous appuyer sur la classification de la FFG<sup>11</sup>. Dans le tableau suivant, nous présenterons les niveaux de compétitions que les juges sont autorisés à juger en fonction de leurs diplômes.

**Tableau 1 Correspondance entre les niveaux de juges FFG et les niveaux de compétitions qu'ils autorisent à juger**

Niveau de compétition / Niveau de juge	Départemental		Régional		Inter régional		National		International	
	D	E	D	E	D	E	D	E	D	E
N1		Imposés + libres		Imposés + libres		Imposés + libres		Imposés + libres		
N2	Imposés	Imposés + libres	Imposés	Imposés + libres	Imposés	Imposés + libres		Imposés + libres		
N3 Catégorie 2	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres		Imposés + libres		
N3 Catégorie 1	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres		
N4	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres		
N5	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	Imposés + libres	libres	libres

D'après ce tableau, les juges de niveau 3 catégorie 1 et les juges de niveau 4 sont autorisés à noter les gymnastes jusqu'au niveau national, aussi bien pour les compétitions avec des libres que celles avec des imposés, et en jury D tout comme en jury E. Cependant, il existe bel et bien une distinction entre ces deux niveaux, non expliquée par ce tableau. Seuls les juges niveau 4 peuvent être convoqués par la FFG pour juger lors des finales nationales,

De plus, nous pouvons constater que les juges de niveau 5 ne sont amenés à ne juger que des exercices « libres », aussi bien pour le jury D que pour le jury E lorsqu'ils officient au niveau

<sup>11</sup> Fédération Française de Gymnastique

international. En effet, les exercices imposés ont été supprimés à ce niveau en 1997. Cependant, ils peuvent toujours juger des exercices imposés lors des compétitions de niveau inférieur.

Si la classification des juges FFG prend en compte les juges internationaux représentant la France, la classification UFOLEP<sup>12</sup> ne comprend que des juges de niveaux nationaux.

Dans cette fédération affinitaire, les compétitions sont classées en huit niveaux, N8 étant le plus faible, et N1 le plus élevé, tous les exercices sont « libres » (bien que certaines exigences doivent être présentées dans l'enchaînement).

Contrairement à la FFG, les compétitions sont au moins de niveau inter régional, et les sportifs accèdent à des finales nationales malgré des niveaux de pratique moindre, ce qui est une des volontés de cette fédération.

**Tableau 2 Correspondance entre les niveaux de juges UFOLEP et les niveaux de compétitions qu'ils autorisent à juger**

<b><u>Niveau de compétition / Niveau de juge</u></b>	N 8 Inter régional	N7 Inter régional	N6 National	N5 National	N4 National	N3 National	N2 National	N1 National
BF1	X	X						
BF1 complet	X	X	X					
BF2	X	X	X	X				
BF2 O	X	X	X	X	X			
BF2 option 3	X	X	X	X	X	X	X	X

BF= Brevet fédéral

<sup>12</sup> Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique

### 1.3 Le code de pointage actuel (2009)

Le code de pointage 2005 avait orienté la gymnastique artistique féminine vers un sport de performance avec une considération moindre de la maîtrise technique.

Les gymnastes devaient alors enchaîner les difficultés, au détriment de la qualité d'exécution, de l'artistique, voire même de la sécurité des gymnastes.

Le but recherché était alors de valoriser la prise de risque afin de produire du spectacle acrobatique, et de diversifier davantage les difficultés entre les gymnastes. Celles-ci réalisaient donc des exercices toujours plus complets et toujours plus difficiles, favorisant les blessures.

A la suite des Jeux Olympiques de Pékin, en 2008, le code de pointage a, de nouveau, été modifié afin de proposer une solution aux problèmes énoncés ci-dessus.

Le format de compétition reste identique. Le premier changement concerne le nombre d'éléments pris en compte. Ainsi, le jury D ne comptabilise plus que les huit meilleurs éléments, contre dix auparavant.

Par conséquent, l'écart entre les notes de départ des sportives est réduit. L'effet se fait particulièrement ressentir aux barres asymétriques, où les meilleures gymnastes à cet agrès pouvaient avoir une note de départ supérieure à 7 points, et où la majorité des sportives partait aux alentours de 6.

Le nombre de diagonales au sol a été limité à quatre, de façon à réintégrer de la chorégraphie dans les mouvements au sol. En effet, sous l'ancien code, certaines gymnastes pouvaient faire jusqu'à six diagonales, et n'avaient donc plus le temps de développer un réel côté artistique dans leur évolution à cet agrès.

Les déductions faites par le jury E connaissent également des évolutions.

Les chutes sont aujourd'hui sanctionnées à hauteur d'un point, contre 0,80 sous l'ancien code.

Cette réforme a pour but de valoriser la maîtrise des éléments, et de rendre plus difficile la victoire en cas de chute.

Avec ce nouveau code de pointage, la FIG souhaite aujourd'hui privilégier la qualité technique de la gymnastique, et surtout préserver la santé des sportives. En effet, le cycle

olympique précédent a vu un nombre important de blessures, rendant même parfois impossible pour certains pays de présenter une équipe à une compétition, comme cela fut le cas en 2005 pour la Roumanie lors des Championnats d'Europe.

Enfin, la composition du jury connaît lui aussi une petite révolution.

En Mai 2009, pour la première fois un homme est autorisé à juger une compétition internationale féminine, lors d'une rencontre amicale France / USA, laissant imaginer la présence de jury masculin lors de compétitions officielles futures.

Cependant, à ce jour aucune femme n'est autorisée à juger de la gymnastique artistique masculine au niveau international. Nous pouvons être amenés à nous demander pourquoi?

Il faut souligner que les hommes sont très présents en gymnastique artistique féminine, la plupart des entraîneurs étant masculins, mais la réciproque n'est pas vraie.

La distinction homme/femme serait-elle redevenue de rigueur au sein des instances fédérales?

Pour en revenir à toutes ces modifications, elles n'ont eu qu'un seul but depuis 1928 : développer la médiatisation de ce sport, et surtout améliorer le système de notation et rendre plus fiable le jugement en évitant certains biais, tels que l'effet de réputation par exemple.

C'est ainsi qu'en 2005, la requête vidéo a été instaurée.

L'entraîneur s'estimant lésé par le jury peut demander à ce qu'une vidéo de l'enchaînement soit visionnée.

Ce recours à la vidéo s'effectue en particulier lorsque les entraîneurs ont un doute sur une sortie de praticable, ou sur le déclassement d'un élément, une triple vrille non terminée reconnue comme une double vrille et demi par exemple.

Pour cela, la fédération, ou le club, paie une certaine somme, qui lui sera remboursée si l'erreur de jugement est avérée.

Cet aspect financier a pour but de limiter ce genre de requête.

Enfin, la FIG, a décidé, depuis Septembre 2010, d'introduire dans chaque jury, (D et E), et ce, à chaque agrès, des juges de référence. Ces juges ont pour mission d'évaluer l'artistique et l'exécution des mouvements. La moyenne de leurs notes est ensuite comparée à celle obtenue par le panel traditionnel des juges. Si l'écart entre les deux moyennes obtenues

dépasse les tolérances admises par le règlement, alors, c'est la moyenne des notes des deux juges de référence qui sera attribuée à la gymnaste.

Il est important de souligner que ces juges de référence sont intervenus pour la première fois lors des Championnats du monde de gymnastique rythmique en Septembre 2010, afin de dépister et limiter les manœuvres frauduleuses, mais aussi les variations de score involontaires, dues à des erreurs de jugement.

En conclusion, si la gymnastique artistique a évolué pour les pratiquants, il en est de même pour les juges.

La durée des exercices a baissé, ainsi que le nombre de gymnastes par équipe, le nombre de sportives qualifiées pour les finales de concours général individuel. Toutes ces réductions ont entraîné une diminution du temps de travail des juges, et donc de leur obligation de concentration.

Le fait d'avoir supprimé le temps d'échauffement en salle de compétition pour le haut niveau a la même incidence sur le travail des juges, et il permet également de réduire le problème du biais de mémorisation que nous aborderons dans la partie suivante.

Dans le même sens, une de ces modifications tend à supprimer le biais d'ordre de passage au sein d'une même équipe, toujours au niveau international. En effet, pour une finale par équipe seules 3 sportives sont autorisées à concourir à chaque agrès, contre 4 en qualification.

Enfin, il faut souligner qu'avec l'utilisation de l'informatique, mais aussi de la vidéo, (même si celle-ci reste anecdotique), le travail des juges s'est considérablement allégé. Le code est devenu beaucoup plus complet et précis, les jurys se sont étoffés.

Malgré toutes ces modifications, nous ne pouvons assurer que le jugement gymnique n'est plus sujet à aucun biais.

Certaines recherches, que nous détaillerons dans la partie suivante, ont souligné la présence de sources d'erreur de notations dans les sports à jugements humains, nous en donnerons quelques exemples.

## 2- UN SYSTEME SOUMIS A DES ERREURS

La notation en gymnastique peut souvent prêter à discussion ; le fait que l'œil l'humain soit l'outil permettant le recueil d'informations et le cerveau humain celui qui traite ces dernières et prend les décisions du résultat en est la principale cause, c'est pourquoi nous allons tout d'abord nous intéresser aux techniques de recueil et de traitement des informations par les juges.

### 2.1 Les origines du jugement

Provenant du latin "judicare" qui signifie prononcer une sentence, juger possède plusieurs significations concernant divers domaines.

En effet, dans le domaine juridique, juger correspond à appliquer le droit, ou encore rendre un jugement, condamner...etc. Mais ce terme est également employé dans la vie de tous les jours dans le sens de décider, mais aussi de porter un jugement.

Ainsi, la première définition, présentant les notions de condamnation, voire de punition, fait penser au jugement rendu par les arbitres, le « jugement sanction», notamment lors de l'attribution de cartons jaunes ou rouges. Le second sens, quant à lui nous renvoie au rôle du juge en gymnastique, celui-ci porte un jugement qualitatif sur la performance réalisée, mais il ne sanctionne pas les gymnastes sous forme de faute ou d'exclusion.<sup>13</sup>

Dans le cadre du jugement évaluatif, nous usons de ce mot pour renvoyer à l'idée d'appréciation de la réalité par notre pensée. Selon Kant (1790), (in Hadji, 1993, p.28), ce type de prise de décision est une "*relation de la pensée dans les jugements*" d'après le modèle "si [...] alors". Pour rester dans le contexte de notre étude, nous pouvons prendre l'exemple d'un juge qui fonctionnerait à partir des hypothèses suivantes: Si cette gymnaste ne réussit pas cet élément, alors elle est mauvaise.

L'évaluateur en situation de juge se retrouve alors entre le prescripteur, qui dit comment devrait être la réalité, et l'observateur qui constate le réel. Ce personnage doit se couper de la

---

<sup>13</sup> Alors que le « jugement sanction » peut être appliqué pour les entraîneurs. En cas de mauvais comportements de ces derniers, un carton jaune et/ou un carton rouge peuvent leurs être attribués, la conséquence directe étant une exclusion du plateau de compétition.

réalité qu'il observe pour l'analyser selon le modèle qu'elle devrait suivre. Cependant, un jugement est toujours ancré dans un contexte, qu'il soit culturel, ou social.

Les avis sur un même comportement peuvent être différents d'un individu à un autre. Ainsi, un professeur peut valoriser le comportement d'un élève restant silencieux pendant les cours, tandis qu'un autre pensera qu'il s'agit ici d'un désintérêt de cet élève pour la leçon.

Le jugement repose alors sur un système d'attribution de valeurs dépendant surtout du sujet placé dans une position de décisionnaire, ce qui provoque souvent des erreurs de jugement pouvant se révéler parfois catastrophiques.

Mais si le jugement se retrouve au cœur de chacune de nos décisions, dans le cadre de notre étude, nous avons choisi de nous intéresser au jugement dans le contexte évaluatif. Pour cela, il est nécessaire de présenter ce qu'est l'évaluation.

## 2.2 L'évaluation, une forme de jugement?

Pouvons-nous considérer le fait d'évaluer comme un moyen de juger? Pour répondre à cette question, il nous faut avant tout définir l'évaluation.

### 2.2.1 Quelques définitions:

Le verbe évaluer provient du latin "*evalesco*", signifiant prendre de la force, être capable de, ou encore valoir et prévaloir. Cette notion de valeur se retrouve également dans l'autre origine du terme "*évaluer*", l'ancien terme "*avaluer*", lui-même dérivé du nom "*value*", participe passé substantivé du verbe valoir, mais aussi traduction anglaise de "*valeur*". De cette façon, nous pouvons en déduire que l'évaluation concerne la détermination de la valeur de quelqu'un, ou de quelque chose.

Cependant, de nos jours, l'évaluation est devenue un terme polysémique, concernant divers domaines.

Tout d'abord, ce mot renvoie à l'idée de vérification des connaissances, mais aussi à celle d'estimation des compétences d'un individu, ou encore, à un avis sur la valeur d'un acte ou d'une production.

"Evaluer" peut également désigner la situation d'un individu par rapport à ses capacités ou par rapport aux autres.

De la même façon, ce terme représente l'acte de comparaison d'une action, d'un produit, par rapport à un modèle, à des normes préétablies.

Le point commun de ces définitions peut donner le sens général de l'évaluation, il s'agit de juger, vérifier, ou encore situer quelque chose.

Mais du côté des personnes évaluées, elle est souvent considérée comme une sanction, or celle-ci est avant tout une source d'information, permettant de décrire la réalité telle qu'elle est perçue, et de situer l'individu par rapport à une norme.

Car si nous parlons d'évaluation en termes de performance par exemple, le résultat n'a pas de valeur en soi s'il ne se rapporte pas à un domaine de référence précis.

La présence d'une référence selon laquelle s'effectue la comparaison à été indiquée par Noizet et Caverni (1978, p.539):

*"Dans son acception la plus large, le terme évaluation désigne l'acte par lequel, à propos d'un événement, d'un individu, ou d'un objet, on émet un jugement en se référant à un ou plusieurs critères".*

Par conséquent, pour pouvoir évaluer quelqu'un ou quelque chose, il faut disposer d'une référence, mais aussi de critères.

Tout comme il existe divers sens pour "évaluer", les objets de l'évaluation sont nombreux. Il peut s'agir de compétences, de travaux, de connaissances, de savoir-faire...etc.

C'est pourquoi nous avons choisi de présenter les caractéristiques propres à l'évaluation gymnique.

### 2.2.2 L'évaluation en gymnastique artistique:

Tout d'abord, ce type d'évaluation possède une forme particulière, il s'agit d'une évaluation critériée.

- L'évaluation critériée

Lors d'une compétition de gymnastique, le sujet n'est pas évalué sur le rendement de son action, mais plus sur son degré de maîtrise des compétences acquises. C'est à dire que le



résultat obtenu ne sera pas comparé au résultat d'une population virtuelle, mais sera rapporté à une performance cible à atteindre, soit la note maximale, auparavant symbolisée par le 10.

La gymnaste est avant tout évaluée selon certains critères sur sa capacité à produire un exercice, et obtient ainsi une note, qui ne prend du sens que si nous la rapportons à la note maximale possible, qui est la note de référence.

De plus, nous nous attachons ici à des critères "balises", cette métaphore est utilisée afin de symboliser les repères auxquels va s'attacher l'évaluateur. Ils définissent dans quelles conditions la compétition et le jugement vont se dérouler, mais aussi comment les éléments à réaliser seront appréciés.

Ainsi, nous nous intéresserons plus particulièrement à des critères de "réalisation", correspondant aux opérations à effectuer, et aux critères de "réussite", permettant de qualifier le produit fini.

Il est par conséquent primordial de définir correctement les critères d'évaluation d'une performance afin que tous les participants soient évalués sur les mêmes bases. De la même façon, toutes les performances seront mesurées à l'aide des mêmes outils d'évaluation, c'est à dire, dans le cadre de notre étude, l'observation des gymnastes par les juges.

- L'observation dans l'évaluation gymnique

Issu du latin « *observare* », signifiant se mettre devant, ce mot renvoie à plusieurs définitions dans la langue française.

Pour commencer, observer peut correspondre à un respect d'une règle, d'une loi, ou encore d'une parole. Mais il fait aussi référence à l'action de constater, de consigner ce que l'on a découvert.

Cependant, observer peut également renvoyer à examiner en contrôlant, à épier, ou à considérer avec attention. Il s'agit alors d'étudier un fait attentivement.

L'observation désigne donc à la fois l'action, la méthode utilisée, ainsi que le résultat obtenu.

Nous allons ici nous intéresser à l'observation en tant que méthode utilisée. Il s'agit par ailleurs d'une observation de type fermée.

Lorsqu'un observateur n'a pas de critères précis quant à son observation, qu'il ne cherche pas à « surveiller » des comportements déterminés, mais plutôt à établir une liste des différents comportements qui peuvent se produire, nous pouvons parler d'observation ouverte.

A l'opposé, l'observation fermée demande au sujet qui observe d'avoir auparavant pris connaissance des comportements qu'il doit étudier, les objets de son observation ont été définis au préalable.

Or, le juge sait par avance sur quels critères il doit noter la gymnaste, les difficultés qu'elle doit présenter, (du moins pour les exigences spécifiques), les fautes qui peuvent être sanctionnées...etc.

Cette connaissance est rendue possible par le code de pointage, dont nous pouvons dire qu'il organise et assiste la notation, ainsi, nous pouvons parler d'une observation assistée.

Les observations à l'aide de ce moyen peuvent alors être effectuées par n'importe quel évaluateur sachant se servir de l'outil. Les observateurs sont donc censés être interchangeables, et parvenir aux mêmes résultats, comme le veulent les règles des outils de mesure.

Plus précisément, un outil d'évaluation doit correctement prendre en compte la réalité. Cette évaluation est davantage objective quand l'outil ne permet pas l'interprétation de l'évaluateur, or, l'observation ne permet pas d'obtenir une parfaite objectivité.

Mais ce n'est pas la seule caractéristique à suivre. En effet, nous pouvons également parler de la fidélité, c'est à dire qu'une notation sera fidèle si son résultat est le même lorsqu'elle est reproduite dans des conditions identiques. Elle a été définie par Landsheere en 1979 : *"Les mesures répétées d'un objet, réalisées dans les mêmes conditions, avec un même instrument, doivent fournir les mêmes résultats"* (in Maccario 1985, p.364).

Mais cette fidélité n'est pas rendue possible par l'observation, un sujet n'étant pas une machine, ses observations et la qualité de son évaluation varient forcément dans le temps. Cette évaluation peut être influencée par divers facteurs, c'est à dire environnementaux, psychiques ou encore sociaux par exemple.

Par la suite, il faut parler de la validité de cette évaluation. Selon Landsheere (1979) (in Maccario 1985, p.364), la validité assure que *"l'objet fixé, et lui seul, est bien l'objet mesuré"*. La mesure obtenue grâce à cet outil doit correspondre à ce que l'on cherchait à évaluer.

De la même façon, il est nécessaire de respecter la fonctionnalité de l'outil d'évaluation. Cette caractéristique concerne la facilité d'utilisation et de compréhension sur le fonctionnement de l'outil, par les évaluateurs, les évalués, voire le public. Plus le fonctionnement de l'outil est facilement compréhensible, plus nous pouvons parler d'outil fonction. Or, si les entraîneurs attribuent les ordres de passage selon certaines règles, qui sont ensuite reprises par les juges, cela démontre bien que ces deux parties maîtrisent bien le fonctionnement de cet outil.

L'évaluation peut donc être rapportée au jugement. En effet, lorsque nous évaluons nous cherchons à attribuer une valeur à quelqu'un ou à quelque chose, pour pouvoir ensuite le ou la situer par rapport à ses pairs, mais aussi pour prendre une décision.

Tout comme le jugement, l'évaluation repose sur des critères, sur des normes, afin que chaque personne puisse évaluer et être évaluée sur les mêmes bases.

Il y a un souci d'équité, et donc de justice dans l'évaluation.

Ces idées de normes, critères mais aussi de modèles de référence sont primordiales dans l'évaluation scolaire, qui rejoint d'ailleurs le jugement gymnique sur de nombreux points.

Nous avons choisi cet exemple non seulement à cause des ressemblances citées ci-dessus, mais aussi parce que l'évaluation scolaire peut ressembler à une compétition: avoir une meilleure note que la fois précédente, ou avoir la meilleure note de la classe, (la notation étant toujours présente de façon non officielle aujourd'hui malgré les demandes des nouveaux programmes scolaires). Et que ces deux formes d'évaluation nécessitent l'apprentissage d'éléments, qu'il va falloir démontrer par la suite.

Nous avons donc choisi de présenter les points communs existants entre ces deux formes d'évaluation pour mieux cerner ce qu'est le jugement en gymnastique.

### 2.3. Evaluation scolaire et jugement en gymnastique : similarités et différences

Afin d'effectuer cette comparaison, nous allons traiter le jugement en gymnastique en le comparant avec le fonctionnement de l'évaluation scolaire.

#### 2.3.1 Quels sont leurs points communs?

Cet exemple a été choisi car il se rapproche du jugement en gymnastique sur de nombreux points. Tout d'abord, ces deux évaluations aboutissent à une attribution de note par rapport à un modèle de référence.

Ce modèle a été décomposé par Noizet et Caverni (1978) (in Weil-Barais, 1993). Il serait constitué de repères tels que le barème décidé par un professeur, des produits attendus, comme par exemple l'énonciation d'une formule mathématique, ainsi que du produit norme qui peut s'illustrer avec la correction type rédigée par le professeur.

Pour comparer cela au jugement en gymnastique, nous pouvons imaginer que les repères correspondent aux pénalités dictées par le code de pointage, les produits attendus se référeraient aux enchaînements que le juge a déjà pu évaluer, et le produit norme serait un exercice qui mériterait la note maximale.

Il faut également souligner que dans ces deux types d'évaluation, le but est d'attribuer une note selon une échelle de valeur limitée, afin de donner une valeur à la personne, et de la situer par rapport aux autres.

Pour cela, il faut que la notation soit la même entre les juges, on parle alors de fidélité inter-évaluateurs.

Cette notion de fidélité peut montrer son importance dans des examens où tous les sujets ne sont pas évalués par la même personne, mais où leurs notes sont tout de même comparées, comme par exemple pour le concours du CAPEPS<sup>14</sup>.

Mais la fidélité de l'évaluation concerne également le juge lui-même. Il doit attribuer la même note au produit d'un même individu si celui-ci est évalué à différents moments, nous parlons alors de fidélité intra-évaluateur.

---

<sup>14</sup> Certificat d'Aptitude au Professorat d'Education Physique et Sportive

Toutes ces normes et critères ont un objectif premier: rendre les jugements invariants entre les différents juges, ou tout du moins consistants. Or, malgré toutes ces mesures, les évaluations connaissent des variations.

Cette différence inter-évaluateurs à été démontrée par Noizet (1978), (in Weil-Barais, 1993), il a étudié les notes attribuées par les jurys du baccalauréat de 1958 dans l'académie d'Aix-Marseille.

Il en ressort que, pour un même jury, la note d'un même élève peut varier de 10 points sur 20 entre l'examineur le plus sévère, et celui qui l'est le moins.

Mais cette variabilité de l'évaluation n'a pas été soulignée qu'entre des correcteurs différents.

En effet, l'évaluation intra-juge existe également. Elle a été soulignée par De Landsheere (1992), avec les travaux d'Hartog et Rhodes (1935) (in Hotyat, 1968), qui font re-noter par les mêmes professeurs les mêmes copies plus d'une année après la première correction. Les résultats montrent que dans pratiquement la moitié des cas, les notes sont différentes d'une notation à une autre.

Une même personne n'évalue donc pas le même produit de la même façon, les juges ne présentent pas un comportement consistant.

La consistance peut être définie par le fait qu'un individu conserve une position identique, sans contradiction, à différents moments.

Ainsi, lorsque le jugement évolue d'une notation à une autre, cela peut être considéré comme normal. En effet, si les critères restent les mêmes, les juges ne sont pas forcément dans les mêmes conditions, l'évaluation ne se déroule pas au même moment...etc.

Mais cette variation devient véritablement un problème lorsqu'elle n'est plus cohérente, c'est à dire par exemple que les écarts de notes entre les gymnastes n'ont aucune correspondance d'un jugement à un autre, et que le classement de la gymnaste ou de son équipe varie.

Si nos jugements ne sont pas stables, c'est avant tout parce qu'ils sont influencés par de nombreuses sources qui peuvent être sociales, au sens large du terme, situationnelles, ou tout simplement personnelles.

Ces diverses sources provoquent alors des biais de jugement que nous allons développer dans la partie suivante.

### 2.3.2 Les biais de notation dans les sports de production de formes

Lors des Jeux Universitaires de 2009, Leskosek et al (2009), ont cherché à tester la validité et la fiabilité des notations pour les épreuves de gymnastique artistique. Pour cela, ils ont procédé à l'analyse de tous les scores attribués, juge par juge, ainsi que panel par panel.

Les résultats démontrent qu'il existe des biais systématiques, et fréquents, dans les jugements, des juges, mais aussi des jurys. D'après eux, ces biais ont tendance à s'estomper au fur et à mesure de la compétition, mais aussi en fonction de l'agrès.

Plessner et Schallies (2005), ont étudié l'évaluation d'un mouvement spécifique aux anneaux, et ont décelé une variabilité du jugement entre les juges, qui s'explique notamment par le placement du juge, et donc son angle de vision sur le positionnement du gymnaste, ainsi que par le niveau d'expertise des officiels. Ces biais tendent cependant à se réduire au fur et à mesure de la compétition, les critères de notation et les jugements s'ajusteraient au fil de la compétition.

Ces études soulignent donc bien l'existence de biais divers dans la notation gymnique, voire même dans l'ensemble des sports à jugement humain.

Boen, Von Hoye, Vanden Auweele, Feys, et Smits (2008) identifient sept formes de biais détectables dans le jugement des sports tels que la gymnastique artistique.

Il semblerait qu'il existe beaucoup de caractéristiques, propres aux juges, mais aussi aux gymnastes par exemple, susceptibles de jouer un rôle dans la notation.

En effet, la morphologie, mais aussi la réputation des compétitrices, semblent influencer les jugements.

Le premier biais est celui dit de « halo » (Borman 1975 in Landry 2007 ; Moormann 1994). Lorsqu'une personne présente une caractéristique positive, celle-ci a tendance à rendre plus positifs les autres aspects de sa personne, ou à les rendre négatifs, si la caractéristique de départ est négative.

Ainsi, une sportive présentant le physique idéal de la gymnaste, peut amener les juges à penser que sa technique sera correcte par exemple.

L'étude de Morgan et Rotthoff (2010) illustre bien ce problème. Elle démontre que les juges ont tendance à mieux noter l'exécution d'une gymnaste lorsque celle-ci présente de plus grosses difficultés. Ainsi, pour eux, une gymnaste présentant des acrobaties plus difficiles est meilleure qu'une présentant des éléments plus simples, du moins au niveau de l'exécution.

Un autre biais concerne la mémoire, en effet, la notation pourrait être influencée par ce que les juges ont eu à noter précédemment. Plusieurs études se sont penchées sur cette source d'influence (Ste Marie et Lee, 1991).

Dans l'étude de Ste-Marie, et Valiquette (1996), il apparaît que les évaluateurs notent un mouvement différemment s'ils ont déjà eu à évaluer la gymnaste sur le même élément. Cette évaluation dépend de l'exécution lors de la première notation, c'est à dire si l'élément a été réussi ou non.

Ste-Marie (2001 ; 2004), a par la suite confirmé l'effet d'influence de la mémoire à nouveau en gymnastique, ce qui a posé le problème de la présence des juges lors des entraînements avant la compétition, et lors de l'échauffement.

D'autres erreurs peuvent survenir en fonction du club, ou de la nation d'appartenance du juge. Il s'agit du biais de patriotisme (Ansorge et Sheer 1988 ; Whissel, Lyons, Wilkinson et Whissel 1993).

En 2000, dans un travail mené par Popovic, il a été démontré que les juges lors des compétitions internationales, sont influencés par les nationalités des gymnastes. Ils favoriseraient celles possédant la même nationalité qu'eux, et sous notent celles provenant de pays voisins, ou étant en concurrence directe avec les gymnastes de leur pays, c'est ce que nous pouvons appeler " l'effet patriotique ".

D'autres biais ont été démontrés dans d'autres sports à jugement humain, tels que le biais de conformité (Boen, Vanden Auweele, Claes, Feys, De Cuyper 2006 ; Wanderer 1987 ; Scheer, Ansorge, Howard 1983).

Dans une étude portant sur la natation synchronisée, Van den Auweele et al (2004), ont démontré qu'il existait un biais de conformité vis à vis des notes attribuées par les autres

membres du jury, provoquant un ajustement des notes pour être en accord avec les autres juges.

Cette conformité est également soulignée dans l'étude de Boen, Von Hoye, Van den Auweele, Feys et Smits (2008), dans le milieu de la gymnastique. 33 juges étaient répartis dans plusieurs panels, et devaient noter 30 vidéos de saut de cheval, en deux phases, (15 sauts dans chacune de ces phases). Les panels avaient soit un feedback pour chacune des phases, soit aucun feedback, soit un feedback à la première et non à la seconde, soit pas de feedback à la première, mais un à la suivante.

Les résultats soulignent tout d'abord la diminution d'écart de note lorsqu'il y a un feedback, et la présence d'un biais de conformité dans cette situation, mais aussi que lorsque les juges ont eu droit à un feedback en phase 1, le biais de conformité est toujours présent dans la seconde phase pour le groupe feedback en phase 1, pas de feedback en phase 2.

Ces auteurs supposent que le biais de conformité serait induit davantage par la non connaissance de réponse, que par l'influence normative.

Il existe également un " effet de réputation ", démontré en patinage artistique par Findlay et Ste-Marie (2004). Les patineuses possédant une réputation positive, sont mieux notées sur le plan technique, que les sportives non reconnues.

L'avant dernier biais est celui issu du processus de comparaison sociale (Damisch, Mussweiler, Plessner, 2006). Ils ont demandé à 47 juges masculins certifiés, de noter deux passages au saut de cheval. Les sauts réalisés étaient les mêmes, mais les gymnastes étaient différents. Les scores obtenus démontrent que la note d'un gymnaste est significativement influencée par la qualité d'exécution du gymnaste précédent. Ainsi, un gymnaste avec un saut moyen sera plus sévèrement évalué s'il passe après un saut de bonne qualité, et inversement, la notation sera plus avantageuse s'il est précédé d'un mauvais saut.

Cette étude peut expliquer le choix des entraîneurs lorsqu'ils attribuent les ordres de passage, ces stratégies semblent trouver ici une validation scientifique en ce qui concerne les concours par équipe.



Faire passer les gymnastes les plus faibles au départ, leur évite d'être plus sévèrement sanctionnées que si elles devaient se présenter après des sportives plus correctes sur le plan technique.

Cependant, la notation ne semble pas être uniquement influencée par la mémorisation des mouvements, ainsi que la nationalité, la réputation, ou la recherche d'une certaine conformité, mais aussi par l'ordre de passage, comme l'ont démontré Ansorge et Scheer (1978).

C'est ce biais en particulier qui va nous intéresser tout au long de notre étude.

- Le biais d'ordre de passage

La présence d'une différence de notation en fonction de l'ordre de passage des gymnastes, au sein d'une même équipe, a été soulignée par Ansorge et Scheer (1978).

Pour leur étude, ils ont créé deux versions d'une même compétition. La première version correspondait à l'ordre initial de compétition, tandis que dans la seconde, ils avaient inversé les passages de la première et de la dernière gymnaste.

Les deux compétitions ont été visionnées par les mêmes juges, certifiés au niveau national, avec quarante-huit heures d'écart.

Il en ressort qu'une gymnaste passant en dernière position possède un avantage de score significatif à sa coéquipière passant en première position.

Une étude du même type a été menée plus récemment par Plessner (1999), pour la gymnastique artistique masculine, et par Moormann (1994), en patinage artistique.

Il a demandé à quarante-huit juges de noter une équipe d'après une vidéo. Sur un premier visionnage, le même athlète apparaissait toujours en première place, puis en dernière position sur la seconde vidéo, et le gymnaste passant en dernier sur la première vidéo se présentait en premier sur la seconde.

Cette étude montre que les juges favorisent les sportifs évoluant en dernière position sur les agrès dits rapides, (barre fixe, saut de cheval, cheval d'arçons), mais que l'ordre de passage n'a aucune influence sur la notation aux agrès " lents ", (sol, barres parallèles, anneaux).

Nous pouvons alors nous demander s'il n'existerait pas un paradoxe entre ces travaux et ceux de Damish, vus précédemment, c'est pourquoi les auteurs se sont également intéressés à son origine.

Ces biais cognitifs peuvent être dus à la présence de structures organisant la pensée appelés schémas, que nous allons développer dans la partie suivante.

Scheer et Ansorge (1978), puis Plessner (1999), se sont d'ailleurs appuyés sur la structure de ces schémas afin d'expliquer l'existence d'une influence de la notation par l'ordre de passage.

### **3- LES SCHEMAS**

Issu du grec « *skhêma* », signifiant « figure », les schémas sont des « *représentations réduites aux traits essentiels d'expériences passées ou d'abstraction* » Godefroid (in Paulhan et Bourgeois, 1995, p.975).

Mais avant d'aboutir à une telle définition, la théorie des schémas a été abordée par plusieurs versants de la psychologie tels que la psychologie sociale, ou la psychologie cognitive.

De nos jours, les schémas correspondent aux attentes que les individus possèdent quant à une situation, et qui leurs permettent de constater ce qu'ils s'attendaient à voir, et donc de ne pas tester les hypothèses alternatives.

#### **3.1. Historique**

Développée dans le cadre de la théorie de l'information, la notion de schéma a été créée par Bartlett, dans le livre Remembering (1932) (in Leyens, 1997, p.96), qui la définit comme : “ *une structure générale de connaissance, une représentation en mémoire stable et organisée qui guide le traitement de l'information en facilitant l'économie cognitive* ”.

Les informations sont donc organisées en un réseau permettant de faciliter leur compréhension et leur utilisation.

Il s'est surtout intéressé aux rôles des schémas dans la compréhension des textes et la mémoire des stimuli visuels, les schémas étant contenus dans la mémoire à long terme, de façon inconsciente.

Les schémas permettent alors de faire le lien entre diverses informations, stockées en mémoire, et jusqu'alors inconnues lors notamment de la lecture.

Ils sont considérés comme des entités parfaitement organisées, de façon stable, et construits à partir de l'expérience de chaque personne, entrant en jeu dans la perception et dans l'attention sélective. De cette façon, les schémas vont inconsciemment filtrer les informations puis les traiter.

Cette théorie s'oppose à l'idée selon laquelle les informations sont accumulées dans notre esprit, sans organisation ni structure particulière, et que notre comportement est nouveau dès que nous avons à faire à un stimulus inédit.

Le même constat est fait par Bruner (1957), et par Heider, (1958) (in Tajfel, 2010).

Mais les véritables bases de cette théorie sont fondées dans les années 1970, avec les recherches menées en psychologie expérimentale, sur l'intelligence artificielle mettant en jeu des simulations de processus cognitifs, Minsky (1975) Winograd, (1972) (in Morris, 2001).

Les cognitivistes démontrent que les schémas jouent un rôle dans la mémoire des individus. En effet, face à un événement, la mémoire va se référer aux structures préconstruites pour déterminer ou non la pertinence de l'information à laquelle elle fait face.

Les schémas ont ensuite été repris par la psychologie sociale, en particulier par Fiske et Taylor (1991, p.44), qui en ont donné une nouvelle définition : “ *Un schéma est une structure cognitive qui représente la connaissance relative à un concept ou un type de stimulation, et qui inclut les attributs de ce concept ainsi que les relations entre ces attributs* ”.

Cette définition fait apparaître le côté Gestaltiste de cette théorie: le tout est plus que la somme de ses parties. Ainsi les relations entre les informations sont aussi importantes que les informations elles-mêmes.

Les schémas sont donc des formes que nous élaborons pour organiser des informations portant sur des événements, une personne, ou un objet par exemple, et qui permettent de savoir comment nous sélectionnons ces mêmes informations. Il s'agit d'une organisation cognitive qui permet d'organiser la pensée et l'expérience humaine.

Par conséquent, ils rendent possible l'établissement de relations stables entre les informations de base ; ils influent ainsi sur notre perception ainsi que sur notre interprétation

des informations, et sur notre conduite, comme le souligne Thorndike (1920): « *les schémas guident la reconnaissance et la compréhension d'exemplaires nouveaux grâce aux attentes qu'ils suscitent à propos d'événements susceptibles de se produire* ».

Norman (1982), insiste également sur cette influence de l'interprétation des informations. Selon lui, les schémas « *nous autorisent de prédire ce qui se déroulera dans une nouvelle situation* » (in Matlin, 2001, p.335)

Ils dépendent en partie de nos expériences stockées en mémoire, et ne sont pas figés dans le temps. Même s'il est difficile de les modifier, ils peuvent évoluer en fonction des événements auxquels nous sommes confrontés.

Les schémas agissent au niveau de notre attention. Ils servent de filtre aux différentes informations, et ne laissent passer que celles qui sont pertinentes. Elles sont alors plus facilement encodées, intégrées, et stockées en mémoire. Au contraire, celles qui sont atypiques sont éliminées.

Ils nous permettent donc de sélectionner les informations que nous considérons comme pertinentes, et induisent ensuite leur catégorisation.

Toutefois dans la théorie des schémas, la catégorisation est obligatoire, celle-ci se fait alors sur le modèle d'une structure comprenant diverses informations ainsi que les relations entre elles. Ces schémas, surtout s'ils sont facilement accessibles, provoquent alors la catégorisation des informations cibles d'une catégorie.

Pour des auteurs comme Brewer (1998), Fiske et Neberg (1990), la catégorisation se réalise sans que nous n'en soyons conscients. Nous encodons un stimulus selon par exemple, le genre, ce qui a pour effet presque automatique d'activer la catégorie correspondante. Dès lors, les connaissances sur ce groupe, ou plutôt les schémas, sont également activés. Ces schémas contiennent non seulement des informations représentatives de la catégorie, mais aussi les liens qui peuvent exister entre elles.

Grâce à ce schéma de connaissances, nous pouvons prendre une décision rapide.

### 3.2 Schémas et mémoire

Si les schémas agissent sur notre perception ainsi que sur la catégorisation et l'encodage des informations perçues, ils ont également un rôle important dans leur stockage en mémoire et leur rappel.

Selon Fiske et Taylor (1991), (in Aroyle, 2000, p.191): « *Lorsqu'un schéma particulier est activé, le souvenir d'une information conforme avec un tel schéma est meilleur que lorsque l'information est soit non conforme, soit inappropriée à la structure activée* ».

De cette façon, nous retenons mieux les informations qui sont en accord avec notre schéma, celles qui n'y correspondent pas sont moins bien mémorisées.

Il en est de même lors de l'activation des schémas. Si la situation présente ressemble aux informations contenues dans le schéma, les faits conservés en mémoire vont être activés.

Par contre, si la situation n'est pas conforme au schéma, les souvenirs seront moins bien rappelés.

Ce rappel des informations conformes au schéma peut s'illustrer par l'étude de Cohen (1981)<sup>15</sup> (in Leyens, 1997), où il démontre que les sujets s'attachent davantage aux éléments pouvant illustrer l'emploi supposé du personnage présenté, plutôt qu'à d'autres éléments sans lien avec cette profession.

Mais si nos schémas sont tous tributaires de notre mémoire, de nos expériences. Il faut souligner qu'il existe aussi plusieurs catégories de schémas.

### 3.3 Les différents types de schémas

Nous avons à notre disposition plusieurs modèles de schémas, tous indépendants les uns des autres.

Il s'agit du schéma de soi, du schéma selon la personne, du schéma d'évènement, du schéma de relation, et de celui de rôle,

---

<sup>15</sup> Une femme était présentée en tant que serveuse ou que bibliothécaire à des sujets, lesquels devaient ensuite dire quels objets étaient présents dans la pièce où se trouvait cette femme. Les résultats démontrent que les objets cités, sont ceux en relation avec la profession annoncée, c'est-à-dire par exemple un livre lorsque la femme est présentée comme bibliothécaire, et une bouteille de vin lorsqu'elle est censée être serveuse.

Les schémas de soi, qui concernent « *toute la connaissance qu'un individu a de lui-même* » Markus (1977, in Gosling, 1996, p.9), découlent des expériences du passé, orientent et organisent le traitement de l'information relative à soi-même. Il s'agit par exemple des concepts que nous utilisons pour nous définir.

Les schémas selon la personne, ou encore selon les traits de personnalité: les personnes ont des théories implicites de la personnalité. Ainsi, lorsqu'ils décèlent un trait de personnalité particulier chez un sujet, ils lui attribuent d'autres traits censés être liés (Rosenberg et Sedak, 1972). Par exemple, si une personne rencontre quelqu'un lui paraissant extraverti, elle lui attribuera également les qualités de sympathique, amical, ou encore bavard par exemple.

La représentation obtenue de cette personne permet de prédire certains comportements, et d'aider à communiquer avec les personnes, ou bien de les juger, les évaluer...etc.

Les schémas d'évènements: également appelés scripts ou scénarii.

L'utilisation de ce schéma fait apparaître des représentations propres à une situation: un lieu, des personnages, des rôles, ainsi que des comportements. Si nous prenons l'exemple « aller au restaurant », les représentations d'une salle propre et agréable, ou encore d'une équipe de service, peuvent venir à l'esprit.

Les schémas de relation se rapportent aux attentes qu'un individu peut avoir sur la façon dont il va interagir avec les autres, et ce dans différents types de relations. Ces schémas tendent à être plus caractéristiques et personnels que les autres schémas.

Ils ont été notamment étudiés par Baldwin (1992), et Horowitz (1988).

Les schémas de rôle font référence au comportement que nous attendons d'une personne en fonction du groupe auquel elle appartient, et non en fonction de sa personnalité.

C'est le modèle de schéma qui a été retenu par Scheer et Ansorge (1972), dans leur étude sur le biais d'ordre de passage, c'est pourquoi il nous a paru logique de nous attacher à celui-ci dans notre propre travail, et par conséquent, d'en effectuer une explication plus approfondie.

### 3.4 Les schémas de rôle

Ils correspondent aux informations que nous avons sur les normes de conduite des groupes sociaux, ainsi que les schémas sur ces groupes sociaux eux-mêmes.

Ils ne concernent pas le comportement d'un individu pris en tant que personne, mais beaucoup plus celui qui est attribué à son groupe d'appartenance.

L'étude de Darley et Gross (1983) (in Yzerbit, 1996), donne bien l'exemple de l'utilisation de schémas de rôles, à travers la catégorisation d'enfant induite à partir de l'indication de l'appartenance à une certaine catégorie sociale.

Pour replacer cette expérience<sup>16</sup> dans le contexte de notre étude, nous pouvons assimiler pour notre analyse l'enfant provenant d'un milieu défavorisé à une gymnaste passant en première position, et la petite fille issue d'un milieu favorisé à une gymnaste à laquelle la dernière place a été attribuée.<sup>17</sup>

Par conséquent, les schémas de rôles sont très importants dans la perception que nous avons des groupes, ils peuvent provoquer des jugements similaires à ceux obtenus par le biais des stéréotypes. A la différence des stéréotypes qui sont invariants, les schémas peuvent être enrichis et donc évoluer dans le temps.

Néanmoins, même s'ils ne sont pas invariants, les schémas sociaux induisent donc des variations de jugement en gymnastique en fonction des catégories attribuées aux gymnastes selon leur ordre de passage.

Le recours à ces schémas de rôle, et donc la présence du biais d'ordre de passage s'expliquerait par la présence d'un trop grand nombre d'informations à traiter dans un temps limité lorsqu'il faut effectuer la notation. Il serait peut être une conséquence de la recherche d'économie cognitive.

---

<sup>16</sup> Dans cette étude, Darley et Gross présentait Anna comme étant originaire d'un milieu défavorisé à un premier groupe, et comme étant issue d'un milieu aisée au second groupe. Les individus des différents groupes devaient alors dire s'ils pensaient qu'Anna avait ou non de bons résultats scolaires. Il en ressort que lorsque l'enfant appartient au milieu défavorisé, elle est perçue comme ayant des difficultés scolaires, et quand elle appartient à un milieu social plus élevé, les sujets estiment qu'elle doit être bonne élève.

<sup>17</sup> Cette catégorisation des gymnastes a tout d'abord été induite par les entraîneurs qui choisissaient systématiquement de faire passer la gymnaste la plus faible en première position afin d'éviter le biais de contraste. Petit à petit les juges se sont habitués à ce que les gymnastes soient présentées dans cet ordre.

Or, ces deux facteurs peuvent également être considérés comme des sources de stress chez les juges, il en existe d'ailleurs d'autres, nous avons choisi de les présenter dans la partie suivante.

#### **4. LES SOURCES DE STRESS DANS LE JUGEMENT EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE**

Les études portant sur l'identification des sources de stress sont nombreuses. Ainsi, Holmes et Rahe (1967), avaient rassemblé 43 événements dans une échelle de stress. Ils concernaient par exemple la mort d'un proche, ou une période de chômage par exemple. Si cette échelle donnait bien la quantité de stress causée par cet événement, elle n'en donnait pas la signification.

En effet, celle-ci semble primordiale, car comme l'a souligné Lazarus, (1984), le stress n'est pas toujours négatif.

Toujours d'après Lazarus, il existerait trois types de stress:

Un stress causé par le tort ou la perte

Celui provoqué par la menace

Le stress induit par les épreuves

La cause de stress, autrement dit le stresseur, a une grande influence sur la nature du stress ressenti. C'est pourquoi depuis les années 80, plusieurs études ont été menées sur les sources de stress chez les sportifs (Scanlan, Stein, Ravizza ; 1991), (Anshel et Weinberg ; 1995).

Thomas et al (1987), a ainsi déterminé 5 sources potentielles de stress :

La relation d'assujettissement, c'est-à-dire la forte dépendance et l'obligation de réussite qui s'instaurent entre le sportif et son environnement (sa famille, ses dirigeants). Il s'agit également de la relation entre un entraîneur et le sportif, où ce dernier se voit relégué à l'état d'objet.



L'impératif de réussite. Le compétiteur doit chercher à gagner, à être le meilleur, afin de légitimer sa pratique.

Le public ainsi que les médias, et leurs comportements en cas de réussite ou d'échec.

Les diverses frustrations, qu'elles soient affectives, familiales, alimentaires... Le sportif, surtout à haut niveau se doit d'adopter un mode de vie particulier.

Les blessures : Thomas (1991, in Thomas 2004), démontre que les blessures antérieures ont une influence sur le stress, notamment précompétitif.

Cette classification nous donne un aperçu des stresseurs potentiels auxquels peut être confronté le sportif, mais aussi l'officiel prenant part au match, tel que l'arbitre de football par exemple. Cependant, pour le juge en gymnastique, nous pouvons imaginer que le risque de blessure reste moindre.

Il faut alors souligner qu'au contraire des sports collectifs, peu d'études se sont intéressées au stress et ses sources chez les arbitres et officiels en sports individuels.

La majorité de ces recherches portent sur les arbitres de sports collectifs, et concernent des officiels masculins, notamment en football, Taylor et Daniels (1987), Weinberg et Richardson (1990), Louvet et al (2007), Voight (2009), en basket ball, Kaissidis et Anshel (1993), Anshel et Weinberg (1995), et en volley, Goldsmith et Williams (1992).

Ces études ont été effectuées à l'aide du même questionnaire, et ont classé les sources de stress en différentes catégories, que nous allons développer ci-dessous.

Mêmes si les disciplines sportives sont différentes, ces travaux révèlent que les catégories de sources de stress majoritaires sont les mêmes pour les arbitres des différentes disciplines, c'est à dire: les conflits entre la vie familiale et l'arbitrage, les conflits entre la vie professionnelle et l'arbitrage, la crainte de faire une erreur, sans oublier le rôle des pressions exercées par les clubs, les fédérations, et les conséquences qu'elles peuvent avoir.

En ce qui concerne les sources de stress majoritairement citées, il s'agit des agressions verbales, de la peur d'agression physique, du conflit entre pairs, du conflit de rôle, et de la pression du jeu.

Mais ces études concernent des sports collectifs, nous avons donc cherché à savoir si de telles recherches avaient été menées dans un domaine plus proche de notre sujet d'étude.

Une seule étude a été menée dans ce domaine.

Duda. J.L., Brown, Borysowicz. M.A., St Germaine. K. (1996), se sont intéressés aux sources de stress inhérentes au jugement en gymnastique artistique féminine.

Cette recherche concernait des juges de plusieurs niveaux, officiant pour la fédération des Etats-Unis d'Amérique, et a permis de faire ressortir sept catégories de stressseurs potentiels présentés ci-dessous dans l'ordre des facteurs des plus au moins stressants :

- Les difficultés liées à l'organisation de la compétition, (matériel inadapté, longue attente, erreur d'enregistrement de notes, problèmes d'organisation, entraîneurs pas prêts...).
- Les conflits et désaccords avec les autres juges, (désaccord avec des juges plus expérimentés, juges de niveau plus élevé qui rabaisent, ou stressent les autres, politique de jugement et comportement des autres juges...).
- Réglementation et normes de jugement, (apprentissage du nouveau code, port d'uniforme...).
- Les difficultés d'ordre général rencontrées en tant que juge, (changement de dernière minute, agrès à juger, durée de la compétition).
- Les peurs associées au jugement, (sensation de manque d'expérience, faible confiance en soi, mauvaise préparation...).
- Le voyage, (trajet, logement, cohabitation, restauration...).
- Les maux physiques, (fatigue, décalage horaire, pauses ou non entre les tours...).
- Divers, (éléments réalisés mais non maîtrisés, être un homme dans un milieu féminin...)

Ces travaux ont donc permis de souligner quelles étaient les catégories et les sources de stress présentes chez les juges de gymnastique artistique féminine. Néanmoins, ils font également ressortir que les juges ont des difficultés à identifier les éléments qui contribuent à leur sensation de stress.

De plus, cette étude ayant été menée dans un pays différent, lors de l'utilisation d'un ancien code de pointage, et du mode de jugement précédent, nous pouvons nous demander si les

sources de stress sont les mêmes pour les juges francophones, avec le nouveau système de notation.

Le jugement en gymnastique artistique peut donc être ressenti comme étant une situation stressante par les juges.

Le stress revêt une importance particulière dans le jugement, car en situation de stress : « *ce sont surtout les capacités d'attention et de traitement de l'information qui sont concernées* », Larue (1995, in Paulhan 1998).

Afin de comprendre par quels processus, nous allons nous intéresser au concept même du stress, et aux manières d'y faire face.

# **CHAPITRE 2**

## **Stress et coping**

## 1-LE STRESS

Le stress est communément défini comme : « *une tension, perturbation physique ou psychologique due à des agents agresseurs variés comme le conflit, le froid, ou l'échec* » (Larousse).

Ce terme renvoie donc à de nombreux effets aussi bien physiques que psychiques, liés à une situation considérée comme désagréable par une personne.

Dans le cadre scientifique, lorsque nous parlons de stress, notre discours peut se rapporter à de nombreux champs d'étude de la psychologie tels que la psychologie du sport, celle du travail ou encore la psychologie de l'enfant, mais aussi au champ de la physiologie par exemple.

Cet emploi pluridisciplinaire démontre que la notion de stress est bien plus complexe qu'elle n'y paraît.

La plupart de ces définitions scientifiques sont à rattacher aux champs d'étude concernés, et leurs effets sont vastes, et pour certains encore méconnus.

Cette difficulté de définition se retrouve dès le début de l'utilisation du mot stress.

### 1.1 L'histoire d'un terme

Le terme stress est issu du latin “ *stringere* ” et “ *stressus* ”, signifiant respectivement mettre en tension et serré.

En Angleterre, au 17<sup>e</sup> siècle, “ stress ” était utilisé dans le sens de malheur, difficulté, adversité, affliction, puis est devenu un terme d'ingénierie pour l'étude des gaz et de l'élasticité des ressorts (Boyle. R. Hooke. R. 1659 in Paulhan 2008).

Tandis qu'en vieux français, stress avait alors pour définition étroitesse et oppression, ou encore contrainte, force qui s'exerce sur quelque chose.

Au XIX<sup>e</sup> siècle, le Baron Cauchy utilise ce mot pour la physique des corps solides.

Pour les disciplines scientifiques, la signification de “ stress ” est alors pression, tension, mais au sens physique du terme.

Cette conception physique a peu à peu évolué, avant de revêtir une signification médicale.

Au XIXe siècle, le “ stress ” apparaît toujours comme une idée de tension, mais cette fois-ci conséquence de différents maux, physiques ou mentaux, provoquant une mauvaise santé.

Il faut attendre le siècle suivant pour que ce terme corresponde également à un concept psychologique.

C'est également au cours du XXe siècle que “ stress ” est traduit en français.

Il signifie alors étreindre, entourer, étouffer, opprimer, angoisser, rendre anxieux, mettre en situation de détresse.

Cependant, les définitions, ainsi que les champs d'étude sont nombreux ( médecine, physique, psychologie..). Cet emploi polysémique amène Kasl. S.V. (1983), à demander l'abandon du terme. C'est la période de crise de la recherche sur le stress.

Les définitions de Mason (1975) démontrent bien la largesse du terme. En effet, il considère le stress comme lié à un événement externe, ou bien comme un événement interne à l'organisme, mais aussi comme une transaction entre une personne et son environnement.

### 1.2 Le stress : une conception externe

Selon cette conception, le stress est considéré comme étant une cause de mal être, et plus particulièrement de maladies psychiques et somatiques pour la médecine.

D'après cette théorie, la relation entre le stress et le comportement de l'individu est un modèle basique, de type stimulus réponse, comme le montre Rivolier (1989).

Cependant, si le stress est lié à une cause extérieure, il semble alors essentiel d'effectuer une classification de ces différentes causes afin de mieux cerner les conséquences qu'elles peuvent entraîner.

C'est ainsi qu'en 1977, Lazarus et Cohen, distinguent trois catégories, en fonction de la gravité des stressseurs. La première catégorie, présentant les troubles les plus importants est celle des changements majeurs,

Il s'agit ici d'évènements affectant plusieurs personnes, de façon très intense, comme par exemple lors d'un séisme ou d'une inondation.

La seconde catégorie est celle des changements majeurs affectant une ou plusieurs personnes, nous pouvons penser ici à un divorce.

Enfin, le troisième et dernier niveau correspond à celui des problèmes quotidiens, tels un rendez vous chez le dentiste.

D'autres classifications se sont intéressées, non pas à la gravité ou à la puissance du stress, mais à sa durée, telle que la typologie de l'Institut de Médecine sur le Stress et la Santé Humaine, (Elliot et Eisdorfer 1982), qui fait ressortir quatre catégories:

Les stress aigus et limités dans le temps, qui pourraient nous faire penser à un malade qui attend les résultats d'un examen médical important.

Une série d'évènements dans une période de temps donné, tel que la perte d'un emploi et les conséquences de cette perte.

Les stressseurs chroniques intermittents. Pour illustrer cette catégorie nous pouvons penser à des étudiants passant leurs examens sur plusieurs semaines.

Les stressseurs chroniques, qui sont ceux avec lesquels l'individu doit vivre tous les jours, comme par exemple un handicap.

Cependant, si ce modèle prend bien en compte les différentes natures des stressseurs, la notion de stress est bien plus complexe qu'une simple relation stimulus/réponse.

De plus, dans cette conception, la réaction de l'individu n'est pas abordée, nous nous attachons uniquement aux causes de ce stress, et à la nature même de ce qui le provoque.

### 1.3 Le stress : une conception interne

Si le stress était identifié comme une source de maladie dans la conception externe, dans le concept interne il s'agit cette fois-ci d'une conséquence, une réponse à une agression.

Selye, physiologiste canadien, est l'un des chercheurs qui a contribué à développer cette opinion et, à ce titre, peut être considéré comme le père fondateur de la conception actuelle du stress.

En effet, suite à ses premières études menées sur des rats en 1956, il lui apparaît que dans une situation d'exposition à différents agents stresseurs, la réponse physiologique est constante. Au cours de ses expériences, il injecte des extraits d'hormones ovariens à ces animaux et remarque des dégradations physiologiques systématiques. Ces dernières perdurent malgré la diversification des agents stresseurs, c'est dire des injections de formol, du froid, des brûlures....

Il parle alors de syndrome général d'adaptation

- Le syndrome général d'adaptation (SGA)

Selon Selye, le corps réagit à une agression externe, correspondant à des stresseurs, qui peuvent être de diverses natures : *“ Les stresseurs ne sont pas exclusivement physiques dans leur nature. Les émotions, amour, haine, joie, colère, compétition et peur, aussi bien que les pensées, induisent aussi les changements caractéristiques du syndrome de stress. ”*, Selye., 1982 (p.11).

Cette réaction se fait en trois séquences :

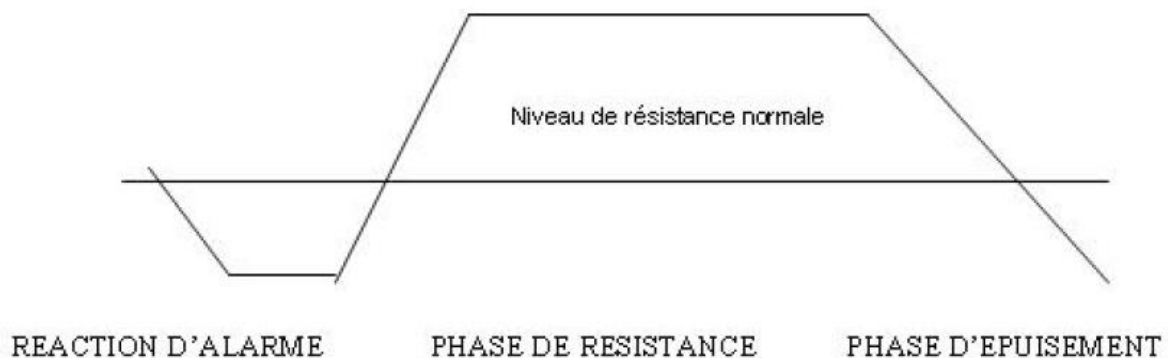
La réaction d'alarme : il s'agit de la phase initiale, aigüe et brève, qui permet au corps de se préparer à l'agression par des réactions physiques et hormonales. Elle a un but de survie. Les capacités de défense connaissent alors une légère diminution, puis les réactions de faire face de l'organisme se mettent en place, si ces réactions sont insuffisantes, le sujet se conduit vers la mort.

La phase de résistance ou phase d'adaptation : le corps développe de nouvelles ressources pour faire face au stress, afin de trouver un nouvel équilibre. Il s'agit ici d'une période de compensation où les mécanismes de défense entrent en action.



La phase d'épuisement ou phase de décompensation : elle a lieu si l'agression se poursuit, ou si d'autres agents agresseurs s'ajoutent. Le corps n'a alors plus les réserves d'énergie nécessaires pour faire face, les mécanismes de défense finissent alors par céder, le sujet tombe malade, on parle alors de troubles de l'adaptation, ou même aujourd'hui de burnout<sup>18</sup>.

### **Figure 1: Le syndrome général d'adaptation**



Au début de ses recherches, Selye aborde uniquement le côté biologique du stress, c'est à dire que celui-ci serait un simple déséquilibre physiologique.

Il est alors influencé par le modèle de l'homéostasie, ce qui l'amène à définir le stress en 1956 comme : «*un état se traduisant par un syndrome spécifique correspondant à tous les changements non spécifiques ainsi induits dans un système biologique*».

Par ailleurs, ces changements peuvent être dangereux pour l'organisme, tout comme ils peuvent lui être bénéfiques. En effet, il s'aperçoit que si certains stimuli sont désagréables, d'autres peuvent être ressentis comme étant agréables.

Selye est alors amené à différencier le bon stress, l'« eustress », les stimuli agréables, du mauvais, le « distress », les stimuli désagréables.

<sup>18</sup> En 1980, Freudenberger utilise ce terme pour faire référence à un syndrome d'épuisement professionnel, consécutif à un stress psychologique et émotionnel permanent et prolongé.

Par la suite, au cours d'autres études, Selye va constater que le stress n'est pas uniquement une conséquence biologique et le considère alors comme : “ *une réponse non spécifique de l'organisme à une demande qui lui est faite* ”, Selye. H. 1983 (p. 165).

Ce qui va entraîner les études sur les aspects psychologiques de ce dernier.

Selye n'est pas le premier à s'intéresser aux aspects psychologiques du stress, ceux-ci sont surtout abordés au XXe siècle, notamment par Freud, mais le terme employé en majorité est l'anxiété, ce qui va contribuer à la confusion et la difficulté de définition du mot "stress".

Cette théorie peut être considérée comme behavioriste, puisqu'elle s'attache en particulier aux stimuli, et sur ce qui est observable dans le processus de stress, telles que les réactions biologiques par exemple.

Cependant, s'intéresser à l'aspect cognitif semble également important pour mieux comprendre la notion de stress. Ce dernier a été étudié sous cet angle notamment dans la théorie transactionnelle du stress.

### 1.4 Théorie transactionnelle du stress

Comme son nom l'indique, cette théorie part du principe que le stress s'établit dans les transactions entre l'individu et son environnement, c'est la base de la plupart des recherches actuelles menées sur le stress.

Il s'agit ici d'une théorie cognitive, et non plus behavioriste, le stress résultant d'une confrontation entre la perception d'une situation, et les moyens que nous pensons posséder pour la surmonter. L'intérêt se porte alors sur les opérations cognitives mises en place lorsqu'un individu est confronté à une situation qui lui paraît stressante.

L'intensité du stress ne dépend donc plus de l'intensité du stressor, mais de l'évaluation que nous faisons d'une situation.

Cette idée est développée tout d'abord dans le domaine de la psychologie de la santé, et s'attache non plus aux stressors, et à leur identification, mais au stress perçu par les individus, et comment celui-ci est modulé grâce par exemple, au soutien social.

Mc Grath a été l'un des premiers chercheurs à travailler sur ce sujet.

### 1.5 Le processus de stress de Mc Grath (1970)

Selon Mc Grath, «*il existe un risque de stress lorsqu'une situation est perçue comme étant un défi susceptible de dépasser les capacités et les ressources de l'individu, surtout s'il existe un décalage important entre la contribution personnelle nécessaire et les avantages que l'on compte en retirer.*» (1976, in Stellman, 2002, p.5.17).

La gravité du stress serait donc le résultat de l'écart existant entre l'effort et la récompense qu'il peut entraîner.

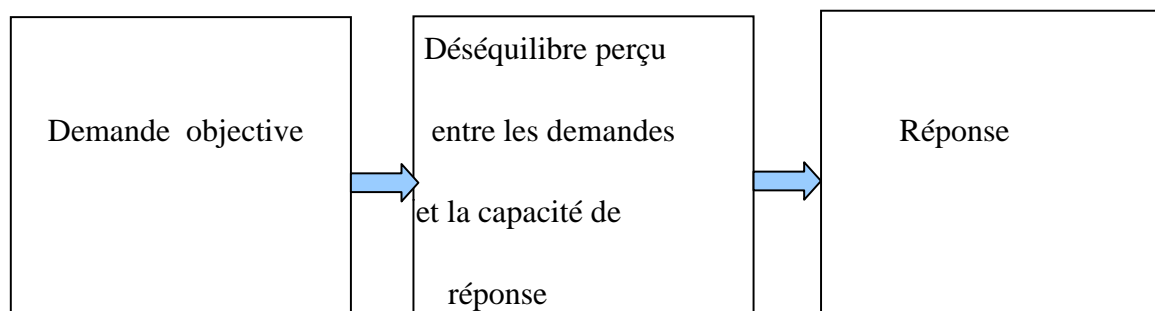
Pour lui, le stress peut être étudié comme un processus socio-psychologique, si les quatre évènements suivants sont pris en compte :

- L'environnement physique ou social : c'est lui qui va provoquer des demandes objectives.
- La perception de la demande et sa reconnaissance cognitive : quels sont les moyens dont le sujet dispose pour y répondre ? A-t-il déjà été confronté à une telle situation, si oui, comment avait-il procédé ?
- La réponse à la demande perçue.
- La conséquence de cette réponse.

Mc Grath qualifie le stress de processus afin de montrer son caractère évolutif.

Le stress résulterait donc du déséquilibre existant entre la demande perçue et la capacité, elle aussi perçue, de réponse, et serait renforcé, positivement, ou négativement, selon les expériences déjà vécues.

**Figure 2: Le processus de stress de Mc Grath**



Mais le stress apparaît être plus complexe que ce qui est décrit dans ce modèle, ce dernier va donc évoluer au début des années 1980 avec Lazarus et Folkman (1984).

Ils reprennent l'idée selon laquelle la perception du stress serait issue de la relation entre la personne et l'environnement, en considérant que cette relation serait perpétuellement changeante.

Ils prennent alors en compte les caractéristiques individuelles des sujets autant que les demandes environnementales, constamment changeantes. C'est la relation entre elles qui détermine la perception du stress.

Cette transaction est alors modulée par deux éléments: l'évaluation cognitive et le coping.

L'évaluation cognitive, est l'opération grâce à laquelle un individu peut se demander en quoi la situation dans laquelle il se trouve peut lui sembler stressante, et le cas échéant, à quel degré.

Par conséquent, elle regroupe tous les processus cognitifs intervenants entre la rencontre de la situation pouvant être stressante, et les réactions et facteurs qui vont affecter cette médiation.

Pour cela, l'évaluation cognitive se déroule en deux étapes: une évaluation primaire et une évaluation secondaire.

Au contraire de ce que leur dénomination peut laisser à penser, il n'y a pas une évaluation plus importante qu'une autre, et elles ne se déroulent pas dans un ordre précis.

L'évaluation primaire correspond à la signification que la situation a pour l'individu. Elle peut être de cinq ordres : bénigne, positive, provoquant dommage et/ou perte, menaçante, ou une situation de challenge.

L'évaluation secondaire se rapporte aux réactions que nous devons avoir lorsque nous nous sentons menacés. Il s'agit ici de la représentation que l'individu se fait de ses capacités de réaction.

Cette théorie prend donc en compte tous les éléments constitutifs d'une situation de stress lors d'un jugement en gymnastique artistique, c'est-à-dire, l'environnement, qui peut varier, ainsi que les dispositions personnelles du juge. Ce sont les raisons qui nous ont poussés à choisir ce cas précis afin de mener notre étude.

Cette dernière va également aborder le sujet du coping, c'est-à-dire la manière dont les sujets font face au stress, et qui est également un élément essentiel de cette théorie transactionnelle du stress.

En effet, lorsque nous sommes confrontés à une situation stressante, nous ne restons généralement pas passifs face à celle-ci. Nous mettons en œuvre divers moyens d'action afin de rendre la situation plus supportable.

Les stratégies de coping correspondent à ces moyens, et impliquent donc l'existence d'une situation problématique pour le sujet, et l'adoption d'un comportement, ou la mise en place d'une réponse à cette situation. Ces derniers peuvent être différents, comme nous allons le montrer dans la partie suivante.

### **2-LE COPING**

Le concept de coping est développé en 1978 par Lazarus et Launier.

Tous deux l'ont défini comme: «*L'ensemble des processus qu'un individu interpose entre lui et l'évènement perçu comme menaçant, pour maîtriser, tolérer, ou diminuer l'impact de celui-ci sur son bien être physique et psychologique* » (in Paulhan, 1995)

L'intérêt se porte alors non pas sur les réactions au stress, mais sur les agissements pour gérer la situation.

Ces processus sont donc actifs, et peuvent être de deux natures, soit des formes « *cognitivo affectives* », soit « *comportementales* », Steptor (1991), (in Paulhan, 1995). Il peut donc s'agir d'actes, tout comme de pensées.

Les études menées sur ce sujet cherchent donc à expliquer comment un individu va se comporter dans une situation qui lui est stressante, mais aussi pourquoi les réponses au stress ne sont pas les mêmes pour chaque individu, voire pour une même personne.

Ces travaux ayant été très nombreux depuis la création du concept de coping, il nous paraît essentiel de s'intéresser à son histoire et à son évolution.

### 2.1 Etymologie

Ce terme est tiré de l'anglais « to cope », signifiant affronter, faire face, mais désigne également une longue cape, un vêtement ecclésiastique, ou fait référence à la maçonnerie, (Oxford English Dictionary).

Les origines en vieux français, avec la racine « écopier », ont quant à elles pour signification « porter un coup ».

Cette idée de combat, est également soulignée par les racines latines: « *colpus* », et « *colaphus* », ainsi que par l'étymologie grecque, « *kolaphos* », signifiant tous trois, coups répétés, assénés notamment avec la main.

Le français moderne l'a traduit en « stratégies d'ajustement », mais le plus souvent le terme anglais de coping lui est préféré, puisque seul ce dernier renvoie une notion de combat actif face à une situation, et donc d'un affrontement conscient.

En 1980, dans un dictionnaire anglais, (l'Oxford English Dictionary), to cope est défini par « gérer avec succès ».

Nous pouvons donc constater que ce terme a beaucoup évolué, suite aux recherches portant sur le sujet.

Ces recherches ont été menées en psychologie, où le coping a connu quatre approches, un modèle animal, une approche portée sur la personne, une fondée sur la situation, et une s'appuyant sur l'approche transactionnelle.

### 2.2 Les différentes approches du coping

#### 2.2.1 Le modèle animal

C'est à partir de ce modèle que le concept de coping a été conçu.

Celui-ci prend uniquement en compte les réponses comportementales, qu'elles soient innées ou acquises, que peuvent avoir les animaux face à une menace.

Elles concernent donc l'évitement, la fuite, ou l'attaque.

Weiss et Laborit (1972), ont étudié ce modèle avec des travaux menés sur des rats, placés dans une cage à deux compartiments. Ils sont séparés en deux groupes. Le premier où ils ont la possibilité d'éviter un choc électrique, grâce à un comportement adapté, et l'autre, où le choc électrique est inévitable.

Il en ressort que les rats ayant la possibilité d'éviter le choc, présentent moins d'ulcères gastriques que ceux du second groupe. Par conséquent, le critère de réussite est ici le contrôle d'une situation, c'est-à-dire réussir à éviter le choc électrique, qui assure la survie.

Cette étude a par la suite été reprise par Laborit (1979), et Dantzer (1989) (in Macaluso, 2008).

Ce modèle ne prend donc pas en compte les stratégies cognitivo affectives, au contraire des trois approches suivantes.

### 2.2.2 Les approches fondées sur la personne

#### 2.2.2.1 La psychologie du Moi

Ce coping trouve ses racines dans les disciplines psycho-analytiques des mécanismes de défense du Moi<sup>19</sup>.

Anna Freud est l'un des auteurs ayant travaillé sur ce sujet, comme son père avant elle.

Pour elle, ces stratégies de faire face (terme utilisé pour désigner le coping à cette époque) sont un ensemble d'opérations cognitives inconscientes qui ont pour but de diminuer ou de supprimer tout ce qui peut susciter de l'anxiété, celle-ci étant issue de conflits internes entre le ça et le surmoi.

Cet ensemble d'opérations aboutit tout d'abord à des symptômes puis par la suite, à des réactions rigides et automatiques comme par exemple le déni, la sublimation, l'introjection, et l'hystérie.

---

<sup>19</sup> Freud développe sa théorie du « Moi » ainsi que celles du « Ca » et du « Surmoi » dans sa seconde topique, en 1923. Ces trois termes représentent les trois instances de la personnalité. Le « Moi » correspond ainsi à la personne dans sa globalité. Il fait référence à la fois à la raison et au narcissisme et est le responsable des mécanismes de défense inconscients. C'est lui qui contrôle les ajustements du sujet dans sa vie sociale, ainsi que ses actions. Il est notamment limité par le « Ca » et le « Surmoi ».  
Le « Ca » est inconscient, il est le lieu d'éclosion des pulsions, tandis que le « Surmoi » est une modification du « Moi » à travers l'intériorisation des interdits sociaux.

Toujours selon Anna Freud, c'est la structure de la personnalité qui détermine les comportements et ces sentiments provoqués par une situation stressante. Cette structure se développe dès l'enfance et est très difficilement modifiable, ce coping ne peut donc pas évoluer dans le temps.

Ces mécanismes de défense ont ensuite été particulièrement étudiés en psychologie de la santé.

Certaines études ont été menées auprès d'individus hospitalisés, Laxenaire (1989), Revidi (1986), Bentz (1980), et Katz (1970).

Au travers de ces travaux, il a été montré que certains mécanismes de défense étaient plus « performants » que d'autres, tels que la dénégation, l'isolation, ou l'intellectualisation.

Dans cette forme de coping, le critère de réussite principal est la qualité du processus défensif, c'est à dire sa souplesse et son degré d'adhésion à la réalité.

Cette adéquation à la réalité a d'ailleurs été classifiée en quatre niveaux de mécanisme de défense par Vaillant (1977).

Il classe ces mécanismes à partir de leur degré de maturité, le niveau un comprenant les mécanismes les plus matures, et le niveau quatre, les plus immatures.

Niveau 1: c'est la catégorie des processus adaptatifs tels que l'humour ou l'altruisme

Niveau 2: il concerne les processus névrotiques: l'intellectualisation, le déplacement, la dissociation.

Niveau 3: le niveau des mécanismes immatures, qui peut être illustré par l'hypocondrie, la projection, ou encore les comportements passifs ou agressifs.

Niveau 4: nous retrouvons ici les mécanismes psychotiques, c'est à dire le déni, la distorsion, ou bien la projection illusionnelle par exemple.

A travers l'explication du fonctionnement de ces mécanismes de défense, et de leur classification, nous pouvons constater que le but de ce coping est de réduire la tension, et non pas de résoudre le problème induisant cette tension. Or, le but d'un coping est avant tout de permettre la résolution d'un problème.



De plus, si ce modèle prend bien en compte les mesures cognitives qu'un individu met en place afin de rendre une situation moins désagréable, il les considère comme étant inconscientes, et envisage le coping comme une caractéristique stable de la personnalité. Or, depuis 1970, plusieurs recherches ont démontré que ce dernier possédait un caractère multidimensionnel et un caractère plastique.

Ce caractère multidimensionnel a été abordé dans une autre conception du coping, celle fondée sur les traits de personnalité.

### 2.2.2.2 Le modèle selon les traits de personnalité

Cette théorie envisage le coping comme un trait de personnalité. Cela signifie que les individus feraient toujours face au stress de la même façon, et ce, selon certaines de leurs caractéristiques telles que l'endurance par exemple (Kobasa 1982).

D'après lui, les personnes endurantes estiment qu'elles peuvent agir sur le problème, et s'engagent davantage dans l'action que les autres, sans se sentir débordées.

Dans cette théorie, l'intérêt se porte donc sur la façon qu'ont les individus de gérer leurs émotions, cette dernière étant fixe et déterminée de la même façon qu'un trait de personnalité, mais le traitement des informations est quant à lui totalement ignoré.

Ainsi, selon cette théorie, une personne agirait toujours de la même façon face à une situation de stress. Or, ce n'est pas le cas, un sujet n'a pas toujours le même comportement quelle que soit la situation.

Des études menées notamment par Lazarus et Cohen (1973), et Folkman et al (1986) démontrent que les mesures de traits sont de faibles prédicteurs de stratégies de coping, car celui-ci est de nature multidimensionnelle. Les individus usent de stratégies très variées, ce qu'une mesure unidimensionnelle ne peut montrer.

Le caractère « plastique » des stratégies de coping a été souligné par Folkman et Lazarus (1988). Ils ont montré que les stratégies employées par les sujets, étaient fonction du contexte situationnel.

Pearlin et Schooler (1978), ont précisé cet emploi de stratégies de différentes natures.

Selon ces auteurs, dans une situation où un événement est ressenti comme incontrôlable, la personne déploiera principalement une stratégie cognitive, et une stratégie comportementale, si elle estime qu'avec un effort elle pourra faire évoluer la situation.

### 2.2.3 L'approche fondée sur la situation

Le contexte situationnel devient primordial dans cette théorie. En effet, c'est lui, grâce à ses caractéristiques, qui induit le coping utilisé.

Mais les études menées sur ce sujet se sont principalement intéressées aux situations extrêmes telles que l'alpinisme par exemple, si bien que ce sont elles qui vont finir par devenir le champ d'étude du coping. Or, le coping n'entre pas uniquement en jeu dans des situations particulièrement dangereuses.

Même si cette théorie a permis de s'intéresser aux variables situationnelles et à leurs rôles dans le choix d'une stratégie de coping, les contextes étudiés sont trop précis pour que l'approche du coping fondée sur la situation puisse servir de « loi générale » dans ce domaine.

Mais au début des années 1980, une nouvelle approche envisage le coping comme un processus multidimensionnel complexe, où l'on tient compte des ressources de l'individu, mais aussi de celles de l'environnement, ainsi que de ses demandes, et de l'influence qu'elles peuvent avoir sur l'évaluation du stress et des ressources pour y faire face.

### 2.2.4 L'approche transactionnelle du coping

Cette théorie est dominante depuis le début des années quatre vingt ; elle est à la base de la majorité des recherches actuelles sur le sujet.

Selon cette approche transactionnelle du coping, la personne, la situation ainsi que le coping, ont une influence les uns sur les autres, dans un processus qui évolue avec le temps.

Cette approche a un caractère systémique, en effet, les réponses de coping évoluent en fonction des résultats de leurs actions sur les situations, et ce, par rapport aux évaluations cognitives.

C'est un processus dynamique avec des boucles de rétroaction, ainsi que des mises à jour.

Selon Lazarus, le coping répond à une situation stressante bien particulière, et ne correspond pas à une caractéristique stable de la personnalité.

Le coping n'est donc pas figé dans le temps, il évolue en fonction des résultats obtenus antérieurement, et s'adapte aux situations inédites.

Rivolier (1989), souligne lui aussi le rôle de l'expérience dans l'évolution des stratégies de coping.

Par conséquent, cette approche est qualifiée de transactionnelle car elle s'intéresse aux échanges entre l'individu, son environnement, mais aussi les processus mis en jeu, comme les évaluations cognitives, et les stratégies de coping.

Si le coping peut varier dans le temps, nous ne pouvons pas le considérer comme un trait de personnalité, mais comme un processus changeant, ce qui implique trois caractéristiques:

Lorsque le coping est évalué, l'intérêt doit se porter sur ce que fait le sujet dans l'instant, et non sur ce qu'il fait généralement.

Il faut toujours prendre en compte le contexte, la situation dans laquelle l'individu agit.

Comme l'implique le terme processus, le coping est évolutif et changeant.

Ces changements ne s'opèrent pas au hasard, mais en fonction des évaluations et réévaluations continues de la relation, elle même changeante, entre la personne et l'environnement.

Ces modifications dépendent donc des efforts de coping menés vers l'individu, de façon à ce qu'il appréhende mieux la situation, soit vers l'environnement. Les changements de cet environnement ne sont d'ailleurs pas toujours dépendants du sujet.

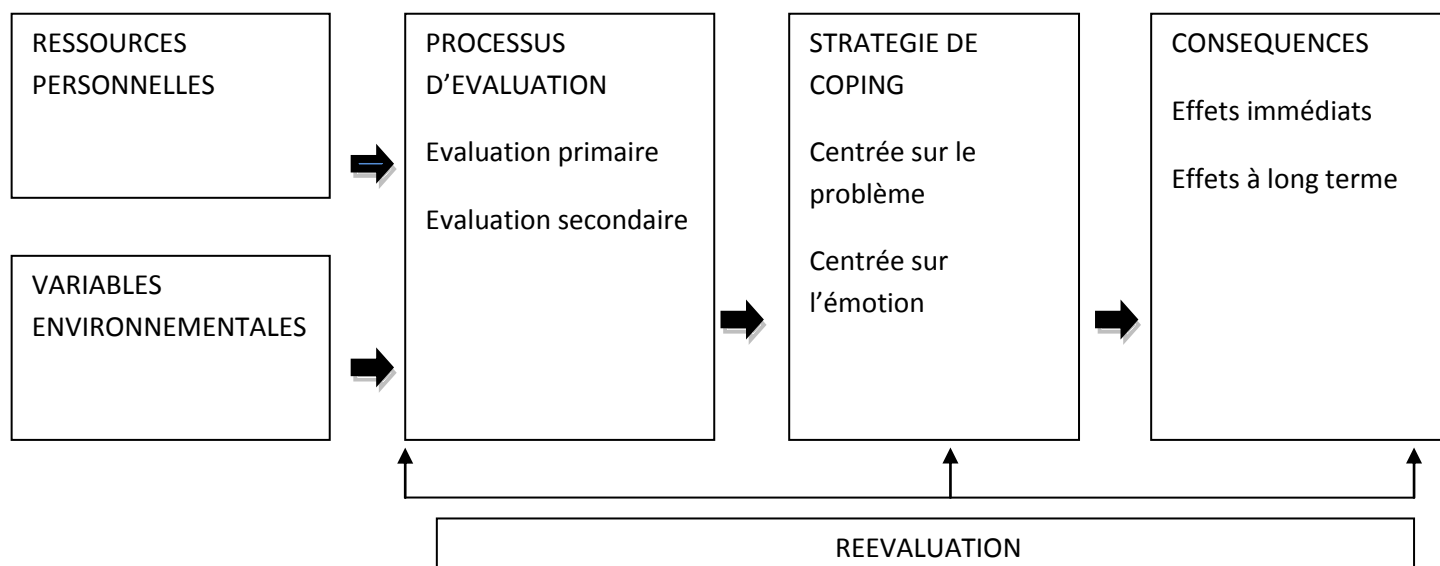
Toutes ces modifications donnent ensuite lieu à des réévaluations qui vont faire émerger de nouveaux efforts de coping.

Ce sont donc ces réévaluations cognitives qui vont faire évoluer le coping, car elles prennent en compte, puis modifient les évaluations de départ.

Le sujet réévaluant ses propres actions, nous sommes amenés à penser que le coping est donc un processus conscient d'après Lazarus et Folkman (1984), « *le coping est une*

*tentative consciente de gestion du stress* ». Le sujet est donc actif et conscient dans la « boucle » entre les évaluations primaires et secondaires.

**Figure 3 : La théorie transactionnelle du coping de Lazarus et Folkman**



Même si, comme nous l'avons auparavant souligné, cette théorie est l'une des plus utilisées, elle n'en a pas pour le moins été critiquée, notamment par De Ridder (1997). Pour lui, il ne s'agit non pas d'une théorie, mais d'un cadre général de référence.

Bruchon-Schweitzer (2002), a également critiqué cette approche transactionnelle, en la qualifiant de trop générale, et schématique.

De plus, le coping serait ici conceptualisé comme une réponse à une situation stressante. Les processus d'évaluation et d'ajustement sont par conséquent mis en valeur, au détriment des autres déterminants de la santé.

Enfin, une autre critique de ce modèle concerne le traitement des facteurs environnementaux et personnels, ils ne seraient pas traités en tant qu'entités distinctes. Cette différenciation se fait dans le modèle intégratif et multifactoriel du coping.

### 2.2.5 Le modèle intégratif et multifactoriel du coping

Selon Moos et Schaefer (1983), ce modèle combine non seulement les facteurs personnels stables, mais aussi les facteurs situationnels changeants, qui entrent en jeu dans le choix et la construction d'une stratégie de coping.

C'est à dire que les caractéristiques personnelles, telles que les données sociodémographiques et les ressources de coping personnelles, sont prises en compte au même niveau que les variables situationnelles, pouvant être illustrées par les stressseurs quotidiens et les ressources sociales.

Ces caractéristiques personnelles sont celles qui influencent les transitions, et les crises auxquelles les individus se retrouvent confrontés au cours de leur existence, c'est pourquoi il semblait important de les mettre au même niveau que les caractéristiques situationnelles.

D'après ce modèle, le bien-être, ainsi que la santé, sont construits directement et indirectement par l'influence de l'évaluation cognitive et du coping. En effet, après chaque étape, un feedback se met en place, renforçant ainsi le stress, ou au contraire, permettant de retrouver le bien-être. Par conséquent, il est possible de dire que l'évaluation cognitive et les réponses de coping ont un rôle central médiateur dans le processus de stress.

Bruchon Schweitzer (2002) a également étudié ce modèle intégratif et multifactoriel du coping, et souligne de nouveau le rôle essentiel des évaluations cognitives et des réponses de coping.

Selon elle, il intègre simultanément les trois types de facteurs ayant une influence sur la santé, c'est à dire: les antécédents environnementaux et sociodémographiques, les antécédents individuels, et les transactions et stratégies d'ajustement.

### 2.3 Les conceptualisations du coping

Les divergences autour de la conceptualisation du coping sont nombreuses, elles insistent notamment sur plusieurs points:

Tout d'abord, il faut souligner la particularité de chaque situation. En effet, les individus ne vont pas employer des actions de coping identiques face à des situations différentes.

De la même façon, tous les sujets ne vont pas réagir de la même manière dans des situations identiques, le choix de ces stratégies sera différent selon les individus.

Sans parler de préférence d'une stratégie de coping par rapport à une autre. Les personnes peuvent en employer des différentes, en fonction, par exemple, de leur état de santé.

Ces divergences proviennent du fait que les recherches sur les stratégies de coping n'utilisent pas toutes les mêmes méthodologies.

Certaines vont avoir recours à l'observation, d'autres aux entretiens dirigés ou semi-dirigés, ou encore aux questionnaires.

Au sein même des questionnaires utilisés, tous n'abordent pas les mêmes aspects du coping.

Le traitement des données ainsi recueillies se fait également sur des techniques statistiques qui peuvent varier, ce qui ne fait que rendre encore plus difficile la comparaison et la mise en commun des résultats obtenus par toutes ces études.

S'il existe un grand nombre de techniques pour étudier les stratégies de coping, ces dernières sont également très nombreuses, ce qui implique une nécessité d'organisation de ces techniques: par exemple, Skinner, Edge, Altman, et Sherwood (2003), ont recensé plus de quatre cent stratégies de coping.

Ces stratégies sont par la suite regroupées selon trois dimensions de coping : le coping centré sur le problème, celui centré sur les émotions, et orienté vers l'évitement.

### 2.3.1 Les différentes dimensions de coping

Plusieurs études ont démontré qu'il existait plusieurs dimensions de coping. Les travaux de Pearlin et Schooler (1978), ont notamment démontré que ces dimensions correspondaient aux fonctions de coping.

Ainsi, une dimension correspondrait à une réponse censée contrôler perceptuellement la signification de la situation et neutraliser son caractère problématique, une réponse pour éliminer ou modifier les sources du problème, et une réponse visant le contrôle des sentiments négatifs.

Billings et Moos (1982), font ressortir deux dimensions: stratégies d'évitement et stratégies d'affrontement. Quant à Lazarus et Folkman (1984), ils ont considéré que les stratégies de coping se classaient en deux catégories: le coping centré sur le problème, et le coping centré sur les émotions. Ils ont construit une échelle permettant de les évaluer, le Ways of Coping Checklist, le WCC.

Ces deux types de stratégies ayant été particulièrement reprises par d'autres auteurs, nous avons choisi de les développer.

### 2.3.2 Le coping centré sur le problème

Les efforts fournis dans le cadre de ce coping, également appelé centré sur la tâche, sont cognitifs et comportementaux. Ils sont mis en place afin de modifier, ou d'agir sur la source de stress, de gérer les demandes situationnelles et de réduire la différence entre une situation courante et un résultat désiré.

Le but recherché ici est donc de résoudre le problème, ce qui se fait en quatre étapes:

1 Définir le problème

2 Trouver une ou plusieurs situations alternatives

3 Evaluer le coût et les bénéfices de la mise en place de cette situation alternative

4 Choisir et agir vers l'environnement, et, ou l'individu lui même pour diminuer la perception néfaste de la situation, et donc le stress ressenti.

Ce type de coping ne peut être utilisé que lorsque l'individu évalue les conditions environnementales comme étant potentiellement modifiables, il comprend des stratégies telles que: la résolution du problème et la recherche d'information, l'esprit combatif, ou l'acceptation de la confrontation, Ray et al (1982, in Paulhan 1995), Lazarus et Folkman (1984). En 2006, Veyssière (in Shankland, 2009) a complété cette liste avec le concept d'endurance, obéissance, effort.

### 2.3.2 Le coping centré sur les émotions

Le but de cette dimension de coping est d'atténuer les émotions négatives provenant de l'évènement stressant.

Il se met en place quand l'évaluation cognitive rend compte de l'impossibilité de mise en place d'une action sur les conditions menaçantes, causant un tort, ou présentant un défi.

Lazarus et Folkman, (1984) lui ont attribué quatre fonctions:

1 Une aide pour contrôler l'activation émotionnelle

2 Diminuer les émotions négatives générées par la source de stress

3 Diminuer la détresse émotionnelle

4 Modifier la perception de l'évènement stressant sans changer la situation objective, ce qui correspond à une forme de réévaluation.

Le coping centré sur les émotions agit donc de façon indirecte sur la situation, en lui donnant une nouvelle signification. Pour l'illustrer, nous pouvons donner l'exemple de quelques stratégies à partir des inventaires effectués par Ray et al (1982), et Lazarus et Folkman (1984): la prise de distance ou minimisation des menaces, la réévaluation positive, l'auto-accusation, la fuite ou évitement, la recherche de soutien social, et la maîtrise de soi. A cette liste Veysière (2006) ajoute l'acceptation de la responsabilité, la compartimentation, le déni, le recours à une protection surnaturelle, ainsi que l'appel à la chance, le recours aux idéaux, et le désir de vivre (repris à Dimsdale, 1974).

### 2.3.4 Le coping orienté vers l'évitement

Certains auteurs estiment qu'une troisième dimension peut venir compléter la classification précédente. Il s'agit du coping orienté vers l'évitement. Il a été particulièrement développé par Endler et Parker (1990), ainsi que Grove et Heard (1997).

Selon eux, ce type de coping comprendrait deux réponses, une centrée sur la personne, qui correspondrait à de la diversion sociale permettant d'oublier l'élément stressant. La seconde



est centrée sur la tâche, équivalente à de la distraction, provoquant l'oubli du stresser, en focalisant son attention sur autre chose.

Cette idée n'est pas partagée par tous les auteurs. En effet, pour certains tels que Anshel, Williams et Hodge (1997), la stratégie orientée vers l'évitement ne pourrait être réellement qualifiée de dimension mais plus comme un style de coping,

Il existe deux styles de coping, le style actif, où la situation stressante est directement affrontée, et le style évitant, où la source de stress est évitée ou refoulée.

Selon Anshel, Williams, et Hodge (1997), les deux styles de coping peuvent donc se retrouver dans les différentes dimensions. Par exemple, il peut y avoir un style actif dans le coping centré sur les émotions, tout comme un style évitant.

Le même problème se pose avec la recherche de soutien social. Si certains, (Smith, Smoll, Ptacek 1990), la considèrent comme une stratégie, d'autres, (Petrie 1993), estiment qu'il s'agit d'une ressource.

**Tableau 3: Classification des différentes stratégies de coping selon les auteurs**

<u>Lazarus et Folkman 1984</u>	<u>Billing et Moos 1981</u>	<u>Endler et Parker 1990</u>
Coping centré sur problème Coping centré sur l'émotion	Stratégies d'évitement Stratégies d'affrontement	Coping centré sur la tâche à résoudre Coping centré sur les émotions Coping centré sur l'évitement du problème

En conclusion, des divergences existent toujours au sujet des dimensions de coping orienté vers l'évitement, et de recherche de soutien social. Cependant, celles portant sur le problème, et sur les émotions sont également critiquées, et ce même si elles ont été particulièrement reprises dans diverses recherches.

En effet, Coyne et Gottlieb (1996), estiment qu'elles sont trop larges, c'est pourquoi nous pouvons rencontrer dans la littérature d'autres dimensions rendant compte différemment

de ce processus d'adaptation, notamment avec les dimensions d'engagement et de désengagement.

### 2.3.5 L'engagement et le désengagement

Cette conceptualisation possède plusieurs appellations: les dimensions approche/évitement, sensibilisation/ répression, ou encore monitoring/ blunting, (vigilance, recherche d'information/ distraction, évitement).<sup>20</sup>

Comme nous avons pu le voir dans le cas de la dimension centrée sur l'évitement du problème, des auteurs tels que Anshel, Williams, et Hodge (1997), estiment qu'il s'agit ici de styles de coping, et que les deux, le style actif et le style évitement, se retrouveraient à la fois dans le coping centré sur le problème, et dans celui centré sur les émotions.

Il s'agit ici de faire varier l'attention du sujet, c'est à dire la détourner de la source de stress (désengagement), ou bien la focaliser sur cette source (engagement).

Cette distinction a été effectuée par Skinner et al (2003). Ils se sont centrés sur l'orientation vers le problème et sur le type d'activité engagée pour répondre au stresser.

Ainsi, lorsque les stratégies employées sont orientées vers la source de stress, et les informations significatives la concernant, ou vers les émotions et les pensées du sujet, nous pouvons parler du style d'engagement. Cette attention portée sur l'évènement stressant permet de mieux le contrôler ou de le prévenir.

Ce style d'engagement peut prendre deux formes selon Janis et Mann (1977), la recherche d'information, et la mise en place de plans de résolution de problème.

Il permet de diminuer la détresse émotionnelle, et de faciliter le contrôle de la situation, mais peut également intensifier la situation de stress lorsqu'elle fait prendre conscience à l'individu que la situation est pire que ce qu'il pensait au départ.

Quand la stratégie mise en œuvre a pour but de se protéger du stresser, et d'orienter l'attention du sujet dans une direction autre que celle de ce stresser, nous sommes dans le cas

---

<sup>20</sup> La distinction entre « monitoring » et « blunting » provient surtout du domaine médical et concerne le degré de perception consciente de la menace. « Monitoring » renvoie à une situation menaçante et incontrôlable perçue comme telle par le sujet, et « blunting » concerne le même type de situation, mais qui n'est pas considérée comme cela par l'individu.

du style d'évitement. Il permet de liquider la tension émotionnelle, mais n'est efficace que s'il est associé à une confrontation avec l'événement stressant, sans quoi, il n'offre qu'un répit temporaire, et ne présente donc que peu d'efficacité, Suls et Fletcher (1985).

S'il n'y a aucun « face à face » avec cet élément stressant, il s'agit alors d'une fuite, d'un déni.

**Tableau 4: récapitulatif des stratégies et styles de coping**

<b><u>STYLES DE COPING</u></b>		
	<b>ACTIF</b>	<b>EVITEMENT</b>
<b><u>Stratégie de coping centrée sur le problème</u></b>	Analysez les raisons pour lesquelles les erreurs ont été commises et corrigez-les	Persévérez et ne pensez pas ou plus au problème
<b><u>Stratégie de coping centrée sur les émotions</u></b>	Utilisez des techniques de relaxation progressive afin de diminuer le stress	Ignorez la situation et faites comme si elle ne vous inquiétait pas

Ces deux styles étant maintenant définis, il est intéressant de comparer leur efficacité. C'est ce qu'ont fait Endler et Parker (1990), ainsi que Roth et Cohen (1986).

Leurs travaux concluent que les stratégies tendant vers l'engagement, ne sont pas forcément plus efficaces que celles portant sur le désengagement.

Si aujourd'hui ces deux dimensions sont dans la majorité du temps considérées comme des styles de coping, ce n'est pas le cas des dimensions de contrôle primaire et secondaire.

2.3.6. Les dimensions de contrôle primaire et de contrôle secondaire

Weise, Mc Cabe et Dennig (1994), ont effectué des travaux à ce sujet.

Pour eux, le contrôle primaire, pouvant également être qualifié de contrôle assimilatif, correspond à l'augmentation du sentiment de contrôle personnel vers l'environnement et ses réactions par l'individu. Il s'agit donc de tentatives de coping ayant pour but de modifier, ou d'influencer les conditions objectives de l'environnement, ou bien de tentatives pour obtenir une meilleure régulation de ses propres émotions.

Au contraire, dans le contrôle secondaire, ou contrôle accommodatif, le sujet va bien s'adapter à son environnement.

Pour obtenir cette adaptation, l'individu fournit des efforts tels que l'acceptation, ou la restructuration cognitive.

Le coping de renoncement, ou d'abandon, est également situé dans cette dimension par Rudolph, Dennig, et Weisz (1995). Il correspond à une absence de stratégie de coping.

Si les dimensions « coping centré sur le problème » et « coping centré sur les émotions », soulignent l'objet sur lequel le coping s'appliquait, les dimensions de contrôle primaire et secondaire décrivent quant à elles, la nature de réponse de coping, et le but qu'elles poursuivent.

Skinner et al (2003), les qualifient donc de « types d'action », c'est à dire des dimensions d'ordre supérieur permettant de regrouper des actions.

De plus, cette catégorisation est limitée car certaines stratégies de coping ne sont pas prises en compte ni par la dimension de contrôle primaire, ni par la dimension de contrôle secondaire, c'est le cas du déni, de l'évitement, ou du désengagement par exemple.

Cependant, même si elles rencontrent différentes critiques toutes ces approches reconnaissent que le coping correspond à des stratégies multidimensionnelles, ayant pour but de changer la perception que l'on a d'une situation, cette dernière étant rarement modifiable directement.

Dans notre étude, l'intérêt se porte sur l'utilisation du coping dans le sport, et plus particulièrement du côté des officiels tels que les arbitres et les juges. Font-ils plus souvent

appel à un type de stratégie plutôt qu'à un autre? Nous allons aborder cet aspect dans la partie suivante.

### 2.4 Le coping en sport

#### 2.4.1 Etat des recherches

Les études portant sur le coping en sport sont très nombreuses, ce dernier représentant un terrain d'investigation très riche, à cause de la diversité des pratiques, mais aussi parce qu'il existe de nombreux niveaux d'expertises et différents rôles dans le monde sportif.

De plus, la nature « stressante » du sport participe de son essence, ce pour quoi les pratiques physiques se sont en parties développées, la plupart des sportifs recherchant leur part d'adrénaline. Cette constatation ne peut qu'attirer notre attention sur le stress en sport, et son influence sur les performances.

Les premières études dans ce milieu ont débuté dans les années 80, et ont porté sur le coping des sportifs, (Gould, Eklund et Jackson, 1993). Ils ont recherché quelles étaient les stratégies de coping les plus utilisées par les lutteurs de haut niveau, (représentant les Etats-Unis d'Amérique aux JO de Séoul en 1988), et par des skateurs.

Il en ressort que ces derniers mettent en place prioritairement des stratégies de contrôle des pensées, et des stratégies centrées sur la tâche pour les lutteurs. En ce qui concerne les skateurs, ils font davantage appel aux pensées rationnelles, à la recherche de soutien social, et à la préparation mentale par exemple.

Park (2000), a étudié le même phénomène chez des athlètes.

Les sportifs blessés, quant à eux, mettraient tout d'abord en œuvre des stratégies de gestion des pensées et des émotions, ainsi que des recherches puis l'utilisation de soutien social, et la prise de note, d'après Gould, Udry, Bridges et Park (1997).

En 2000, Dale a répertorié les différentes natures de coping utilisées spécifiquement par des décathloniens. Celles-ci sont au nombre de six: l'imagerie, être confiant en son entraînement, être consistant, la camaraderie, se confronter uniquement à soi-même, être conscient des indices significatifs de la tâche.

En tennis de table, les joueurs les plus performants usent tout d'abord de techniques d'auto régulation spécifiques au sport, principalement fondées sur l'évitement cognitif.

De la même façon, au cours d'une compétition, les meilleurs joueurs font peu appel à un coping vigilant, selon Krohne et Hindel (1988).

Poczwadowsky et Conroy (2002), ont mené une étude sur des athlètes de haut niveau, ainsi que sur des artistes. Ils ont ainsi répertorié 39 stratégies de coping utilisées par ces publics. Celles-ci se classent en différentes catégories: coping centré sur le problème, sur les émotions, sur l'évaluation, sur l'évitement, et sur l'échec de faire face.

Ces études portent sur les stratégies, et non sur les dimensions de coping. Anshel et Wells ont orienté leur travail sur ces dimensions dans des travaux ayant pour support le basket ball. D'après eux, les deux dimensions principalement utilisées seraient l'approche et l'évitement, elles-mêmes subdivisées en composantes cognitives et comportementales.

Au travers de ces différentes études, il nous est donné de constater que la nature de coping utilisée par les sportifs varie en fonction de la discipline pratiquée, mais peu de travaux ont exploré les corrélations entre stratégies de coping et niveau d'expertise. Le travail de Clearly et Zimmerman (2003), prend en compte cette relation entre niveau de pratique et choix de coping en basket ball. Il en ressort que les joueurs élites usent davantage de stratégies en relation avec la tâche, que les sportifs de plus faibles niveaux.

Nous avons donc pu constater que la grande majorité des études portant sur le coping en sport sont centrées sur les stratégies déployées par les sportifs. Peu ont cherché à considérer le coping chez les officiels tels les juges et les arbitres.

Les sports collectifs ont été le support du plus grand nombre d'études menées sur le coping des arbitres. En effet, quelques recherches ont été menées en football, Elleray (1997), Louvet (2006), en basket, Anshel et Weinberg (1999), Kaissidis-Rodafinos, Anshel, Porter (1997), ou en hockey.

Ces différents travaux aboutissent aux mêmes conclusions. Les arbitres privilégient le coping centré sur le problème, puis le coping centré sur les émotions. Le désengagement étant la stratégie la moins usitée.

Ces recherches concernent donc particulièrement des sports collectifs, où les arbitres côtoient les sportifs sur le terrain, tandis que dans notre sujet d'étude, la gymnastique

artistique, les juges n'ont pas de contacts directs avec les gymnastes, seulement avec les entraîneurs. Mais pas, ou peu d'études ont été menées dans ce domaine, ou dans celui des sports à jugement humain, où la prise de décision se fait sous la forme de jury.

De plus, si toutes ces études menées dans le monde sportif, qu'il s'agisse des travaux portant sur les sportifs, ou ceux portant sur les arbitres, permettent une meilleure compréhension de l'utilisation des différentes stratégies, elles n'expliquent pas le choix de ces dernières.

Les sportifs et les arbitres utilisent-ils des stratégies différentes en fonction des situations? Pouvons-nous parler d'une consistance du coping?

Afin de répondre à ces questions, et parce que le monde sportif est un cas particulier, plusieurs modèles de coping en sport ont été développés. Nous en présenterons deux dans la partie suivante.

### 2.4.2 Les modèles de coping en sport

#### 2.4.2.1 Premier modèle

Celui-ci a été défini par Anshel, Kim, Kim, Chang, et Eom (2001). Il s'agit du modèle pour faire face aux événements stressants en sport.

Ce modèle comporte plusieurs séquences. Tout d'abord, la détection du stimulus stressant, suivi de l'évaluation cognitive de l'événement.

L'étape suivante correspond à l'utilisation d'une stratégie de coping. Dans ce modèle, ces stratégies sont différenciées en une dimension d'évitement, et une dimension d'approche.

La dernière étape peut être qualifiée de vérification de l'efficacité de la stratégie de coping employée. Cette ultime étape peut alors aboutir à quatre situations différentes qui sont :

- Rester sur la tâche
- Quitter la situation
- S'engager dans la réévaluation cognitive du stresser
- Examiner l'efficacité du coping

Toutes ces stratégies de coping sont subdivisées en deux dimensions approche et évitement, elles-mêmes recoupées en deux catégories, cognitives et comportementales.

### 2.4.2.2. Second modèle

Construit par Hardy, Jones, et Gould (1996), il ne s'appuie pas sur les dimensions d'approche et d'évitement, mais choisit de faire le lien entre certains facteurs et le choix de certaines stratégies de coping.

Ce modèle étudie les déterminants du coping, les éléments qui permettent d'établir ou non sa consistance.

Il se catégorise en deux parties.

La première est celle de l'évaluation du stress, c'est à dire les évaluations primaires et secondaires des demandes environnementales.

Il s'agit d'apprécier la perception du stress et la contrôlabilité des sources de stress, ainsi que l'état de stress psychophysiologique. Cette première partie prend également en compte les facteurs motivationnels, et ceux de la personnalité.

La seconde partie correspond à celle du coping et des réponses apportées aux évaluations de stress.

Il s'agit ici de faire un lien entre les efforts de coping, c'est à dire les différentes dimensions utilisées ainsi que la mise en place de stratégies de coping, et la situation.

Ces deux parties sont en constante interaction, par le biais de boucles de rétroaction, ce qui rend ce modèle circulaire.

De plus, comme il permet de rendre compte, avec précision, de l'ensemble du processus de coping chez les sportifs, il donne la possibilité de mettre en place des études longitudinales. Enfin, il s'intéresse aux pensées transactionnelles, intégratives et multifactorielles du coping. C'est pourquoi, dans notre étude, nous utiliserons le modèle de Hardy et al (1996).

Ce modèle nous permettra d'étudier de façon longitudinale le faire face des juges d'une part, et l'influence du contexte et des caractéristiques dispositionnelles sur le choix de la stratégie de coping d'autre part.



Cette question du choix de la stratégie de coping renvoie d'ailleurs à la question de la consistance et de la stabilité du coping. Ces deux notions sont notamment à l'origine des différences entre les deux modèles que nous venons d'aborder.

En effet, le premier modèle sous entend un fonctionnement par étapes, et distingue les copings actifs et évitants.

Le second est un modèle circulaire, qui prend en compte toutes les dimensions de la situation stressante, telles que les relations interpersonnelles, le contexte, ou encore certaines dimensions de la personnalité du sujet.

Le contexte renvoie alors à la notion de consistance, tandis que la personnalité induit le questionnement autour de la stabilité du coping.

Nous allons nous intéresser à ces deux notions dans la partie suivante et tenter de vérifier s'il est ou non possible de parler de consistance et de stabilité du coping.

# **CHAPITRE 3**

## **Consistance et stabilité du coping**

Pour Lazarus et Folkman (1985), l'une des caractéristiques du coping est d'être évolutif: « *L'essence du stress, du coping et de l'adaptation est le changement... sans se concentrer sur le changement nous ne pouvons pas apprendre comment les gens gèrent les événements et les conditions stressantes* ». Pourtant, certaines études ont considéré les stratégies de coping comme consistantes (Carver et al, 1989).

La consistance du coping est à différencier de la stabilité de ce dernier.

Lorsqu'une stratégie de coping est dite consistance, cela signifie qu'un individu fera toujours appel à la même stratégie, quelle que soit la situation. Nous pouvons donc parler de consistance dans différentes situations.

La stabilité du coping correspond quant à elle à l'utilisation d'une même stratégie dans des situations similaires. Il s'agit donc ici de consistance dans le temps.

Quand le coping est considéré comme stable et consistant, il fait référence à un trait de personnalité, c'est à dire une disposition particulière à utiliser une certaine catégorie de stratégie de coping plutôt qu'une autre, (Roth et Cohen, 1986). Il s'agit donc d'une ressource, ou d'un style de coping. La réponse de coping est alors prévisible.

Cette approche est psychanalytique et envisage une variabilité peu importante des stratégies de faire face au stress.

Au contraire, nous pouvons parler d'une approche transactionnelle du stress et du coping lorsque nous estimons le coping comme étant instable et inconsistant

L'individu ne va pas systématiquement avoir recours aux mêmes stratégies que ce soit dans différentes situations, ou dans des contextes similaires. Le coping serait donc ici évolutif dans le temps, il évoluerait avec l'expérience. Selon Anshel et Anderson (2002), le coping correspondrait à une stratégie cognitive et comportementale spécifique à la situation, au contexte.

Dans ce cas, il est nécessaire de parler de stratégies ou de comportements de coping.

Plusieurs recherches ont été menées dans ce sens, il s'agit ici aussi d'études longitudinales, telles que celle d'Anshel et al (2001).

Il ressort de cette étude que les facteurs situationnels influencent le fait d'avoir recours à un coping plutôt qu'à un autre. De la même façon, ces facteurs se modifient selon les situations

rencontrées, comme cela est le cas par exemple pour le contrôle perçu, l'anxiété, ou l'importance perçue de la situation.

## **1-ETUDES SUR LE COPING DISPOSITIONNEL**

### **1.1 Stabilité et consistance du coping**

Si plusieurs études telles que celles de Croker, et Isaak (1997) en natation, Gaudreau, Blondin et Lapierre (2001) et (2002) en golf, ainsi que celle de Holt et Hogg (2002) en football, réfutent l'existence d'une stabilité de coping, la plupart des études menées à ce sujet ont abouti à l'idée selon laquelle le coping serait un trait de personnalité, c'est à dire que l'approche du coping serait dispositionnelle.

Pour illustrer ces propos, nous allons présenter quelques unes de ces études, la plupart sont de type longitudinal, et leur durée peut fortement varier.

L'étude s'étant intéressée à la stabilité du coping sur la plus courte période est celle de Stone et Neale (1984). Des couples mariés devaient répondre à un test de mesure du coping une fois par jour, pendant trois semaines. Ce test comportait 8 catégories de coping, les sujets devaient indiquer s'ils avaient adopté un comportement correspondant à l'une de ces catégories ou non pour faire face à l'un de leurs problèmes quotidiens.

Les résultats démontrent qu'au quotidien, pour un niveau de stress équivalent, l'utilisation des stratégies de coping est stable.

Perez et Reicherts (1993), se sont intéressés aux comportements de coping mis en œuvre par des étudiants durant un épisode stressant, ou dès qu'il était terminé, et ce sur une période de trois à quatre semaines. Il en ressort que ces comportements sont stables, nous pouvons alors parler de styles de coping.

Cette stabilité est également soulignée dans les travaux de Billingsley, Waehler et Hardin (1993), où ils interrogent également des étudiants à un mois d'intervalle, en leur soumettant le COPE<sup>21</sup>.

---

<sup>21</sup> Coping Orientations to Problems Experienced, Carver, Scheier, et Weintraub, 1989. Il se compose de 60 items divisés en 14 échelles. Les réponses se font selon une échelle type Likert allant de 1 à 4.

Dans une autre étude portant sur les étudiants et utilisant le Brief COPE<sup>22</sup>, Pritchard et Wilson (2006), ont démontré une stabilité du coping centré sur le problème, sur l'évitement et sur les émotions.

McCrae a dirigé des travaux pendant sept années, et en a présenté les résultats en 1989, les résultats montrent là aussi une stabilité des mécanismes de coping, en particulier pour ceux d'ordre névrotique.

D'autres travaux ont été menés, avec une différence notable ; dans ceux-ci, le coping est étudié en tant que trait.

Craver et al (1989), abordent eux aussi le milieu étudiant. Ils créent le COPE, sous deux versions, une situationnelle, c'est-à-dire la version s'intéressant à leur comportement lors du dernier événement stressant vécu, et une dispositionnelle, se rapportant donc à leur attitude en général.

Les résultats démontrent l'existence de styles de coping, avec des corrélations significatives pour onze des quatorze stratégies évaluées.

Endler et Parker (1994), défendent eux aussi le coping en tant que style, et développent le Coping Inventory for Stressful Situations, et démontrent qu'il existe une relation plus ou moins forte entre la manière dont un sujet fait face au stress de façon habituelle, et son adaptation à une situation.

Ayers, Sandler, West, et Roose (1996), abordent cette question chez les enfants. Pour cela, ils mettent en place deux questionnaires sur le « faire face » au stress, un mesurant les styles de coping, et l'autre mesurant les stratégies de coping situationnel. Les résultats soulignent une influence des stratégies utilisées habituellement, dans le choix des stratégies pour des situations particulières.

Ces différentes études montrent que les styles de coping ont une certaine influence sur le choix des stratégies de coping lorsque les individus sont confrontés à une situation bien particulière. Cette dimension dispositionnelle est également soulignée dans plusieurs études en sport. En effet, les sportifs auraient des préférences quant à la stratégie de faire face au stress, et ce quel que soit le moment où cette situation stressante prend place, et quel que soit son contexte.

---

<sup>22</sup> Carver, 1997, il reprend les 14 échelles du COPE, mais avec seulement 28 items, toujours selon une échelle Likert en 4 points.

### 1.2 Les études menées dans le monde sportif

Les études portant sur l'approche dispositionnelle du coping en sport se sont intéressées à plusieurs pratiques, individuelles, tout comme collectives, mais aussi à plusieurs niveaux de pratiques.

Ainsi, Giacobbi et Weinberg (2000), ont étudié le cas d'athlètes universitaires. 273 sportifs ont rempli à trois reprises une version du COPE adaptée au sport<sup>23</sup>. Les résultats démontrent une consistance dans les réponses de coping, avec des coefficients de corrélation allant de 0,53 à 0,80.

Cette consistance d'emploi d'un ensemble de stratégies de coping est également soulignée dans les travaux de Dugdale, Eklund et Gordon, (2002).

Plusieurs disciplines sportives ont été abordées dans cette étude, puisqu'elle a concerné 91 sportifs néozélandais, participants aux Jeux du Commonwealth 1999.

D'après les résultats, ces athlètes ont recours aux mêmes stratégies de coping, que les sources de stress soient attendues ou inattendues. Il existerait donc là des styles de coping.

Les sportifs de haut niveau sont également le public étudié par Kim, Jang, et Yook, (2008). Ils ont suivi les escrimeurs de l'équipe nationale sud Coréenne, en préparation des Jeux Asiatiques de Doha, en 2006. Ces escrimeurs utilisent des stratégies de coping identiques, dans des situations différentes, c'est-à-dire ici, en entraînement et en compétition.

Hoar (1996), a, quant à elle, mené des travaux, de nature longitudinale, sur des lutteurs, et arrive également à la conclusion de la consistance du coping selon les situations, tout comme Traverse, Menaut, et El Ali (2002), dans le cadre du tennis.

Toutes ces études portent sur la question de la consistance et de la stabilité du coping chez les sportifs. Jusqu'à aujourd'hui, peu de travaux se sont intéressés aux officiels du monde sportif, tels que les juges et arbitres, qui sont justement les sujets de notre étude.

Un seul aborde cette question dans le corps arbitral du football. Il s'agit de celle de Louvet, Gaudreau, Menaut, Gentil, et Deneuve (2009).

---

<sup>23</sup> MCOPE, Crocker et Graham, 1995. Composé de 48 items, il contient 9 des échelles du COPE.

227 arbitres, tous niveaux confondus, ont participé à cette recherche longitudinale, où ils ont du répondre au WCC<sup>24</sup>, à trois moments différents de la saison. Les résultats plaident en faveur d'une invariance des dimensions de coping sur la durée, avec notamment une absence de changement significatif concernant le coping centré sur le problème.

Toutes ces recherches, longitudinales et situationnelles, aboutissent à la même conclusion, il existerait une consistance et une stabilité du coping.

Afin de confirmer ces conclusions, des études ont cherché à mettre en lumière une possible influence des traits de personnalité sur le choix et l'utilisation des réponses de coping. Nous allons les aborder dans la partie suivante, mais avant cela, nous définirons le concept de personnalité.

### 1.3 Personnalité et coping

Le terme « *personnalité* » est issu du latin « *persona* », désignant le masque du comédien de théâtre. Il fait donc référence au rôle joué par un individu, dans un contexte particulier, et face à un public. De nos jours, elle peut être considérée comme « *l'ensemble des systèmes organisés qui sous-tendent la conduite* », Berneaud (1998, p.11), mais ce terme renvoie également à plusieurs significations telles qu'être une personnalité, ou encore avoir de la personnalité.

L'influence de cette dernière sur la conduite est déjà soulignée au quatrième siècle avant J.C, Hippocrate, distingue les différentes personnalités, en fonction des humeurs présentes dans le corps de l'homme, (sang, bile noire, bile jaune, flegme). Cette théorie est ensuite reprise et approfondie par un médecin grec, Galien, au second siècle après J-C. Il décrit les comportements selon treize types, où le corps et l'esprit sont liés, (soma & psyché).

L'étude de la personnalité est par la suite peu investie à partir de l'Antiquité. Il faut attendre le 20e siècle, pour qu'elle soit à nouveau étudiée, à l'exception de Jean Jacques Rousseau, dans sa conception de l'homme comme produit de la société au 18<sup>e</sup> siècle.

---

<sup>24</sup> Version française, Cousson, Bruchon-Schweitzer, Quintard, Nuissier, Rasclé, 1996. Il comprend 27 items.

Avec l'avènement de la psychologie, la personnalité devient un concept clef dans l'étude du comportement, avec des scientifiques tels que Wundt (1874), et Galton (1865), qui mettent en place les premières méthodes d'évaluation de la personnalité.

Après la seconde guerre mondiale, l'utilisation des questionnaires se généralise, et plusieurs courants s'opposent.

D'un côté le modèle psychanalytique de Freud, et d'un autre, le modèle Behavioriste de Pavlov, Skinner ou encore Watson, faisant correspondre la personnalité à des comportements sur le modèle du système stimulus/réponse.

La personnalité devient un sujet d'étude majeur dans les années 60, en particulier grâce à Eysenck (1953), et son modèle bi factoriel où il isole deux facteurs, le névrosisme, et l'extraversion/introversion. Il la définit comme « *l'organisation plus ou moins ferme et durable du caractère, du tempérament, de l'intelligence, et du physique d'une personne qui détermine son adaptation unique au milieu* ». Pour lui, la personnalité repose sur un ensemble de facteurs relativement stables. Cette idée est partagée par Cattell (1965), dont les travaux ont tout d'abord fait émerger 35 « traits de surface », qui seront ensuite réduits à 16.

Allport (1970), préfère le terme d'« attitudes » à celui de traits, et définit la personnalité comme « *l'organisation dynamique dans le cadre d'individu, des systèmes psychophysiques qui déterminent son comportement caractéristique et ses pensées* ».

Une nouvelle approche voit le jour avec Huteau (1985), les conceptions cognitives de la personnalité. Pour lui, il s'agit d'« *unité stable et individualisée d'ensemble de conduites* ».

La même année, Costa et McCrae font émerger une approche selon les traits, la théorie du « Big five ». L'importance de ces traits avait déjà été soutenue par Prince (1924), « *la personnalité d'un individu est une constellation spécifique de traits* ». Costa et McCrae rassemblent les traits de personnalité en cinq groupes, l'extraversion, caractère agréable, (ou agréabilité), le caractère consciencieux, le névrosisme, (ou neuroticisme), et l'ouverture à l'expérience. Selon ces auteurs, ces cinq dimensions influencent le fonctionnement psychologique des individus, et peuvent donc avoir un impact sur leur coping.

D'autres de ces de types d'approches abordent également la question de l'influence des traits sur les comportements de coping, notamment Huteau (1985), ainsi que Costa, Sommerfield, et McCrae (1996).



Cette idée est partagée par Bolger (1990), pour qui le « *coping est la personnalité en action sous des conditions de stress* ».

Cependant, les études menées sur le sujet ont surtout concerné le névrosisme et l'extraversion, certaines considèrent même que seuls ces deux traits sont corrélés avec les styles de coping, Murberg (2009).

#### 1.3.1 Névrosisme et stratégies de coping

Lorsque le score de névrosisme est élevé, les individus sont plus susceptibles d'être victimes de douleurs psychologiques. Dans le NEO-PI-R<sup>25</sup>, ce trait est composé de six sous-dimensions : l'anxiété, la colère/hostilité, la dépression, la timidité sociale, l'impulsivité, et la vulnérabilité.

En 1987, Costa et MacCrae soumettent le NEO- PI-R et le WCC à 275 sujets. Les résultats démontrent que plus le score de névrosisme est élevé, plus les sujets réagissent mal au stress, et que ces individus ont davantage tendance à avoir recours à des stratégies telles que l'auto accusation, ou la pensée magique, soit des stratégies centrées sur les émotions. Le même constat a été fait par Bolger (1990). La population étudiée était les participants d'un concours d'entrée d'une école médicale, à trois moments différents, (5 semaines avant le concours, 10 jours avant, et 2 semaines après). Les questionnaires utilisés étaient le WCC et l'EPI.

Comme dans l'étude précédente de Costa et MacCrae, les résultats indiquent que les personnes dites « instables » et possédant donc un fort taux de névrosisme, utilisent plus les stratégies centrées sur les émotions, notamment la pensée magique, que les autres individus.

Les conclusions sont les mêmes dans les travaux de Vollath, Togersen, et Alnaes (1995). Les traits névrotiques sont corrélés positivement avec les stratégies de coping centré sur les émotions, mais aussi avec l'évitement, tandis qu'ils sont associés négativement avec les stratégies centrées sur le problème.

Plus récemment, Penley et Tamaka (2000), ont à nouveau abordé cette question de l'influence de la personnalité sur le choix des stratégies de coping, auprès d'étudiants en psychologie, à l'aide du COPE, et du NEO-PI-R. Là aussi, l'étude conclut que lorsque le score de névrosisme

---

<sup>25</sup>Neo Personality Inventory Revised, Costa et McCrae, 1985. Il repose sur le modèle du « Big Five », et contient 240 items répartis en 30 facettes, et 5 domaines.

est élevé, les sujets déploient davantage de stratégies centrées sur les émotions, telles que le désinvestissement.

La relation entre score élevé de névrosisme et l'utilisation préférentielle de stratégies centrées sur les émotions est également démontrée par Bouchard (2003). Les sujets étudiés étaient des couples en difficulté, qui ont été soumis au NEO PIR et au WCC. D'après les résultats, des stratégies centrées sur les émotions, comme la distanciation par exemple, étaient préférentiellement utilisées par les individus possédant un score de névrosisme élevé.

Roesch, Wee, et Vaughn (2006) se sont, eux aussi, intéressés aux relations existantes entre les traits de personnalité du « Big Five », et les utilisations de stratégies de coping. Ils se sont servis du Brief Cope et du NEO-PI-R auprès d'un groupe de Coréens Américains. Les résultats concernant le névrosisme confirment ceux des études citées ci-dessus, ce trait de personnalité est corrélé positivement avec le coping centré sur les émotions, ainsi que sur l'évitement, comme par exemple le désengagement, l'abus de substances illicites, ou l'auto-accusation.

A contrario, Connor Smith et Flachsbarth (2007), font ressortir cette utilisation prononcée de stratégies de résolution de problème par les sujets présentant un score de névrosisme élevé, ainsi que de celles de recherche de soutien social.

En ce qui concerne les individus présentant un score de névrosisme peu élevé, ils auraient plus recours aux stratégies centrées sur la tâche, comme l'ont souligné les travaux de Smith et al (1989), ainsi que ceux de Borteyrou (2000), portant sur des fusiliers commandos de retour du Kosovo.

#### 1.3.2 Extraversion et stratégies de coping

L'extraversion est définie par le NEO-PI-R comme une tendance à être sociable. Elle correspond à un sujet d'un naturel actif, mais aussi confiant et optimiste. Elle est composée de 6 sous catégories : la chaleur, la grégarité, l'assertivité, l'activité, la recherche de sensation, et les émotions positives.

Les personnes extraverties utiliseraient peu de stratégies centrées sur les émotions, au contraire des personnes « instables », et seraient plus enclines à user de stratégies de coping

actives, centrées sur le problème, mais aussi de stratégies centrées sur la recherche de soutien social, Amirkhan et al (1995), Rim (1987), Connor Smith et Flachsbart (2007).

Selon Costa et MacCrae, (1987), le sujet possédant un score d'extraversion élevé, a plus tendance à se tourner vers les autres pour parler de son stress.

L'étude de Roesch, Wee, et Vaughn (2006), aboutit à une corrélation positive entre un score d'extraversion élevé, et le coping centré sur le problème, ainsi qu'avec des stratégies de coping centré sur les émotions, telles que l'humour, le recadrage positif, et l'acceptation.

Cette recherche de soutien social ressort de la même façon dans l'étude de Borteyrou (2000), tandis que les travaux de Bouchard (2004), démontrent que les stratégies portant sur le problème sont plus utilisées par les sujets extravertis.

#### 1.3.3 Ouverture et stratégies de coping

L'ouverture peut être considérée comme une curiosité pour son propre univers, mais aussi pour l'univers extérieur. Elle est composée de six « ouvertures » : aux rêveries, à l'esthétique, aux sentiments, aux actions, aux idées, et aux valeurs, selon le NEO-PI-R.

D'après les résultats de l'étude de Nicchi et Le Scanff (2000) les sujets possédant un score élevé pour le trait « ouverture » ont plus recours à des stratégies de coping agissant que les autres. Pour illustrer cette catégorie, nous pouvons penser à la réévaluation, ou la recherche de soutien social.

L'ouverture est associée positivement avec le coping centré sur les émotions, et avec le coping centré sur le problème dans les conclusions des travaux de Roesch, Wee, Vaughn (2006).

#### 1.3.4 Agréabilité et stratégies de coping.

Ce trait de personnalité correspond au fait d'être sympathique, enclin à aider les autres. D'après le NEO-PI-R, il se divise en six caractéristiques : la confiance, la droiture, l'altruisme, la complaisance, la modestie, et la sensibilité

Il semblerait que les gens dits « agréables » possèdent un niveau d'altruisme élevé, McRae et John (1992). Ils choisissent davantage des stratégies de coping centré sur la recherche de soutien social, comme l'ont démontré diverses études, Grace et Schill (1986), Bowling, Beehr et Swader (2005), Tong et al (2004). Ce trait prédisposerait aussi à l'usage de stratégies de résolution de problème, (Nicchi et Le Scanff 2000).

De plus, l'agréabilité est corrélée positivement avec le coping actif, et l'humour, Roesch, Wee, Vaughn (2006).

#### 1.3.5 Conscience et stratégies de coping

Dans le NEO-PI-R, la conscience est traitée comme « *un niveau d'organisation, d'obstination, de contrôle et de motivation dans un but précis* », Costa et McCrae (1986). D'après eux, il existe six sous catégories qui forment la conscience : la compétence, l'ordre, le sens du devoir, la recherche de réussite, l'autodiscipline, et la délibération.

Corrélé avec la résolution de problème selon Vickers, Kolar, Hervig (1989), Connor Smith, Flachsbart (2007), il semblerait que ce trait puisse être également associé avec le coping centré sur les émotions. En effet, Roesch, Wee, Vaughn (2006), aboutissent non seulement à une corrélation positive entre ce trait et les stratégies centrées sur le problème, mais aussi à une relation entre la conscience et les stratégies centrées sur les émotions.

Dans nos travaux, il aurait été intéressant, et instructif d'aborder la question de la relation entre les traits de personnalité, et les stratégies de coping, en prenant en compte les cinq traits que nous venons de présenter.

Malheureusement, les questionnaires prenant en compte le « Big Five », demandent beaucoup de temps pour être remplis. Les juges ne disposant que de peu de temps libre sur les plateaux de compétition, nous avons donc préféré recentrer nos travaux sur des traits apparaissant comme pertinents dans l'étude de cette relation, et qui semblaient correspondre aux caractéristiques des juges, quel que soit leur genre, et tous niveau confondus. En effet, d'après le rôle qu'il doit jouer lors d'une compétition, un juge se doit d'être perfectionniste quand aux jugements qu'il rend. De la même façon, l'optimisme semble être une donnée importante, le sujet ayant fait le choix de devenir juge, et de participer aux compétitions, quelqu'un de

pessimiste dont les attentes sont majoritairement négatives aurait peut être tendance à moins s'engager dans ce type d'activité.

Enfin, la situation de notation en compétition n'est pas anodine, elle peut être génératrice de stress, et confronte les juges par les biais de la notation « en jury ». Dès lors, nous pouvons nous demander si des sujets de nature anxieuse, ou encore avec une faible estime d'eux même peuvent par exemple perdurer, et progresser dans cette activité.

Les traits choisis, l'anxiété, l'estime de soi, l'optimisme, et le perfectionnisme, vont être développés dans la partie suivante.

#### 1.4 Les traits étudiés par nos travaux

Chacun de ces quatre traits correspond à une sous dimension des traits du "Big Five". Le choix de les étudier n'a pas été fait de façon arbitraire. En effet, ils nous paraissaient être les plus pertinents quant au sujet de notre étude, et avaient déjà été étudiés dans le même type de recherche portant sur les arbitres de football (Louvet 2006).

Ainsi, le jugement est un exercice qui peut provoquer de l'anxiété chez un juge, celle-ci sera d'autant plus importante, si cet individu est anxieux par nature. De plus, un sujet confronté à une situation trop anxiogène aurait beaucoup de difficulté à s'épanouir dans son activité.

Pour l'estime de soi, il nous semble que ce trait est essentiel dans la notation gymnique lorsque le juge doit défendre sa prise de position et de décision.

En ce qui concerne l'optimisme et le pessimisme, ils vont dans le sens du bien être du juge. Ce dernier devrait idéalement être optimisme quant à la réussite de son entreprise, et le moins pessimiste possible sur son action afin de ressentir du bien être.

Enfin, le dernier trait étudié, le perfectionnisme, se rapporte parfaitement à l'activité de juge en gymnastique où le sportif lui-même recherche la perfection. Le juge quant à lui, est censé faire de son mieux pour obtenir des notations consistantes, et adéquates.

Nous allons tout d'abord présenter le trait d'anxiété.

### 1.4.1 L'anxiété

Ce terme, issu du sanscrit « *amhas* », signifiant étroitesse, puis repris en latin par Virgile, qui lui donne la signification de serrer au terme « *angor* » (dont est issu le mot « *angine* ») ainsi qu'en grec avec « *ankhō* », qui désigne le fait d'étrangler.

Toujours en latin, Cicéron fait une distinction entre deux termes : « *anxietas* » désignant une inquiétude permanente, et « *angor* » prenant le sens de tourment passager. Nous sommes ici à l'origine de la différenciation des mots anxiété et angoisse.

Cette différenciation se poursuivra au 19<sup>e</sup> siècle, avec des auteurs tels que Littré (1863), ou encore Brissaud (1880), pour qui « *l'angoisse est un trouble physique qui se traduit par une sensation de constriction, d'étouffement, l'anxiété est un trouble psychique qui se traduit par un sentiment d'insécurité indéfinissable* ».

De nos jours, la question de la distinction de ces deux termes se pose encore, certaines langues ayant englobé les deux termes sous un seul mot, « *anxiety* », pour la langue anglaise, et « *angst* », pour la langue allemande.

Dans notre étude, nous allons nous centrer sur l'anxiété en tant que trait, composante stable de la personnalité qui correspond à l'une des sous dimensions les plus importantes du névrosisme, et qui est définie par Spielberger (1988), comme : « *des différences individuelles relativement stables dans la prédisposition à percevoir plusieurs situations comme dangereuses et menaçantes et à répondre à ces situations avec une élévation d'anxiété situationnelle* ».

Elle conduit donc un sujet à percevoir comme menaçantes une plus grande variété de situations qu'un autre individu, et le destine à éprouver des craintes, de l'inquiétude, ainsi que de la timidité. De plus, le fait de posséder un fort trait d'anxiété conduit à obtenir également un niveau d'anxiété état plus élevé que pour les sujets présentant un faible score d'anxiété trait, (Spielberger, 1982 ; Gould, Horn, Spreeman, 1983 ; Martens et al 1990 ; Mellalieu et Hall 2000 ; Ryska 1993). Cette relation entre l'anxiété trait et état a également été abordée par Camart et al (2008), auprès d'un public de patients alcooliques, en cure de désintoxication. D'après leurs résultats, la présence d'un fort score d'anxiété trait prédestine là aussi à un niveau d'anxiété état plus élevé dans une situation stressante.

Le trait d'anxiété paraît donc être prédicteur dans un premier temps de l'anxiété état, mais aussi de la réaction face à cette anxiété, c'est-à-dire du choix de coping.

Ainsi, les individus présentant un niveau d'anxiété élevé, seraient ceux qui auraient recours à un coping mal adapté à la situation, comme l'ont souligné Smith, Pope, Rhodewalt, et Poulton (1989), et Carver et al (1989).

Peu d'études mettant en relation le trait d'anxiété et le choix de coping ont été menées dans le domaine sportif, mais nous pouvons souligner celle de Giacobbi et Weinberg (2000).

Ils se sont intéressés au cas de sportifs universitaires ; il apparaît que les compétiteurs présentant un niveau d'anxiété plus élevé sont ceux qui utilisent le plus des stratégies telles que la pensée magique, le déni, ou encore l'auto-blâme. Par conséquent, cette recherche souligne elle aussi l'usage de stratégies de coping mal adaptées pour les personnes anxieuses.

Smith, Smoll, Schultz, et Ptacek (1995), développent un questionnaire spécifique au coping en athlétisme, l'ACSI-28 (the Athletic Coping Skills Inventory-28) qui leur permet de révéler l'existence de corrélations négatives entre les styles de coping mis en œuvre par les athlètes, et la mesure multidimensionnelle de leur trait d'anxiété. C'est-à-dire que les qualités de coping des sujets sont moins élevées s'ils sont de nature anxieuse.

Les personnes les plus anxieuses ont tendance à moins utiliser de stratégies de coping centrées sur le problème, mais ont plus souvent recours aux stratégies d'évitement, Smith et al (1989).

De plus, lorsque le trait d'anxiété est élevé, les individus ont davantage recours à un coping centré sur les émotions.

Mariage (2001) qui a mené ses travaux dans un atelier de couture arrive aux mêmes conclusions, tout comme Boujut (2007), dont l'étude portait sur des étudiants en première année. Là aussi, les personnes les plus anxieuses choisissent majoritairement le coping centré sur les émotions.

En ce qui concerne le milieu sportif Louvet (2006), a étudié une population qui se rapproche de celle de notre étude.

En effet, ses travaux portent sur la relation entre la personnalité et le coping des arbitres de football. Les résultats soulignent un effet indirect significatif et direct non significatif du trait d'anxiété avec le coping centré sur le problème.

En conclusion, nous pouvons constater que le niveau d'anxiété de l'individu influe sur ses capacités et sur son choix de coping.

#### 1.4.2 L'estime de soi

Elle est considérée comme le résultat d'une auto-évaluation, qui repose sur l'évaluation continue de nos actions. Elle correspond au jugement que nous donnons sur nous même, c'est « *un jugement de valeur sur soi même, elle est fonction de la distance entre le soi perçu et le soi idéal* », comme l'a défini L'Ecuyer (1978).

L'estime de soi semble donc être une composante affective, mais surtout évaluative du soi. Les individus ne forment pas seulement une description, mais aussi et surtout une évaluation d'eux-mêmes. C'est une expérience subjective qui se traduit aussi bien verbalement que par des comportements significatifs. Cette estime de soi peut être stable quand il s'agit d'un trait de personnalité, tout comme elle peut être changeante lorsque l'on fait référence à l'estime-état.

Il s'agit d'un trait appartenant à la conscience, dans le NEO-PI-R c'est une sous dimension de la compétence. C'est-à-dire qu'il renvoie aux notions d'efficacité, de capacité, et de prudence.

Le rapprochement entre l'estime de soi et l'emploi des stratégies de coping présente un fort intérêt, car selon Amirkhan et al (1995), le niveau de l'estime de soi est prédicteur du choix des réponses de coping.

Des études sur le sujet ont donc été effectuées, notamment par Pearlin et Schooler (1978). D'après leurs travaux, les individus possédant une estime de soi peu élevée, sont ceux qui auraient le plus recours au désengagement, au contraire de ceux dont l'estime de soi est haute, et qui utilisent davantage des stratégies de coping actives. Cette utilisation préférentielle de stratégies de coping actives pour les sujets dont l'estime de soi est élevée est également soulignée par Carver et al (1989).

De plus, les personnes ayant une bonne estime d'eux-mêmes ont plus recours au coping centré sur le problème, qu'ils soient adultes, (Terry, 1994), ou adolescents (Mullis, et Chapman, 2000). Les travaux de ces derniers soulignent également que les adolescents avec une faible estime d'eux-mêmes ont plus souvent recours aux stratégies centrées sur les émotions que ceux avec une estime de soi élevée.



Cependant, dans le domaine médical, les résultats peuvent aller dans le sens opposé. Ainsi, les stratégies liées à l'évitement cognitif sont corrélées positivement à l'estime de soi, Bidan-Fortier, Bruchon-Schweitzer, et Rasclé (2003), comme cela l'a été démontré dans leurs travaux ayant pour sujets des patients atteints du VIH.

Notre champ d'étude étant le domaine sportif, nous nous sommes intéressés aux travaux le concernant.

Les recherches de Carver et al (1989), et Lane, Jones et Stevens (2005) portent sur des joueurs de tennis, et il en ressort que les sportifs avec une haute estime d'eux-mêmes utilisent prioritairement le coping centré sur le problème, avec des stratégies telles que la planification, ou la recherche de soutien social.

Au contraire, ceux dont l'estime de soi est peu élevée vont plus se servir de pensées magiques, ou se désengager.

Nous avons donc pu voir que l'estime de soi et le coping pouvaient être liés. Il en est de même pour l'estime de soi et le stress, d'après Anshel et al (2001). Les athlètes de haut niveau dont l'estime de soi est élevée seraient moins sensibles au stress car ils possèdent un meilleur sentiment de contrôle sur la situation, et ont pu développer des ressources plus efficaces.

Cependant, pour Fleishman (1984), le lien entre l'estime de soi et les stratégies de coping reste faible, et à démontrer. Ce qui nous pousse alors à vouloir étudier cette relation dans nos travaux.

#### 1.4.3 Optimisme et pessimisme

Il s'agit ici de sous dimension du trait d'extraversion, en effet, un score élevé en extraversion exprime un optimisme du sujet pour les situations qu'elle est amenée à rencontrer, ainsi que des émotions positives face aux stimulations recherchées.

Dans le LOT-R<sup>26</sup>, l'optimisme correspond au fait d'avoir des attentes positives sur la vie en général, et de ressentir des émotions telles que la joie ou le bonheur. Les personnes présentant un niveau élevé d'optimisme ont également un meilleur ajustement psychologique

---

<sup>26</sup> Life Orientation Test Revised, Scheier et Carver, 1985,

et physique, et choisissent de manière générale des stratégies de coping plus adaptées, et par conséquent plus efficaces (Anderson, 1996 ; Chang, 1998).

Le pessimisme quant à lui renvoie à des attentes négatives, au fait de craindre le pire au quotidien, un score faible en extraversion renvoie à une absence de plaisir face à des événements agréables ainsi que peu de réactivité face aux stimuli.

Deux visions s'opposent quant aux méthodes d'études de ces dimensions. En effet, si des auteurs tels que Robinson et al (1997), ou encore Kubzansky, Kubzansky et Maselko (2004) estiment que l'optimisme et le pessimisme correspondent à deux dimensions différentes, Scheier et Carver (1985), plaident en faveur d'une bipolarité. Selon ces derniers, le pessimisme et l'optimisme serait chacun l'une des extrémités d'un continuum, et devraient donc être étudiés de façon conjointe. Cependant, il existe peu d'études reprenant cette théorie. Nous pouvons citer celles de Scheier, Weintraub et Carver (1986), et Carver et al (1989), qui aboutissent aux mêmes conclusions : les personnes « optimistes » utilisent des coping actifs, et les individus « pessimistes », le désengagement et des coping centrés sur la détresse.

Plus récemment, Nes et Segerstrom (2006), se sont appuyés sur cette approche afin d'étudier les relations entre ces deux dimensions et l'emploi des stratégies de faire face. Ils en ont conclu que l'optimisme est positivement associé au coping centré sur la tâche, et négativement corrélé avec l'évitement.

La majorité des recherches portant sur ce domaine plaident donc en faveur d'une bi dimensionnalité des traits optimisme et pessimisme.

Cependant, les résultats des travaux menés sur la relation entre les stratégies de coping et les dimensions d'optimisme/pessimisme selon ce modèle ne diffèrent pas de ceux menés selon l'approche bipolaire.

Ainsi, selon Amirkhan et al (1995), les personnes ayant un niveau d'optimisme élevé utilisent plus le coping de résolution de problème, à l'inverse des sujets « pessimistes » qui ont davantage recours à l'évitement.

Le pessimisme est corrélé négativement avec le coping centré sur les émotions, (Zeidner et Hammer, 1992), ainsi qu'avec la ventilation des émotions, ( Fontaine et Manstead, 1993).

D'après ces derniers, l'optimisme est quant à lui positivement associé avec les coping actifs, (Grove et Heard, 1997).

Les travaux de Carver et al (1993), démontrent également cette utilisation de réponses de coping positives pour les sujets « optimistes », telles que la réinterprétation positive, et l'acceptation.

Dans le domaine sportif, Anshel et al (2001) ont étudié la dimension de l'optimisme chez des compétiteurs lors d'une baisse de performance. Leurs travaux concluent que dans un tel moment, l'optimisme est positivement associé au coping centré sur le problème, et qu'il est négativement corrélé avec les stratégies centrées sur les émotions. Mais ces résultats n'apparaissent pas uniquement en cas de baisse de rendement.

Gaudreau et Blondin (2004), ont effectué des travaux sur la relation entre les stratégies de coping et les traits d'optimisme et de pessimisme auprès de 144 golfeurs amateurs. Il en ressort que l'optimisme est positivement corrélé aux stratégies de coping centrées sur la tâche, tandis que le pessimisme est prédicteur d'une stratégie d'évitement.

En conclusion, d'après l'étude de ces divers travaux nous pouvons estimer que les optimistes sont orientés vers la gestion du problème, tandis que les pessimistes ont davantage recours à la gestion émotionnelle.

#### 1.4.4 Le perfectionnisme

Un individu dit « perfectionniste » se comporte comme si la perfection pouvait et devait être atteinte.

Il s'agit de l'un des 16 facteurs de la personnalité de Cattell (1949), mais aussi d'un trait enduring et stable de la personnalité, qui pourrait être rattaché à la dimension conscience du NEO-PI-R.

En effet, un fort niveau de conscience renvoie aux personnes méthodiques, exigeantes et scrupuleuses.

Le perfectionnisme peut avoir plusieurs impacts sur la personnalité, selon Roedell (1984). Dans sa forme positive, il permet de fournir davantage de motivation, tandis que dans sa forme négative, il conduit à ressentir plus d'anxiété que pour un sujet moins perfectionniste, ainsi qu'une estime de soi plus faible (Boivin et Marchand, 1996).

L'étude du perfectionnisme s'est faite selon plusieurs théories, l'une est unidimensionnelle (Burns, 1980 ; Pacht, 1984 ; Rhéaume, Freeston, Ladouceur, 1995, in Hill, 2008), correspondant à la recherche d'un état parfait, puis aujourd'hui une autre, multidimensionnelle (Frost, Marten, Lahart, et Rosenblate, 1990 ; Hewitt et Flett, 1991).

Dans l'approche multidimensionnelle, les attentes du sujet sont prises en compte, tout comme celles des proches, leurs critiques, mais aussi la préoccupation face aux erreurs et à l'organisation, et le doute. Le perfectionnisme se divise alors en trois branches :

Le perfectionnisme orienté sur soi, qui est celui qui pousse un sujet à se demander à lui-même d'atteindre la perfection.

Le perfectionnisme orienté sur les autres, correspondant à la demande qu'un individu fait aux autres d'atteindre la perfection.

Le perfectionnisme prescrit socialement, qui pousse à penser que les autres attendent de nous rien de moins que la perfection, et que nous ne serons valorisés, que si nous sommes parfaits.

Selon Hewitt et Flett (1991), un trait de perfectionnisme élevé conduit le sujet à éprouver un stress constant. Cette faculté à éprouver davantage de stress pour les gens perfectionnistes a également été démontrée dans le milieu sportif par Hall, Kerr, et Matthews (1998), Gotwals et al (2003), Frost et Henderson (1991), Flett et Hewitt (2005).

De ce fait, le perfectionnisme peut également être rapproché du trait de névrosisme, lorsqu'il se présente dans ses formes extrêmes.

En situation de stress, une personne présentant un perfectionnisme élevé répondra de façon plus défaitiste qu'une autre. Il utilisera par exemple l'auto-blâme, et surtout maintiendra ses standards même s'ils sont bien trop élevés, (Flett, Hewitt, Blankstein, et Koledi 1991).

De même, si le perfectionnisme positif conduit à l'utilisation de copings actifs et efficaces, le perfectionnisme négatif est lui associé avec un coping mal adapté (Burns et Fedewa, 2005).

Par conséquent, nous pouvons penser que les individus dits « perfectionnistes », utiliseront des stratégies de faire face au stress moins bien adaptées, et moins efficaces que les autres, comme l'ont souligné Rudolph, Flett, et Hewitt (2007).

Les travaux de Hewitt, Flett, Blankstein, et Endler (1995) démontrent la même chose, du moins en ce qui concerne le perfectionnisme sur soi et le perfectionnisme socialement prescrit.

Ainsi, chez les femmes, le perfectionnisme orienté sur soi est associé avec des stratégies de coping centré sur les émotions, tandis que pour les hommes, le même type de stratégies est corrélé avec le perfectionnisme socialement prescrit.

En ce qui concerne le haut perfectionnisme social, il est orienté négativement avec la résolution de problème (Flett, Hewitt, Blankstein, Solni, et Van Brunshot, 1993).

D'après Dunkley et Blankstein (2000), le perfectionnisme prescrit socialement est également associé à l'évitement. Leurs résultats démontrent aussi que les sujets présentant un perfectionnisme orienté sur soi élevé, ont plus recours au coping centré sur la tâche.

Ces résultats ne sont pas confirmés dans les recherches plus récentes de Rudolph, Flett, et Hewitt (2007), où le perfectionnisme orienté sur soi est corrélé avec l'auto-blâme.

Louvet (2006) dans son étude sur les arbitres de football a conclu que le perfectionnisme orienté sur soi a un effet direct et indirect avec le coping centré sur le problème, et une conséquence directe sur la recherche de soutien.

Dans notre étude nous allons nous attacher à ce trait de personnalité qu'est le perfectionnisme, et à ses relations entretenues avec le coping car il nous semble être caractéristique de l'activité des juges en gymnastique.

A travers ces descriptions des traits de personnalités étudiés ici, nous avons pu voir que de nombreux auteurs, ainsi que les résultats de leurs études, aboutissent à l'existence d'une influence de ces traits sur l'utilisation des stratégies d'ajustement, mais aussi à une stabilité du coping dans le temps, et à sa consistance en fonction des situations. Ils aboutissent donc à une approche du coping en tant que trait.

Or, lorsque Lazarus et Folkman (1984), ont défini le coping, ils le caractérisaient comme une entité changeante.

Par conséquent, dans la partie suivante, nous allons aborder la conception du coping en tant que phénomène fluctuant, c'est-à-dire en tant qu'état situationnel.

## **2- LE COPING COMME ETAT SITUATIONNEL**

Si selon certains auteurs tels que Costa et al (1986), les stratégies de coping sont déterminées par des caractéristiques stables des individus, comme certaines composantes de leur personnalité par exemple, pour Lazarus et Folkman (1984), ces stratégies correspondent à un ensemble de réponses à des situations stressantes. Pour ces auteurs, il s'agit ici d'un processus dynamique, directement influencé par la situation, et par l'évaluation faite par le sujet de cette dernière.

Par conséquent, les individus s'adapteraient aux diverses situations tout au long de leur vie, en faisant varier, en modifiant, les stratégies de coping afin d'obtenir le meilleur résultat possible.

Pour souligner l'existence d'un coping comme état situationnel, diverses études ont été menées. Elles reposent sur deux visions différentes. La première cherche à démontrer que les sujets n'utilisent pas les mêmes stratégies de coping, ou du moins à des degrés différents, dans des situations identiques, mais ayant lieu à des moments différents. Il s'agit ici de l'instabilité du coping. Sur le plan expérimental, les recherches menées sur le sujet sont donc de type longitudinal.

L'autre, qui est qualifiée d'inconsistance du coping, souligne que ce sont les situations qui font varier l'utilisation des stratégies de coping, les études sont donc trans-situationnelles.

### 2.1 L'instabilité du coping

Différentes études ont été menées sur ce sujet.

En 1986, Folkman et al, ont interrogé 85 couples mariés à raison d'une fois par mois pendant six mois. Ces individus répondaient aux questions en étant séparés de leur conjoint le temps de la passation. Les résultats démontrent que les sujets n'ont pas utilisé les mêmes stratégies pour des évènements identiques.

La même conclusion est faite dans les travaux de Lazarus et Folkman (1985), portant sur des étudiants. En effet, sur les trois étapes de cette étude (avant les examens, juste avant les résultats, et après les résultats), les stratégies de coping ont évolué. L'utilisation des stratégies centrées sur le problème a notamment diminué entre la première et la deuxième étape, de même que la recherche de soutien social.

La population étudiante a également été le sujet des travaux de Raffety et al (1997). Les résultats démontrent une augmentation d'utilisation de stratégies centrées sur le problème à l'approche des épreuves, et à sa diminution une fois l'examen terminé.

Patterson, Smith, Grant, Clopton, Josepho, et Yager (1990), ont étudié le cas d'une population bien différente de celle des étudiants, les personnes âgées, et là aussi les réponses de coping sont instables dans le temps.

Long et Schutz (1995), remarquent le même phénomène chez des femmes ayant un poste de travail de direction. Dans ces travaux, ce sont les coping d'engagement et de désengagement qui sont étudiés, et l'utilisation de ces deux formes de coping fluctuent entre les six points de mesure.

Des recherches sur le sujet ont également été conduites dans le domaine sportif, et ce, dans diverses pratiques.

Dans le cadre du football (Holt et Hogg, 2002), ont étudié les comportements de coping chez des joueuses de football en préparation pour la Coupe du Monde 1999. Leur étude qualitative souligne une inconsistance du coping.

Ainsi, les sports collectifs tels que le football ont été étudiés (Holt et Hogg, 2002), les sports individuels ne sont pas en reste. Croker et Isaak (1997), ont abordé la question de l'instabilité du coping chez les nageurs adolescents. D'après leurs travaux, ces derniers ont recours aux mêmes stratégies de coping pendant les entraînements, mais les font varier lors des compétitions.

Le golf a été le sujet de recherches de Gaudreau, Blondin et Lapierre (2001). Ils ont remarqué un changement de coping sur les trois phases de compétition, la pré compétition, soit deux heures avant, pendant la compétition, c'est à dire 15 minutes après la fin, et la post compétition 24 heures après la fin. Une étude similaire a de nouveau été menée par ces trois scientifiques en 2002, et aboutit aux mêmes résultats.

En ce qui concerne l'athlétisme, les décathloniens utiliseraient eux aussi différentes stratégies de coping (Dale, 2000).

Le sport adapté a également été étudié, par Bouffard et Croker (1992). Pendant six mois ils ont interrogé des sportifs handicapés et ont conclu à une instabilité des stratégies de coping telles que la recherche de soutien social, les stratégies de coping actifs, ou encore la planification.

Toutes ces études soulignent donc une certaine instabilité du coping, au moyen d'études longitudinales. Mais le caractère mouvant du coping peut aussi être démontré à travers son inconsistance.

#### 2.2 L'inconsistance du coping

Comme nous avons pu le voir précédemment, l'inconsistance du coping correspond à une utilisation de différentes stratégies, qui seraient fonction de la situation.

Si la méthode longitudinale, vue ci-dessus, permet de répondre à la question de l'instabilité du coping, nous allons ici parler d'études trans-situationnelles.

En 1980, Lazarus et Folkman, répertorient 13 situations stressantes, et listent différents comportements de coping pouvant être utilisés par les individus. Leurs résultats démontrent que les sujets n'ont pas toujours utilisé les mêmes stratégies. En effet, l'utilisation des coping sur le problème et sur les émotions fluctue selon les situations.

Pour expliquer ce changement d'utilisation, Folkman et al (1986), soulignent l'importance des évaluations primaires et secondaires, autrement dit, l'importance que la situation revêt pour le sujet, et les ressources dont il estime disposer. Ce sont elles qui conduisent à une inconsistance du coping.

L'illustration de cette question d'inconsistance du coping peut se faire avec l'exemple des travaux de Sellers (1995).

Dans cette recherche, il a observé les comportements de coping chez des étudiants dans deux situations différentes : au cours des épreuves académiques, et au cours des épreuves sportives. Les stratégies utilisées diffèrent bien selon la nature de la situation.



En ce qui concerne notre domaine d'étude, il nous semble intéressant de citer les études ayant été faites sur ce sujet.

Ainsi en basket, Anshel et Wells (2002), ont remarqué que les coping d'approche et de coping d'évitement étaient inconsistants en fonction des sources de stress.

Cette influence de la situation est également soulignée par Anshel, Jamieson, et Ravi (2001), en athlétisme. Dans cette étude, ils ont observé les réponses données à huit sources de stress. Il en ressort que les coping d'approche sont corrélés positivement avec les stressors, tandis que les coping d'évitement le sont négativement.

Les stratégies de coping déployées seraient donc fonction de la situation. Cependant, Anshel, et Delany (2001), introduisent aussi l'importance de l'évaluation cognitive dans cette inconsistance.

En conclusion, les stratégies de coping utilisées ne sont pas toujours les mêmes selon les événements rencontrés. Elles dépendent de la situation stressante d'une part, mais également de l'importance que cette situation peut avoir pour nous, du contrôle que nous pensons pouvoir avoir sur elle, ainsi que des moyens dont nous pensons disposer, sans oublier que notre état d'anxiété joue également un rôle important dans le choix des stratégies à utiliser.

#### 2.3 Les antécédents situationnels du coping

Selon Bolger (1990), certaines caractéristiques situationnelles influencent davantage le choix de coping que les facteurs dispositionnels, ou que les relations entre ces deux types de facteurs.

Les résultats de cette même étude démontrent également une absence de corrélation entre le trait de névrosisme, et l'utilisation du coping centré sur le problème.

D'après lui, le choix de coping est avant tout influencé par les variables situationnelles.

McCrae (1984 ; 1992), partage cette idée d'influence des caractéristiques situationnelles, et définit quelles sont celles qui jouent un rôle dans le processus de choix de coping. : Le type de stressor, sa contrôlabilité, sa chronicité, ainsi que sa sévérité.

Dans les parties suivantes nous allons développer les différentes variables qui nous semblent pouvoir influencer le choix de coping dans le cadre du jugement gymnique : l'importance de la situation, le contrôle perçu, l'état d'anxiété, ainsi que la confiance en soi.

Ces variables ont été choisies car elles semblent avoir un impact sur la réalisation d'une bonne performance, comme l'ont souligné Edwards et Hardy (1996). Dans leurs travaux, ils démontrent que l'anxiété cognitive et la confiance en soi sont significativement liées à la performance.

Nous définirons ensuite quels sont les rapports de ces variables situationnelles avec le coping afin d'en conclure, ou non, sur l'existence d'une inconsistance du coping selon les situations.

#### 2.3.1 L'importance donnée à la situation

Carver et al (1989), indiquent que l'importance attribuée à une situation a une incidence sur le choix de coping. Ainsi, lorsqu'une situation est jugée comme importante, les sujets ont davantage recours à des stratégies centrées sur l'émotion telles la ventilation, le déni, et la recherche de soutien social.

Cette influence de l'importance de la situation sur le choix de coping a été également étudiée par Kakkos, Stavrou, et Zervas (2001), en athlétisme, où ils répartissent les sujets en quatre groupes : importance de la situation et probabilité modérées de parvenir à son but, importance modérée et probabilité haute, importance haute et probabilité modérée, haute importance et haute probabilité.

Les sportifs donnant le plus d'importance à la situation, et pour lesquels la probabilité est modérée, sont ceux qui ressentent le plus d'anxiété cognitive et somatique, ainsi que le moins de confiance en eux. De plus, ils considèrent cette anxiété comme un élément perturbateur.

Des différences entre deux catégories de coping, apparaissent entre les groupes : importance et probabilité modérée, et haute importance et haute probabilité. Ainsi, le groupe estimant la situation comme importante va mettre en place des stratégies de coping actif, et d'évaluation cognitive, de façon plus importante avant et pendant la compétition que le groupe « modéré ».

Les sportifs ont davantage recours à des stratégies de planification lorsque la situation est importante mais que la réalisation du but semble possible. Cependant, ils mettent en place des

stratégies de désengagement si la situation a une importance élevée, et qu'ils estiment que le but fixé ne peut être atteint, Hatzigeorgiadis (2006),

#### 2.3.2 Le contrôle perçu

Le contrôle perçu est l'un des composants principaux de l'évaluation secondaire du modèle transactionnel de Lazarus et Folkman (1984). Par conséquent, le stress ainsi que le choix des stratégies de coping sont influencés par celui-ci.

En effet, un individu estimant qu'il ne peut maîtriser la situation percevra une plus grande situation de menace qu'un autre sujet ressentant un fort contrôle. L'individu en situation de menace sera alors plus stressé, et aura davantage de difficultés pour faire face au stress. S'il est anxieux, il va utiliser des stratégies centrées sur les émotions, voire sur l'évitement, et ne mettra donc pas en place des stratégies centrées sur le problème.

Au contraire, un sujet avec un fort sentiment de contrôle sur une situation va se sentir dans un contexte de défi, et fera face au stress grâce à des stratégies centrées sur le problème.

Ce rapport entre coping et contrôle perçu a été souligné par de nombreux auteurs tels que Revenson (1981), Lefcourt (1984), Peterson et al (1987), Solomon et al (1988), Arntz et al (1989), ainsi que par Janoff-Bulman et al (1977) dans une étude sur les accidentés de la route. Les personnes s'estimant avoir une responsabilité, ou pensant pouvoir avoir du contrôle sur l'accident, utilisaient des stratégies de coping centrées sur le problème, tandis que celles se percevant comme victime, et comme n'ayant pas de contrôle sur la situation, avaient recours à des stratégies centrées sur les émotions.

Les recherches de Mikunlicer et al (1989), sur des soldats atteints de stress post traumatique aboutissent aux mêmes conclusions.

Par conséquent, nous avons pu voir que l'influence du contrôle sur le choix de coping se fait de deux façons, (Skinner et Wellborn, 1994 ; Rothbaum, Wesiz, et Snyder, 1982). Pour la première, il s'agit d'empêcher le sujet d'interpréter la situation comme une menace potentielle pour les ressources dont il dispose.

Dans le second cas, le sentiment de contrôle perçu permet de mettre en place des stratégies de coping permettant de découvrir de nouvelles stratégies, ainsi que de développer de nouvelles habiletés.

Le contrôle perçu sur une situation, et donc la croyance qu'un individu peut avoir sur sa capacité à influencer un événement a donc des conséquences bénéfiques sur les réactions de stress comme l'ont souligné différents auteurs (Rascle, Irachabal, 2001 ; Dantzer, 1989 ; Wallston, 1989).

Cette croyance en la possibilité de contrôler une situation peut être de deux natures, (Folkman 1984) : soit générale, l'individu pense qu'il lui est possible de maîtriser les situations auxquelles il est confronté soit régulièrement, soit occasionnellement.

Dans ce dernier cas, le sujet croit disposer de possibilités de maîtrise et de contrôle dans une situation stressante bien particulière. C'est à cet aspect du contrôle perçu que nous allons nous attacher, afin d'étudier quelles sont les relations entre cette variable situationnelle, et le choix de coping des juges gymniques lors d'une compétition.

Ce rapport entre choix du coping et contrôle perçu a notamment été étudié par Iwasaki (2001). D'après ses travaux, qui aboutissent aux mêmes conclusions que Janoff-Bulman et al (1977), face à une situation perçue comme incontrôlable, les individus vont mettre en place des stratégies centrées sur les émotions, telles que la recherche de soutien social, afin d'obtenir des résultats positifs. Le même constat est fait par Folkman et al (1986). Dans la situation contraire, lorsque le sujet pense avoir du contrôle sur une situation, il va employer davantage de stratégies centrées sur le problème, comme par exemple le coping actif.

Dans certains cas, l'individu peut évaluer la situation comme contrôlable, mais sans être sûr qu'elle le soit jusqu'à son terme, il s'agit d'une situation modifiable. Dans ce genre de situation, selon Folkman et al (1986), le coping sur le problème est plus souvent utilisé.

Dans les études portant sur le coping en sport, peu d'entre elles se sont intéressées au contrôle perçu du sportif sur la situation de compétition.

Krohne (1992), estime que lorsqu'un sportif estime avoir peu de contrôle sur une situation stressante en compétition, il va ressentir davantage de stress, être moins concentré, et par conséquent, va réduire sa performance s'il essaie de résoudre cette situation.

Compass et al (1981) ainsi que Kowalski et Hoar (2005), estiment que les sportifs utilisent de préférence un coping centré sur les émotions s'ils estiment ne pas avoir de contrôle sur la situation, et un coping centré sur le problème s'ils pensent pouvoir contrôler la situation.

Cette idée de corrélation négative entre anxiété et sentiment de manque de contrôle est également soulignée par Haney et Long (1995). Ils affirment également que les sportifs, lorsqu'ils estiment ne pas avoir de contrôle sur la situation de compétition, vont utiliser préférentiellement un coping de désengagement.

Kaissidis-Rodafinos et al (1997), ainsi que Kaissidis et Anshel (2000), se sont penchés sur le cas des arbitres en basket-ball.

Ces derniers emploieraient plus de stratégies centrées sur l'évitement lorsqu'ils possèdent une impression de contrôle de la situation. Par conséquent, le contrôle perçu serait un prédicteur positif du coping d'évitement.

#### 2.3.3 Les états d'anxiété

Nous avons déjà abordé ce concept précédemment, mais il s'agissait d'étudier l'anxiété en tant que trait de la personnalité tandis que dans cette partie, nous allons nous intéresser à l'anxiété état.

Ainsi, l'anxiété a été beaucoup étudiée en psychologie, notamment depuis les années 1970, où elle était considérée comme ayant une nature unidimensionnelle, et étant source de conséquences négatives dans l'adaptation des comportements humains. Il faut attendre les années 1990, pour aboutir à une conception plus complexe (Martens, et al, 1990), et endossant un rôle important pour la performance des sportifs.

Si elle est un sentiment commun, Bolger (1990), estime d'ailleurs qu'il s'agit de « *l'émotion la plus caractéristique ressentie dans les situations stressantes* », les individus ne sont pas égaux devant elle, qu'il s'agisse de l'anxiété trait, tout comme de l'anxiété état, que Spielberger (1979), différencie.

En effet, si l'anxiété trait renvoie à une caractéristique stable de l'individu, l'anxiété état n'est pas une prédisposition stable et permanente, mais plus un état émotionnel dans une situation

particulière. Spielberger (1979, p.24) le définit comme « *un état émotionnel transitoire qui fluctue d'une situation d'anxiété à une autre* ».

L'anxiété se retrouve donc dans une situation de stress, Gould (1992), la définit même comme : « *l'impact émotionnel ou la dimension cognitive du stress* », et comme des « *réactions émotionnelles généralement déplaisantes qui accompagnent le stress* ».

Elle s'étudie désormais grâce à des questionnaires spécifiques, notamment en sport avec C.S.A.I.-2, et ce à partir de ses deux composantes : l'anxiété cognitive, et l'anxiété somatique, (Davidson et Schwartz, 1976).

L'anxiété cognitive s'opérationnalise sous forme de pensées ou d'images négatives, de baisses de l'attention, incapacité à se concentrer.

L'anxiété somatique se manifeste par des symptômes corporels variés : tremblements, boule à l'estomac, sueurs froides, pâleur.

La perception de ces deux formes d'anxiété est influencée par une troisième composante, la confiance en soi, (Hanton, Mellalieu et Hall, 2004), qui est communément considérée comme l'inverse de l'anxiété cognitive.

La confiance en soi correspond au fait de croire en soi et en ses capacités, d'être assurés de ses possibilités. Cette composante possède une valeur plus faible que les anxiétés cognitives et somatiques, qui ont toutes deux longtemps été étudiées par le même moyen, les mesures de leur intensité, c'est-à-dire la mesure du niveau d'anxiété ressenti.

De la même façon, l'anxiété a été considérée comme un fait négatif durant une longue période. Elle était perçue comme élément perturbateur de la performance. Il a fallu attendre les travaux de Jones (1991, 1995), pour que l'anxiété soit étudiée d'une nouvelle façon, et soit considérée autrement.

En effet, il introduit différentes notions rapportées à l'anxiété : la direction, et l'interprétation des états d'anxiété.

D'après ses travaux, pour une même intensité d'anxiété, les sportifs font une interprétation différente de leurs états d'anxiété, certains les ressentent comme étant facilitateurs de la performance, et d'autres comme perturbateurs.

L'importance de cette perception de l'anxiété dans la production de performance a ensuite été soulignée par plusieurs auteurs (Jones, Swain et Hardy, 1993 ; Jones et Swain, 1995 ; Swain et Jones, 1996).

Une autre caractéristique de l'anxiété a ensuite été étudiée, il s'agit de la fréquence d'apparition de ses symptômes, ce que Thomas, Maynard, et Hanton (2004) appellent la fréquence des intrusions cognitives.

D'autres chercheurs tels que Jones et Swain (1992), Jones, Swain et Hanton (1994) et Hanton, Thomas et Meynard (2004), ont centré leurs travaux sur le niveau d'expertise. Il en ressort que ce niveau n'a pas d'influence sur l'intensité de l'anxiété ressentie, mais qu'il joue un rôle dans l'interprétation de l'impact de ces états d'anxiétés. Ainsi, un sportif de haut niveau considèrera davantage un état d'anxiété comme facilitateur de la performance qu'un compétiteur de bas niveau.

Enfin, il nous paraît important de s'intéresser aux liens qui pourraient exister entre le niveau d'anxiété, et l'utilisation des différentes stratégies de coping dans le contexte sportif. Les études menées à ce sujet sont peu nombreuses à ce jour.

Ntoumanis et Biddle (2000), ont étudié le cas de joueurs de basket en prenant en compte l'intensité, la direction de l'anxiété, les composantes cognitives et somatiques en rapport avec des stratégies de coping telles que le désengagement comportemental, la distanciation, l'augmentation des efforts, la recherche de soutien social, la suppression des activités concurrentes et la ventilation.

Aucune influence de l'intensité et de la direction de l'anxiété cognitive sur les stratégies de coping n'est démontrée. Les auteurs soulignent tout de même que les sujets ressentant une haute anxiété cognitive ont davantage recours aux stratégies de désengagement du comportement et de ventilation des émotions, et qu'ils utilisent moins la distanciation.

Lorsque l'anxiété cognitive est considérée comme facilitatrice, les stratégies de suppression des activités concurrentes et d'augmentation des efforts sont favorisées, alors que quand cette réinterprétation est défavorable, le désengagement comportemental et la ventilation des émotions sont délaissés.

Cependant, même si cette étude ne démontre pas d'effet d'interaction entre l'intensité et la direction de l'anxiété cognitive et les stratégies de coping, elle démontre un tel effet entre l'intensité et la direction de l'anxiété somatique sur ces mêmes stratégies

Ainsi, un sportif avec une haute intensité d'anxiété somatique, estimée comme facilitatrice, utilise plus de stratégies d'augmentation des efforts, et de suppression des activités concurrentes, et moins celles de désengagement comportemental et de ventilation des émotions qu'un sportif avec une intensité d'anxiété somatique autant élevée, mais considérée cette fois-ci comme perturbatrice.

Toujours sur les joueurs de basket, Madden, Summers et Brown (1990), étudient les associations entre le niveau de stress ressenti, et les stratégies de coping mises en œuvre.

Il en ressort que les sportifs ressentant de hauts niveaux de stress, sont amenés à utiliser davantage de stratégies de coping d'augmentation des efforts, de coping centrés sur le problème, de recherches de soutien social, et de pensées magiques, que ceux dont le niveau de stress serait moins élevé.

Dans les travaux d'Eubank et Collins (2000), il est souligné que chez des joueurs de tennis et chez des gymnastes chez lesquels l'anxiété facilite la performance, le recours à des stratégies centrées sur les émotions et sur le problème est favorisé, soit des stratégies telles que l'acceptation, ou la réinterprétation positive.

Cependant, ces résultats sont à considérer avec précaution, les auteurs ayant utilisé une version dispositionnelle du COPE.

Les travaux de Gaudreau et Blondin (2002), soulignent l'existence d'une corrélation significative entre un haut niveau d'anxiété cognitive et somatique, et l'utilisation de stratégies de coping centrées sur le désengagement, comme par exemple le désengagement comportemental et la ventilation des émotions.

Ces quelques travaux nous démontrent donc que le coping possède un caractère instable et inconsistant.

Nous pouvons nous demander si cet état fluctuant peut être rapproché de ceux des états internes du cerveau ? Or, la traduction française du terme « coping » (stratégies d'ajustement) réfute cette fluctuation et souligne plutôt une pluralité des stratégies de coping



Les preuves allant dans le sens d'un coping instable et inconsistant sont d'ailleurs assez peu nombreuses, car l'anxiété est considérée généralement comme une conséquence de l'inefficacité des stratégies de coping utilisées (Campen et Roberts, 2001), et non comme cause de coping, elles se heurtent à des problèmes expérimentaux et méthodologiques.

Ce problème expérimental et méthodologique trouve ses origines dans la difficulté d'isoler les processus de coping et d'anxiété, au sein même du processus de stress décrit par Lazarus et Folkman (1984), processus dynamique et circulaire.

### **3 LA COMBINAISON DES FACTEURS DISPOSITIONNELS ET SITUATIONNELS SUR LES STRATEGIES DE COPING**

Comme nous avons pu le voir dans les parties précédentes, l'utilisation des stratégies de coping est influencée non seulement par des facteurs stables, mais aussi par des facteurs situationnels (Le Scanff, 1998).

Cette constatation est notamment faite par Lazarus et Folkman (1984), dans la théorie transactionnelle du stress, qui souligne les rapports entre le stress, le coping, l'individu, et son environnement.

L'étude de Carver et al (1989), a été la première à aboutir à une vision consistance et inconsistante du coping en fonction des situations.

Diverses études se sont dès lors penchées conjointement sur les caractéristiques de la situation et sur l'importance des différences individuelles dans le choix des stratégies de coping,

Toujours dans ce sens, Parkes (1986), démontre que les facteurs environnementaux et situationnels sont tout aussi importants dans la sélection du coping, que les caractéristiques individuelles.

Ainsi, d'après ses travaux datant de 1986, l'extraversion est généralement utilisée avec des formes de coping directes, telles que les stratégies centrées sur le problème, tandis que le névrosisme est lié à une faible utilisation de ce coping centré sur le problème.

Cette étude souligne également que le névrosisme, l'importance du stresser, et les demandes professionnelles, peuvent être considérés comme prédicteurs de la mise en place de coping de suppression, c'est-à-dire chercher à ignorer la situation et ne pas agir de façon impulsive.

Dans ses travaux de 1984, McCrae fait varier la nature de l'événement.

En effet, il demande à des sujets répartis en deux échantillons de remplir le Coping Questionnaire, afin de connaître leur réaction face à un événement stressant.

Le premier échantillon choisit un événement stressant et répond à ce questionnaire, la classification de la situation est faite par la suite comme menace, challenge, ou dommage/perte.

Le second échantillon répond au même questionnaire, mais après que la situation ait été déterminée comme menace, challenge, ou dommage/perte.

Les résultats mettent en évidence une importante influence de la situation sur le choix des réponses.

Ainsi, face à un challenge, les stratégies de persévérance et d'humour sont les plus utilisées, tandis qu'en situation de perte, les stratégies davantage employées sont la croyance et le fatalisme.

De plus, les résultats du second échantillon soulignent une consistance intra individuelle des stratégies mises en place face au stress en fonction des trois sources de stress proposées (83% des 81 corrélations sont significatives).

L'influence situationnelle sur les réponses de coping est également étudiée par Terry (1994). La nature de la situation influence le choix des stratégies centrées sur le problème, tandis que celles centrées sur les émotions sont influencées par les évaluations situationnelles, telles que la vulnérabilité et la menace.

Le fait d'avoir déjà été confronté à une situation qui nous paraît être similaire à celle que nous rencontrons joue également un rôle dans l'utilisation des stratégies de coping. Terry (op.cit) démontre que les sujets agissent comme ils l'ont fait par le passé (si leur action a été profitable à ce moment là), lorsqu'ils se retrouvent face à une situation qu'ils estiment être la même, sans que le réemploi de cette même stratégie s'avère nécessairement efficace dans la seconde situation. Cela se vérifie en particulier pour le coping centré sur le problème.

Le niveau de stress est lui aussi un facteur important, lorsqu'un individu accorde un même niveau de stress à deux situations, il va utiliser davantage des stratégies de recherche de sens et de minimisation.

Enfin, dans ces mêmes travaux, Terry mêle les stratégies de coping, les variables situationnelles, et dispositionnelles. Ceci montre que les évaluations situationnelles ont un effet modérateur sur les effets que l'estime de soi a sur l'emploi de la stratégie d'évasion, et que le névrosisme possède également une influence sur la stratégie d'auto-blâme. Néanmoins, les effets du type de situation sur l'utilisation des actions instrumentales et sur la mobilisation de support sont médiées partiellement par les évaluations situationnelles.

Le type de situation n'a pas été le seul facteur à être étudié en même temps que des caractéristiques personnelles. Holahan et Moos (1987), se sont intéressés à la fois à certaines de ces caractéristiques, ainsi qu'à des facteurs sociodémographiques, et contextuels,.

Ces travaux concluent sur le fait que la confiance en soi et la décontraction, l'éducation et les revenus, le soutien familial et les événements de vie négatifs, sont des prédicteurs de l'utilisation de stratégies de coping actif comportemental et du coping d'évitement.

Les résultats soulignent également l'importance de la spécificité de la situation dans le choix du coping, les variables contextuelles ayant eu une plus forte importance pour le groupe contrôle que pour les individus dépressifs.

De plus, les réponses de coping ayant été mesurées deux fois, avec une année d'écart, les analyses de ces réponses mettent en évidence une stabilité du coping, les mesures initiales du coping et les nouvelles étant fortement corrélées.

Le type de stressor est également l'une des caractéristiques étudiées par Compas, Forsythe et Wagner (1988).

Ils étudient la façon de faire face d'étudiants en présence de deux stressors : une source de stress d'accomplissement, de réussite, et un facteur interpersonnel.

Pendant un mois, ces étudiants répondent au questionnaire une fois par semaine.

Il en ressort que l'utilisation du coping est consistante quand un même étudiant évalue le même stressor à une occasion différente.

Cependant, lorsque les deux stressors sont différents, les auteurs soulignent une inconsistance, ce qui les amène à la conclusion que la stabilité temporelle est plus forte que la consistance trans-situationnelle.

Carver et Scheier (1994), ont eu eux aussi des étudiants pour sujets d'étude.

Ils ont évalué les styles de coping de 125 étudiants en début de semestre, puis ont effectué trois mesures situationnelles de coping et de certaines émotions deux jours avant un examen, cinq jours après, ce qui correspondait à deux jours avant l'obtention des résultats, et cinq jours après la remise de notes.

Cette étude met en évidence une instabilité des stratégies de coping orientées sur la tâche (acceptation, coping actif, planification par exemple), entre les périodes pré et post examens.

Une instabilité des stratégies de coping orientées vers les émotions est également soulignée entre la période d'attente des résultats et après l'obtention de ces derniers.

Cependant, en ce qui concerne les stratégies de désengagement comportemental, de consommation d'alcool, de recours à la religion, de déni et de restructuration positive, une stabilité est décelée.

Enfin, quant aux styles de coping, ils sont fortement liés avec les réponses situationnelles du coping, notamment pour la religion et la consommation d'alcool, tandis que la stratégie de suppression des activités annexes n'est pas corrélée au coping dispositionnel.

Une étude auprès d'étudiants en médecine a été menée par Stewart et Schwarzer (1996), un questionnaire de coping leur était soumis à huit mois d'intervalle. L'étude des résultats fait émerger une forte instabilité dans l'utilisation de l'ensemble des stratégies de coping sauf pour l'humour et la religion. Il s'agit des deux seules stratégies pour lesquelles une analyse de régression montre qu'elles sont prédites au temps 1 de l'expérimentation.

De plus, les traits de personnalité prédisent peu les stratégies de coping dans cette étude.

Le trait d'anxiété ne prédit aucune stratégie, l'optimisme uniquement la restructuration positive.

De la même façon, les données situationnelles, telles que la réussite académique et les événements de vie négatifs, ne sont que peu corrélés avec les stratégies de coping.

Toujours concernant les étudiants, Bouchard Guillemette et Landry-Léger (2004), mettent en avant le fait que le coping est déterminé à la fois par les facteurs dispositionnels, et situationnels.

Larsson, Kempe, et Starrin (1988), ont quant à eux travaillé avec des officiers de police ayant répondu à cinq reprises à un questionnaire sur le coping faisant référence à la situation la plus stressante vécue au cours des 10 derniers jours.

L'étude des résultats démontre une consistance dans l'utilisation des stratégies de coping dans différentes situations, ainsi qu'une influence des réponses selon l'âge des sujets ainsi que leur grade professionnel.

Dans leurs travaux datant de 2005, Rovira, Fernandez, Castro et Edo, soulignent une détermination directe du coping par les variables situationnelles et indirectes par les variables dispositionnelles.

Tous ces résultats nous aident à cerner la relation entre facteurs situationnels, dispositionnels et l'utilisation des stratégies de coping, mais il nous paraît indispensable de vérifier ces propositions dans notre champs de recherche : le domaine du sport.

#### 3.1 Etudes combinant les effets des facteurs situationnels et dispositionnels dans le sport

Quelques études ont été menées quant à cette question, dans diverses disciplines sportives.

Menés en 1997, les travaux d'Anshel et Kaissidis concernent le basket. Ils étudient des dispositions personnelles, telles que le style de coping, la recherche d'information et l'évitement, ainsi que des variables situationnelles, comme la perception du stress et du contrôle.

La relation entre ces éléments et les stratégies de coping est étudiée en fonction de quatre stressseurs : la perte du ballon, la sanction donnée par l'arbitre, manquer un panier facile ou un lancer franc, et être en train de perdre le match.

D'après les résultats, les variables situationnelles expliquent davantage la variance des réponses de styles de coping. L'étude de Kaissidis-Rodafinos, et Anshel (2001), aboutit aux mêmes résultats.

Les autres études sur ce sujet portent sur des sports individuels, tels que la natation, avec les travaux de Crocker et Isaak (1997).

Ils ont évalué le coping des nageurs à trois reprises : pendant un entraînement, avant et après une compétition.

Il en ressort que les réponses de coping sont constantes pendant les entraînements, mais qu'elles varient lors des compétitions.

Les travaux de Pensgaard et Ursin (1998), soulignent également une variabilité des stratégies de coping au cours d'une compétition. Il s'agit ici de sports d'hiver avec les athlètes norvégiens ayant participé aux Jeux Olympiques de Lillehammer.

Ces athlètes ont davantage recours à des coping de défenses, comme par exemple le coping centré sur les émotions, quelques jours avant la compétition que quelques heures avant et pendant l'épreuve.

Cependant, les auteurs soulignent que l'utilisation du coping centré sur le problème reste stable que ce soit quelques jours avant, quelques heures avant, ou pendant la compétition.

La variabilité du coping selon les moments de mesure est également démontrée dans les travaux de Folkman et Moskowitz (2004), en volley, et dans ceux de Gaudreau, Lapierre et Blondin (2001), en golf, avec l'utilisation du MCOPE.

Les coping de golfeurs professionnels sont évalués à trois reprises : pendant la compétition, juste après l'épreuve, et quelques jours plus tard.

Gaudreau, Blondin et Lapierre s'intéressent de nouveau aux stratégies de coping employées par les golfeurs en 2002, et les nouveaux résultats démontrent que les golfeurs qui n'ont pas atteint le but souhaité connaissent une diminution de l'utilisation du coping orienté sur la tâche, sur les émotions, et l'évitement entre la phase précompétitive et les phases post-compétitives.

Nicholls, Holt, Pollman, et James (2005), ont étudié les comportements de coping de joueurs de golf adolescents durant 31 jours, où les plus grandes sources de stress

apparaissaient avoir pour origine faire une erreur technique, faire une erreur mentale, observer un adversaire qui joue bien, et jouer avec des conditions climatiques difficiles. Il en ressort que les stratégies centrées sur le problème étaient plus fréquemment utilisées par ces sportifs que celles centrées sur les émotions ou que l'évitement. De plus, cette fréquence augmentait lorsque les sources de stress s'additionnaient.

Si cette étude s'est déroulée dans des conditions de compétition réelles, ce n'est pas le cas de tous les travaux menés à ce sujet. Ainsi, les recherches d'Anshel et Anderson sur le tennis de table se sont faites en situation expérimentale, la situation mise en place étant considérée comme stressante.

Il s'agit ici de s'intéresser aux liens qui peuvent exister entre les styles de coping, les stratégies de coping, les affects et les performances motrices.

Les résultats concluent à l'existence d'une liaison modérée entre les styles de coping et les stratégies d'approche et d'évitement. Le coping d'approche est corrélé négativement avec les affects négatifs avant, pendant, et après l'épreuve. Le coping d'évitement n'est pas lié avec les affects.

Dinca et Rosnet (2006), ont examiné les réponses de coping d'escrimeurs à partir d'entretiens semi directifs.

Ce coping était évalué en fonction de leurs expériences antérieures, et de leurs perspectives motivationnelles. Les analyses des résultats démontrent qu'il existe une influence à la fois de l'expérience antérieure, mais aussi de la motivation sur les choix de coping.

Ainsi, si le coping centré sur le problème est favorable pour l'accomplissement des objectifs, le coping orienté sur l'émotion, et l'évitement peuvent avoir des conséquences positives, comme négatives, en fonction des caractéristiques individuelles, et situationnelles.

En conclusion, les stratégies de coping sont donc utilisées en fonction des facteurs situationnels, et personnels ; toutefois les facteurs dispositionnels seraient moins prédicteurs de la variance du coping.

Enfin, comme nous avons pu le constater précédemment, tous les résultats ne vont pas dans le même sens.

De plus, il est important de souligner que la pratique faisant l'objet de notre travail n'a pas encore été véritablement étudiée. Le coping des officiels sportifs a été le sujet de quelques recherches, mais pas en gymnastique artistique, ni dans aucun des sports à jugement humain.

De la même façon, les facteurs de stress des juges gymniques ont fait l'objet d'une étude seulement, celle-ci ne prenant pas en compte certains aspects techniques de la pratique tels que la différenciation des agrès lents et rapides.

C'est pourquoi il nous semble intéressant de mener une étude plus approfondie sur le coping de ces juges, sur les différents stressseurs qu'ils peuvent être amenés à rencontrer, ainsi que l'impact de l'ordre de passage sur la notation, comme nous allons essayer de le présenter dans la partie suivante.

Celle-ci va nous permettre d'exposer notre problématique ainsi que les différentes hypothèses qui en découlent, hypothèses que nous essaierons par la suite de vérifier.



---

**EMERGENCE D'UNE PROBLEMATIQUE ET LES HYPOTHESES QUI EN SONT  
ISSUES**

Dans la première partie de nos travaux, nous avons tenu à présenter la gymnastique artistique sous un angle historique. En effet, il nous paraissait important de retracer les différentes étapes que ce sport a traversées, et qui ont eu un rôle majeur dans les changements qui ont été opérés dans la pratique sportive elle-même, mais aussi dans l'élaboration du jugement de la performance gymnique.

Cette analyse démontre que l'institutionnalisation du règlement et du jugement s'est avérée nécessaire pour organiser des compétitions internationales, dans un premier temps, et pour rendre cohérent et consistant le règlement, et ainsi éviter les erreurs de notations, dans un second temps.

L'existence de certains types de ces erreurs, ou biais, a par ailleurs été démontrée dans diverses études scientifiques, comme cela est le cas pour le biais d'ordre de passage, (Scheer et Ansorge, 1979).

Afin de faire face aux nombreuses informations à prendre en compte, en un temps limité, les notations seraient sujettes à ce biais, sous la forme de schémas, leurs permettant de ne prendre en compte que les éléments paraissant pertinents quant à leur prise de décision.

Ce recours à des schémas « facilitant » la notation provient du fait que la pratique gymnique, notamment féminine, a particulièrement évolué au cours du siècle dernier, de telle sorte que le jugement a du également s'y adapter. Ces remaniements ont lieu tous les quatre ans, les juges devant alors suivre une formation permanente, nommée « recyclage », afin de se remettre à niveau. Les éléments présentés par les sportives sont de plus en plus nombreux, et les différences de niveaux entre les gymnastes s'amenuisent, ce qui peut alors entraîner l'utilisation de schémas, tels que ceux se référant à la relation entre niveau et placement de la gymnaste, autrement dit, le biais de l'ordre de passage.

Cependant, si la pression temporelle, et la multiplication des éléments, peuvent provoquer l'apparition d'un tel biais, nous pouvons penser que d'autres éléments peuvent également en être la cause, il pourrait s'agir d'autres sources de stress.

En effet, si les acteurs du monde sportif que sont les juges représentent un élément indispensable aux compétitions puisqu'elles ne pourraient avoir lieu sans eux, leur travail n'est pas pour autant reconnu, ni même mis en valeur lorsqu'il est bien fait.

Au contraire, selon les avis d'entraîneurs, gymnastes, et spectateurs, ils semblent être à l'origine de beaucoup des dysfonctionnements lors des épreuves. Les sportifs, entraîneurs, ou journalistes, n'hésitant pas à relever les erreurs de notations, mais ne disant mot lorsque l'exercice de notation est correctement réalisé.

Depuis quelques années, le public ose également manifester son désaccord, comme par exemple lors de la finale des Jeux Olympiques à Athènes en 2004, à l'occasion de la finale de la barre fixe, où le public s'est levé et a copieusement sifflé la note attribuée à un sportif, qu'il estimait trop basse.

Si les juges n'ont pas à craindre pour leur intégrité physique, comme cela peut être le cas pour certains sports, tels le football, leur activité est tout de même particulièrement génératrice de stress.

Ce dernier provient de l'essence même de l'activité, c'est à dire la maîtrise du code de pointage, le temps de notation limité, du travail en collaboration avec d'autres juges, ou encore des compétitions très longues sans temps de pause par exemple.

A ces éléments s'ajoutent également la pression du public comme nous l'avons déjà souligné, mais aussi celle produite par les entraîneurs, les présidents de club, ou de fédérations, sans oublier les autres membres du jury.

Peu d'études ont été menées sur ce sujet, c'est pourquoi il nous semblait important de déterminer les éléments pouvant être considérés comme sources de stress par les juges.

En prenant compte de cette absence de références, nous avons décidé de présenter les concepts théoriques de stress.

Les points de vue à ce sujet ont fortement évolué au cours de son étude ; s'il était au départ considéré comme un événement externe, puis interne de l'organisme, nous pouvons aujourd'hui parler d'approche transactionnelle du stress. A cette approche, définie par Lazarus et Folkman, (1984) correspond un processus mettant en jeu l'individu et ses caractéristiques personnelles, en interaction avec son environnement.

Cette conception s'applique au monde sportif, et particulièrement aux situations de compétitions, où l'environnement est en changement perpétuel.

En effet, lors d'une épreuve, le juge doit « faire face », et s'adapter à la situation, afin d'agir et de prendre les décisions les plus justes, et c'est dans ce sens qu'il a recours à différentes stratégies de coping.

Ces dernières correspondent aux efforts mis en œuvre pour modifier une situation ressentie comme étant stressante, c'est à dire lorsque le juge perçoit un déséquilibre entre la situation environnementale, et ses propres ressources.

Plusieurs études, (Louvet, Genty, 2005 ; Voight, 2009 ; Anshel, Weinberg, 1996), ont été menées sur ce sujet, en s'intéressant le plus souvent aux sportifs. Si quelques études se sont penchées sur le cas des arbitres de sports collectifs, ( Louvet, Gaudreau, Menaut, Genty, Deneuve, 2009) , à ce jour, aucune n'a abordé le sujet des juges en gymnastique artistique. Or, il nous semble que la question de l'adaptation au stress chez ces sujets est en relation avec la diminution du risque d'erreurs de notation.

De la même façon, le niveau d'expertise, ainsi que l'expérience, n'ont été que peu souvent pris en compte dans ce type de recherche, ceux-ci nous paraissant pourtant être des facteurs essentiels des capacités d'adaptation au stress des individus.

Il nous semble alors important de les différencier.

Si l'expertise correspond aux compétences que possède un sujet et fait référence à une notion de qualité, l'expérience renvoie aux connaissances qu'un individu a pu acquérir par la pratique. Ainsi dans nos travaux, le terme expertise renverra à l'échelon de notation obtenu par le sujet, tandis que l'expérience renverra aux nombres d'années depuis lesquelles le juge officie, ainsi qu'au fait d'avoir un vécu de gymnaste ou d'entraîneur.

Ces deux critères méritent donc d'être mis en relation avec les analyses portant sur les sources de stress, les personnalités, et la mise en place de stratégies de coping chez les juges en gymnastique artistique féminine.

Un autre point mérite d'être souligné, il s'agit de la question de la stabilité du coping dans le temps, et de sa consistance selon les situations.

Si dans leur conception transactionnelle du stress, Lazarus et Folkman, (1984), définissent le coping comme étant « constamment changeant », des recherches révèlent que le choix des stratégies de « faire face au stress » peut être parfois stable et consistant, et d'autres fois instable et inconsistant.

Les individus peuvent donc parfois avoir recours à une stratégie plutôt qu'à une autre, et dans d'autres moments, ou d'autres situations, décider de s'adapter au problème.

Une stratégie sera stable et consistante si son choix repose sur les traits de personnalité, tandis qu'elle sera davantage instable et inconsistante si son choix repose sur le contexte, la situation.

C'est ici que réside l'intérêt d'effectuer une analyse de la personnalité des juges.

De plus, pour obtenir une réponse à propos de ce phénomène, il est intéressant de procéder également à une étude longitudinale, celle-ci permettant de vérifier si les sujets ont recours aux mêmes stratégies à des moments différents de la saison.

Notre problématique va s'articuler autour de plusieurs axes, le premier apportant des précisions sur les sources de stress chez les juges en gymnastique artistique féminine.

Ces sources sont-elles les mêmes en fonction de l'expertise des juges, c'est-à-dire, pour des officiels de niveaux différents ? De même l'expérience du juge, par conséquent son ancienneté, mais aussi le fait d'être, ou d'avoir été gymnaste et/ou entraîneur a-t-il une influence sur le fait de ressentir une situation comme stressante?

L'axe suivant concerne les aspects « techniques » du jugement, avec la prise en considération de l'assignation à un agrès en particulier. La différenciation en fonction de l'expertise et de l'expérience sera également abordée.

Le troisième axe cherche à dresser un profil psychologique de ces juges, de rendre saillants certains éléments de leur personnalité. Ce même axe pose également la question des différences de profil en fonction de l'expérience, soit de l'ancienneté du juge et de son passé en tant qu'entraîneur et/ou gymnaste, et de l'expertise, c'est-à-dire en fonction du niveau de juge.

D'autre part, le quatrième axe tentera d'analyser la façon de faire face aux situations stressantes à des moments différents d'une saison sportive.

Le cinquième et dernier axe se centre sur ces différences d'utilisation des stratégies de coping, ainsi que sur l'attribution de notes lors d'une compétition

Afin de répondre à ces interrogations, nous avons élaboré plusieurs hypothèses que nous tenterons de vérifier dans nos différentes études.

*Hypothèse 1* : Les juges sont plus sensibles à certaines catégories de sources de stress que d'autres, notamment en fonction de leur niveau d'expertise, ou de leur expérience.

Dans l'étude 1, nous présenterons un récapitulatif des sources de stress pour les juges en gymnastique artistique féminine, source par source, mais aussi regroupées dans différentes catégories. Nous tenterons également de déceler un éventuel effet de l'expérience et/ou de l'expertise sur cette perception d'éléments stressants.

*Hypothèse 2* : Les agrès dits « rapides » sont considérés comme étant une plus grande source de stress que les agrès « lents ».

La seconde étude portera donc sur un aspect plus technique de la gymnastique artistique. Elle s'intéressera aux sources de stress ressenties par les juges en fonction des agrès à juger.

*Hypothèse 3* : Les juges avec une faible expérience présentent un profil psychologique, des ressentis de perfectionnisme et d'estime de soi différents de ceux des juges avec une longue expérience.

*Hypothèse 4* : Les juges experts présentent un profil psychologique, des ressentis de perfectionnisme et d'estime de soi différents de ceux des juges non experts.

Afin d'essayer de vérifier ces hypothèses, dans l'étude suivante nous dresserons un profil psychologique, non exhaustif des juges de gymnastique au travers de certains traits de personnalité, (trait d'anxiété, estime de soi, optimisme, pessimisme, perfectionnisme, cf. supra p.93). L'influence du niveau d'expertise, de l'expérience et la polyvalence ou non dans la discipline sera également soulignée.

Cette étude porte donc sur le rôle de l'expérience que possèdent ou non les juges sur certaines caractéristiques de l'individu. L'expérience fait ici référence au fait d'officier depuis de nombreuses années ou non, mais aussi l'expérience en tant qu'entraîneur et/ou gymnaste. De

même, l'influence de l'expertise, soit le niveau de notation pour lesquels les juges sont habilités à juger y est abordée.

*Hypothèse 5* : L'emploi des stratégies de coping varie en fonction de variables situationnelles et dispositionnelles.

La question de la stabilité et consistance du coping sera abordée dans cette quatrième étude, tout comme les états d'anxiété précompétitive (l'intensité et la direction de l'anxiété cognitive, somatique, et de la confiance en soi cf. supra p.106). Nous chercherons à voir si les juges adaptent leurs choix de coping tout au long de la saison, ou si, au contraire, ils ont toujours recours aux mêmes stratégies.

De la même façon, nous tenterons de vérifier si le choix des dimensions de coping est influencé par des éléments dispositionnels tels que certains traits de personnalité, ou s'il est fonction de la situation.

*Hypothèse 6* : Les juges dont la notation reflète la présence du biais d'ordre de passage ont davantage recours aux stratégies de coping centrées sur la recherche de soutien social que ceux dont les scores ne montrent pas la présence de ce biais.

La cinquième et dernière étude mettra en rapport les stratégies de coping employées avec la présence ou non du biais d'ordre de passage.

Pour mener à bien ces différentes études, nous avons pris le parti de conduire plusieurs recherches dont une longitudinale de type quantitatif avec trois points de mesure dans le temps. La procédure, le matériel employé, et la population examinée sont présentés dans la partie suivante.

**PARTIE**  
**EXPERIMENTALE**

# **METHODOLOGIE**



## **1. La population**

253 juges ont participé à nos travaux, dont 15 hommes, sur plus de 3000 juges contactés au départ. Cependant, tous ces juges n'ont pas pris part à toutes les différentes étapes de notre étude. De ce fait, nous effectuerons une présentation détaillée de la population des juges ayant participé à chacune des études au début de ces dernières. 213 de ces 253 juges ont participé aux études 1 et 2, les 40 autres juges à l'étude 3. Parmi ces 40 juges, 14 représentent l'échantillon des juges de l'étude 4, et 18 ceux de l'étude 5.

L'âge de tous les participants varie entre 15 et 70 ans ( $M= 26,76$  ;  $ET=9,92$ ), et le nombre d'années d'expérience de 1 à 35 année ( $M=8,74$  ;  $ET=6,94$ ).

En ce qui concerne le niveau d'expertise de ces juges, 31 étaient de niveau 1<sup>27</sup>, 62 de niveau 2, 94 de niveau 3, 54 de niveau 4, et 12 de niveau 5. (Nous avons choisi regrouper les niveaux 3.1 et 3.2 appartenant à la FFG, cette fédération étant la seule parmi celles ayant participé à notre étude à faire une dissociation de ce niveau de juge).

La différence de participants selon le genre étant trop importante, nous n'avons pu mener d'études de comparaison entre les hommes et les femmes. Nos travaux se sont centrés sur les différences selon l'expérience, et les niveaux d'expertise.

**Tableau 5 : Effectifs, âge, expérience totale des juges des cinq études en fonction de leur niveau d'expertise**

<b>Niveau de juge</b>	<b>Nombre de participants</b>	<b>Age moyen</b>	<b>Ecart-type</b>	<b>Ancienneté</b>	<b>Ecart-type</b>
<b>1</b>	31	23,22	10,07	3,29	4,11
<b>2</b>	62	22,08	8,61	5,21	3,83
<b>3</b>	94	26,44	8,69	8,72	5,86
<b>4</b>	54	32,39	9,21	13,92	6,71
<b>5</b>	12	37,64	8,58	19,01	8,61

<sup>27</sup> Le niveau 1 correspond au niveau de jugement le plus bas, le niveau 5 représente le niveau international

## **2. Outils de recueil des données**

Afin de pouvoir travailler avec le plus grand nombre de juges possible, tout au long de nos travaux, nous avons cherché à travailler à l'aide de questionnaires relativement courts et permettant l'évaluation des sources de stress chez les juges en gymnastique, des traits de personnalité, de certains états situationnels et des dimensions de coping employées face au stress.

Ce désir de maintenir un grand nombre de participants tout au long de nos travaux a surtout été encouragé par la mise en place d'une étude longitudinale. De la même façon, le choix d'étudier certains traits de personnalité en particulier dans nos autres études ne s'est pas fait de façon arbitraire. Nous avons retenu ceux qui nous paraissaient être les plus judicieux dans notre démarche. De plus la longueur des questionnaires semblait être un facteur de participation, nous craignons que les sujets ne veuillent participer si les questionnaires étaient trop compliqués, et demandaient trop de temps pour être remplis.

Ainsi, nous n'avons pas fait remplir d'inventaire de personnalité, mais en ce qui concerne les variables dispositionnelles, nous avons choisi d'évaluer le trait d'anxiété, l'estime de soi, l'optimisme et le pessimisme ainsi que le perfectionnisme (cf. supra p.93).

Quant aux variables situationnelles nous avons décidé de travailler sur l'intensité et la direction des états d'anxiété cognitive, somatique et sur la confiance en soi. Le choix de ces variables est justifié par le fait qu'elles nous semblaient pouvoir avoir une influence sur le travail des juges. En effet, nos travaux portant également sur les stratégies de coping, notre étude va s'intéresser aux trois dimensions qui sont le coping centré sur le problème, sur les émotions, et sur la recherche de soutien.

### 2.1 Mesure des sources de stress

Aucun questionnaire en langue française n'évalue les sources de stress chez les juges en gymnastique artistique, c'est pourquoi nous avons tenté d'en créer un.

Ce travail fait l'objet de l'étude 1, où le pré-test, puis les résultats de l'étude seront présentés.

## 2.2 Mesure des variables dispositionnelles

L'échelle multidimensionnelle de perfectionnisme (MPS ; Hewitt et Flett 1991), traduit et validé par Labrecque, Stephenson, Boivin et Marchand, (1998), a rendu possible l'évaluation des trois composantes du perfectionnisme des juges :

Orienté sur soi : « *Lorsque je travaille à quelque chose, je ne parviens pas à me détendre tant que tout n'est pas parfait* ».

Orienté sur autrui : « *J'attends beaucoup des personnes qui sont importantes pour moi* ».

Prescrit par autrui : « *Mon entourage s'attend à ce que je réussisse en tout* ».

Cette échelle se compose de 45 items, notés au moyen d'une échelle type Likert en 7 points, (de 1 à 7), les scores pouvant donc fluctuer de 15<sup>28</sup> à 105. Un score élevé indique alors un haut niveau de perfectionnisme chez un individu.

Chaque dimension de perfectionnisme comprend 15 items, et sur les 45 items, 19 sont inversés.

L'optimisme dispositionnel a été évalué au moyen du Life Orientation Test Revised (LOT-R ; Scheier, Carver et Bridges, 1994), traduit et validé par Trottier (1999). Il se compose de 10 items, dont 3 inversés et 4 de remplissage.

L'évaluation de chacun de ces items se fait avec une échelle de type Likert en 5 points (de 0 à 4).

Lorsqu'un individu obtient un score élevé, cela signifie qu'il possède un fort optimisme.

Nous avons choisi de travailler à l'aide de cet outil malgré le débat qui peut exister aujourd'hui autour de sa structure factorielle.

Lors de la validation de ce questionnaire, l'optimisme a été présenté comme un facteur unidimensionnel, c'est-à-dire comme un facteur dispositionnel.

---

<sup>28</sup> Nous parlons ici du score attribué à chacune des dimensions, lesquelles comptent 15 items, et non du score pouvant être obtenu à partir des 45 items constituant le questionnaire.

Or, en travaillant avec ce même questionnaire divers auteurs, (Chang, Maydeu-Olivares et D'zurilla, 1997 ; Gaudreau et Blondin, 2004 ; Sultan et Bureau, 1999), ont pu déceler une solution en deux facteurs : un d'optimisme dispositionnel, et un de pessimisme dispositionnel.

Ces deux facteurs se mesurent avec un score pouvant aller de 0 à 12, un score élevé reflétant un niveau d'optimisme ou de pessimisme élevé.

Dans notre étude, ce questionnaire présentera donc deux échelles de 3 items chacune, par exemple : «*Tout compte fait, je m'attends à ce qu'il m'arrive plus de bonnes que de mauvaises choses* » pour l'échelle d'optimisme, et «*Si quelque chose doit aller mal pour moi, ce sera le cas* », en ce qui concerne l'échelle de pessimisme.

Le Rosenberg Self-Esteem Scale (SES ; Rosenberg, 1965) nous a permis de mesurer l'estime de soi globale. Ce questionnaire se compose de 10 items permettant d'évaluer si le sujet se considère comme une personne de valeur, ayant de belles qualités... Pour cela, il doit se positionner sur une échelle type Likert en 4 points selon son accord ou non avec des affirmations telles que «*Je pense que je possède un certain nombre de qualités* ».

Le score correspond à 1 si la personne est tout à fait en désaccord avec l'affirmation, et à 4 s'il est tout à fait en accord. 5 items doivent être inversés.

Les scores totaux s'étalent de 10 à 40. Une note élevée indiquant une haute estime de soi.

Afin de mesurer le trait d'anxiété, nous avons utilisé le State Trait Anxiety Y-B (STAI ; Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vaag, et Jacobs 1983), traduit et validé par Bruchon-Schweitzer et Paulhan (1993).

Il permet d'estimer les sentiments d'appréhension, la tension, la nervosité, ainsi que l'inquiétude qu'un individu peut ressentir « en général ».

Ce questionnaire se compose de 20 items comme par exemple «*Je m'en fais trop pour des choses qui n'en valent vraiment pas la peine* ». 9 de ces items sont inversés.

Les réponses se font sur une échelle de type Likert en 4 points. Les scores bruts se situent donc entre 20 et 80. Plus le score est important, plus le sujet possède une anxiété trait élevée.

### 2.3 Mesure des variables situationnelles

Notre travail portant sur l'anxiété situationnelle lors des compétitions, nous avons évalué son intensité à l'aide du Competitive State Anxiety Inventory 2 (CSAI-2 ; Martens et al., 1990), traduite et validée par Debois (2001)

Il se compose de 27 items, notés sur une échelle type Likert en 4 points (de 1 à 4). Un item est inversé, et chaque état précompétitif comprend 9 items. Les scores sont compris entre 9 et 36.

Lorsque le score d'intensité est élevé sur une sous échelle d'anxiété, cela signifie que le sujet possède une haute anxiété cognitive, somatique, ou encore une forte confiance en soi.

Afin de mesurer la direction de cette anxiété précompétitive, nous avons utilisé l'échelle directionnelle de Jones, (1991), qui a été ajoutée au CSAI-2.

Cette direction se mesure elle aussi sur une échelle type Likert, mais en 7 points, allant de -3 à +3, les scores pouvant donc s'étaler de -27 à +27.

Plus le score est élevé, plus le sujet perçoit ses états d'anxiété somatique, cognitive ou de confiance en soi, comme favorable pour la situation de compétition.

Quelques autres données situationnelles : la difficulté perçue de la tâche, le contrôle perçu du match, le degré de satisfaction, et l'enjeu de la rencontre pour le juge et pour les gymnastes, ont été mesurées grâce à des échelles en 10 points.

### 2.4 Mesure du coping

Les différentes stratégies de coping utilisées avant et pendant une compétition ont été mesurées au moyen du Ways of Coping Checklist (Vitaliano, Russo, Carr, Mairudo et Becker, 1985), traduit et validé par Cousson, Bruchon-Schweitzer, Quintard, Nuissier et Rasclé (1996).

Ce questionnaire se compose de 27 items :

10 pour le coping centré sur le problème : *«J'ai établi un plan d'action et je l'ai suivi»*.

9 pour le coping centré sur les émotions : *« Je me suis culpabilisé(e)»*.

8 pour le coping centré sur la recherche de soutien : « *j'ai parlé à quelqu'un de ce que je ressentais* ».

Un item de ce questionnaire est inversé, et tous sont évalués avec une échelle type Likert en 4 points (de 1 à 4).

Les scores obtenus vont donc de 10 à 40 pour le coping centré sur le problème, de 9 à 36 pour celui centré sur les émotions, et de 8 à 32 pour le coping centré sur la recherche de soutien.

Une dimension est fortement utilisée lorsque le score lui correspondant est élevé.

### 2.5 Mesure de l'effet d'ordre de passage

Chaque juge s'est vu remettre une feuille de report des scores attribués pendant une compétition, pour au moins une équipe. Ils devaient y indiquer l'agrès où ils avaient officié, ainsi que la note de départ de la gymnaste et la note finale de cette dernière.

## **3. Procédure**

Les questionnaires portant sur les sources de stress, et employés pour les études 1 et 2 ont été envoyés puis recueillis par email.

Afin d'obtenir la participation du plus grand nombre de juges possible, nous avons envoyé des demandes de participation auprès des fédérations francophones (belge, françaises, québécoise, et suisse), ainsi qu'à tous les comités départementaux et régionaux en France.

La plupart nous ont transmis les fichiers contenant les adresses email de leurs juges et certaines ont directement fait suivre nos questionnaires aux personnes concernées, nous avons donc pu envoyer le questionnaire à environ 3500 juges, et avons obtenus 213<sup>29</sup> réponses exploitables, ce qui représente un taux assez faible de participation, qui est d'environ 6%.

---

<sup>29</sup> Ces 213 juges sont ceux qui ont participé aux études 1 et 2, ils font partie du panel des 253 sujets ayant pris part à nos travaux, toutes études confondues.

En ce qui concerne les questionnaires utilisés pour les études 3, 4 et 5, la passation s'est également faite par email.

Une passation en temps réel, lors des Championnats d'Europe de Gymnastique en 2008 devait avoir lieu, mais la responsable des juges s'est décommandée deux semaines avant la compétition, nous avons donc du envisager une autre solution.

Nous nous sommes alors retournés vers le comité régional d'Aquitaine, qui n'a pas souhaité prendre part à cette étude, répondant à notre demande par les termes suivant : « *les juges ne ressentent aucun stress en officiant, et que si cela doit être le cas, ils doivent se trouver une autre occupation de loisir* ».

La dernière solution était donc de contacter directement des juges à la fin d'une compétition en début de saison afin de leur demander s'ils seraient intéressés pour participer à nos travaux, ainsi que de contacter des clubs qui pourraient nous donner les coordonnées de leurs juges.

Les juges des études 1 et 2 sont donc différents de ceux des études 3, 4, et 5.

La seconde passation concernait les questionnaires portant sur les variables dispositionnelles : le trait d'anxiété, l'estime de soi, l'optimisme et le pessimisme ainsi que le perfectionnisme [STAI+SES+LOT R+EMP]. Les questionnaires sur les états d'anxiété et sur le coping étaient également joints à cet envoi [CSAI-2 modifié + WCC].

Nous avons fait le choix de procéder à une première passation assez longue pour les juges, afin de s'assurer que le plus grand nombre d'entre eux répondraient aux questionnaires sur les traits de personnalité. En effet, nous craignons un fort taux d'abandon au cours de l'étude, le nombre de juges nous ayant répondu étant déjà peu important au départ (40 juges).

Lors de la troisième passation, Les juges devaient remplir les questionnaires portant sur les états d'anxiété ainsi que sur le coping [CSAI-2 modifié + WCC], ainsi qu'une fiche de report des notes attribuées lors de la dernière compétition où ils avaient officié (les juges étaient prévenus de l'envoi de cette fiche lors de la première passation).

Le nombre de participants a beaucoup baissé lors de cette passation, 26 juges seulement ayant répondu, mais seuls 14 questionnaires se sont finalement avérés exploitables.

Le dernier envoi comportait de nouveau les questionnaires sur les états d'anxiété et sur le coping [CSAI-2 modifié + WCC] ainsi que 5 échelles en 10 points sur les mesures situationnelles. Seuls deux juges nous ont répondu...

La première vague de questionnaires a été envoyée en début de saison, au mois de décembre, les juges avaient un mois de délai pour nous le renvoyer.

La seconde vague a eu lieu deux mois après la clôture de la première passation, soit en mars, au cœur de la saison sportive, le délai de renvoi était également d'un mois.

La dernière passation a débuté en juin, en fin de saison, et les juges pouvaient nous renvoyer les questionnaires jusqu'à la fin du mois de juillet.

De nombreuses relances ont été envoyées durant les mois dédiés à la réception des questionnaires, car nous ne souhaitons pas dépasser les limites de temps fixées, les saisons gymniques étant relativement courtes (Janvier à Juin), à l'exception du haut niveau où les périodes de compétitions sont bien plus étendues. Il était donc important que chaque passation de questionnaire n'excède pas la durée d'un mois qui lui était impartie, afin de pouvoir laisser les deux mois de délais entre chaque passation.

Les questionnaires reçus ont ensuite été traités de façon à essayer de valider ou non nos hypothèses qui seront rappelées dans chacune de nos études.



# **ETUDE 1**

## **LES SOURCES DE STRESS DES JUGES EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE**

## **Présentation de l'étude 1**

Cette étude a pour premier objectif d'identifier les sources de stress présentes dans le jugement gymnique et de vérifier notre hypothèse 1 : Les juges sont plus sensibles à certaines catégories de sources de stress qu'à d'autres, notamment en fonction de leur niveau d'expertise, ou de leur expérience.

Des résultats significatifs permettraient aux organisateurs des compétitions, ainsi qu'aux formateurs, de modifier certains éléments afin de diminuer le stress perçu par les juges.

Le second objectif est de déterminer s'il existe des différences au niveau de ces sources de stress, en fonction de certaines caractéristiques telles que le niveau d'expertise, ou l'ancienneté.

Plus particulièrement, nous nous attendons à ce que les juges de bas niveau, et ceux avec le moins d'expérience ressentent un plus grand nombre de situations comme étant stressantes, que les juges de haut niveau et ceux avec beaucoup d'expérience.

Les sous-hypothèses envisagées sont présentées ci-dessous:

1 Le ressenti des situations en tant que sources de stress est différent selon l'expérience du juge

2 Le ressenti des situations en tant que sources de stress est différent selon l'expertise du juge

## **Méthodologie**

### **1. Participants**

213 juges de gymnastique artistique féminine de tous niveaux, dont 11 hommes ont participé à cette étude 1.

L'âge de ces participants oscille entre 15 et 77 ans ( $M= 26,66$ ). Le nombre d'années d'expérience correspond au nombre d'années depuis lequel ils arbitrent. Il varie de une à 35 années ( $M=8,73$ ).

Des juges appartenant à diverses fédérations ont participé, la Fédération Française de Gymnastique (181), la Fédération Québécoise, la Fédération Suisse, la Fédération Belge,

l'Ufolep, la FSGT<sup>30</sup>, et la FSCF<sup>31</sup>. Parmi tous ces juges, 10 étaient de niveau international, 28 de niveau <sup>32</sup>1, 53 de niveau 2, 81 de niveau 3, et 41 de niveau 4.

La totalité des niveaux d'expertise (de départemental à international) sont représentés dans cette étude. Une présentation plus détaillée de ces niveaux en fonction des fédérations d'appartenance (en ce qui concerne la France), est proposée dans les tableaux 1 et 2 (pp ; 30 et 31).

La répartition des juges dans les groupes d'ancienneté s'est faite de la manière suivante.

Dans le groupe 1 sont présents les juges officiant depuis moins de 5 ans (N=74), dans le groupe 2 ceux qui sont juges depuis 5 à 10 ans (N= 73), et dans le dernier groupe, ceux qui possèdent plus de 10 ans d'expérience (N=66).

**Tableau 6: Présentation des juges ayant participé à l'étude 1**

Niveau d'expertise	Nombre de juges	Age moyen	Ecart-type	Ancienneté	Ecart-type
1	28	22,32	9,73	3,61	4,63
2	53	21,66	8,70	4,94	3,91
3	81	26,79	8,70	8,86	5,88
4	41	33,17	9,63	14,36	6,89
5	10	37,7	9,09	19,1	9,19

## 2. Outil de recueil des données

Nos préoccupations à ce niveau étaient d'utiliser un questionnaire relativement complet pour évaluer les sources de stress dans le jugement gymnique. Un tel questionnaire n'existant pas en langue française, nous avons essayé d'en créer un, à l'aide du questionnaire

<sup>30</sup> Fédération Sportive et Gymnique du Travail

<sup>31</sup> Fédération Sportive et Culturelle de France

<sup>32</sup> Le niveau1 renvoie au niveau le plus bas de jugement, le niveau 5 correspond au niveau international.

sur les sources de stress de l'USAG<sup>33</sup> établi par Duda. J.L., Brown, Borysowicz. M.A., St Germaine. K., (1996), et retravaillé avec deux juges de niveau 3 à partir d'entretien semi directs.

## 2.1 Conception du questionnaire

Afin d'élaborer ce questionnaire, nous avons repris les différents items du questionnaire de Duda et al (1996), et essayé de les adapter au fonctionnement du jugement en France. Pour cela, les deux juges devaient commenter chaque item, et nous indiquer si oui ou non, cette situation pouvait se présenter lors de compétitions. Les items<sup>34</sup> (N=67) ont ensuite été redistribués dans neuf dimensions, les mêmes que celles du questionnaire de Duda et al (1996), et sur le même modèle de distribution que pour cet outil, c'est-à-dire :

Nature de la compétition (9 items)

Organisation (6 items)

Craintes en tant que juge (7 items)

Relations entre pairs (9 items)

Difficultés de notation et règlement (9 items)

Relations avec entraîneurs/instances dirigeantes (8 items)

Relations avec les gymnastes (2 items)

Relations avec le public (7 items)

Difficultés liées à l'activité de juge et dispositions personnelles (10 items au départ)

Après en avoir discuté avec les deux juges de niveau 3, nous avons décidé de regrouper les dimensions « difficultés liées à l'activité de juge », et « dispositions personnelles », qui étaient distinctes dans le questionnaires de Duda et al (1996), d'une part pour leur proximité, (l'une traitait par exemple des difficultés de transport et de logement, et l'autre de l'alimentation, et de la fatigue), et d'autre part parce que chacune d'entre elle comprenait un petit nombre d'items (6 et 4).

En ce qui concerne la dimension « relations avec entraîneurs/ instances dirigeantes/club et gymnastes », nous avons choisi de la scinder en « relations avec entraîneurs/instances

---

<sup>33</sup> United States of America's Gymnastics

<sup>34</sup> Seuls 66 items ont finalement été retenus dans notre questionnaire comme nous allons le présenter dans la partie du Pré-test

dirigeantes/clubs », et en « relations avec les gymnastes ». Dans l'outil de Duda et al (1996), ces deux dimensions étaient regroupées.

A la suite de la mise en place de ce questionnaire ( cf. Annexe A), nous avons effectué un pré-test afin de vérifier sa validité.

## 2.2 Pré-test

Nous avons effectué un pré-test avec 20 juges, ce qui représente environ 10% de la population totale de notre étude.

L'âge de ces juges se situe entre 15 et 49 ans, (M=26.6), et le nombre d'année d'expérience entre 1 et 34 ans, (M= 9.95).

Chaque niveau de juge compte 4 représentants.

Après avoir récupéré les questionnaires, nous avons traité les résultats à l'aide du logiciel SPSS.19 afin de vérifier la cohérence, ainsi que la puissance de notre outil de mesure.

La distribution des réponses des juges suit une loi normale, ce qui nous amène à mettre en évidence que nous pouvons utiliser des tests paramétriques.

### 2.2.1 Mesure de la cohérence

Pour savoir si notre questionnaire était cohérent de façon globale, nous avons fait une analyse de fiabilité regroupant tous les items. Cette dernière nous a donné l'alpha de Cronbach de notre outil :  $\alpha = 0.951$ , ce qui représente un taux tout à fait satisfaisant.

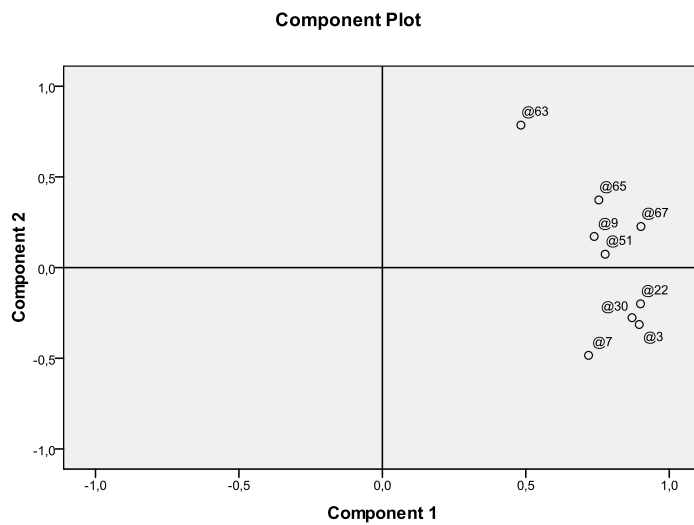
Une analyse de fiabilité a ensuite été menée pour chacune des dimensions. Là aussi, les taux d'alpha de Cronbach indiquent l'existence d'une cohérence pour toutes les dimensions. Les résultats sont présentés dans le tableau suivant.

**Tableau 7: Résultats de l'analyse de fiabilité selon les dimensions**

<u>Dimension</u>	<u><math>\alpha</math> de Cronbach</u>	<u>Corrélation minimale</u>	<u>Corrélation maximale</u>
Nature de la compétition	0.918	0.046	0.928
Organisation	0.781	0.053	0.773
Craintes en tant que juge	0.821	0.034	0.780
Relations entre pairs	0.884	0.116	0.915
Difficultés de notation et règlement	0.879	0.078	0.855
Relations avec entraîneurs/instances dirigeantes/clubs	0.823	0.000	0.782
Relations avec les gymnastes	0.842	0.728	0.728
Relations avec le public	0.905	0.219	0.852
Dispositions personnelles	0.762	-0.405	0.753

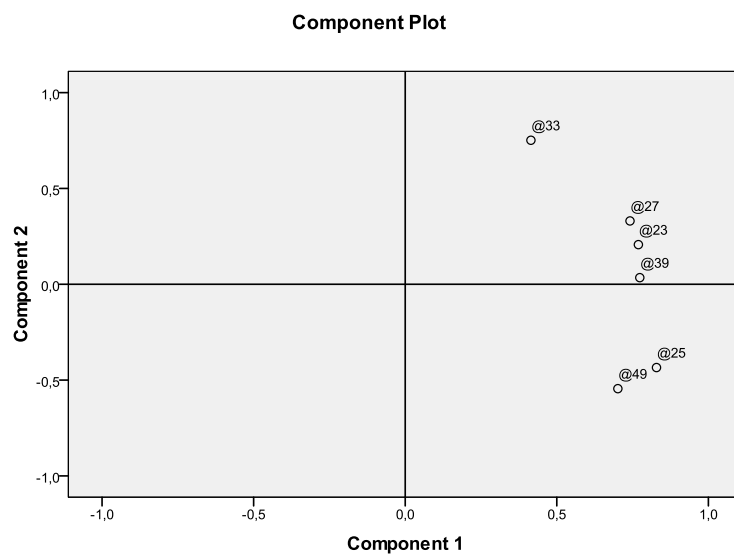
Après l'obtention de ces résultats, nous avons choisi de faire une analyse en composante principale avec une rotation de carte factorielle en deux dimensions pour chacune des dimensions. Le but de cette opération statistique était de déterminer si tous les items étaient regroupés de façon pertinente.

Figure 4 : ACP Nature



Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

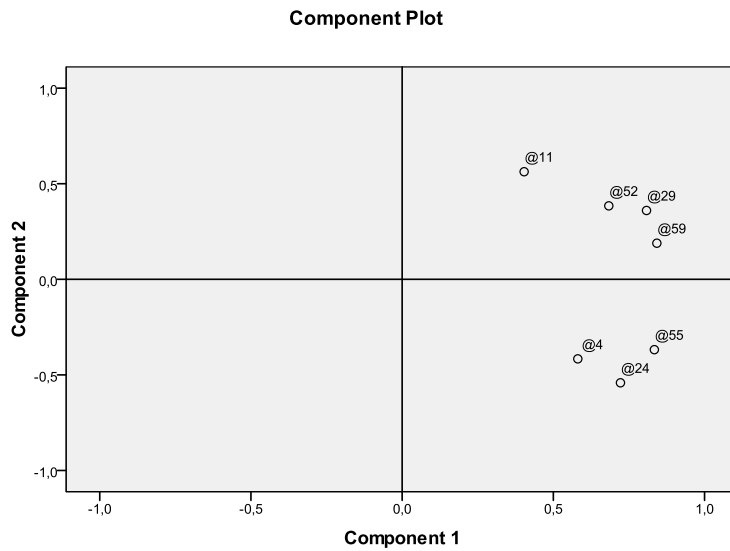
Figure 5 : ACP Organisation



Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la

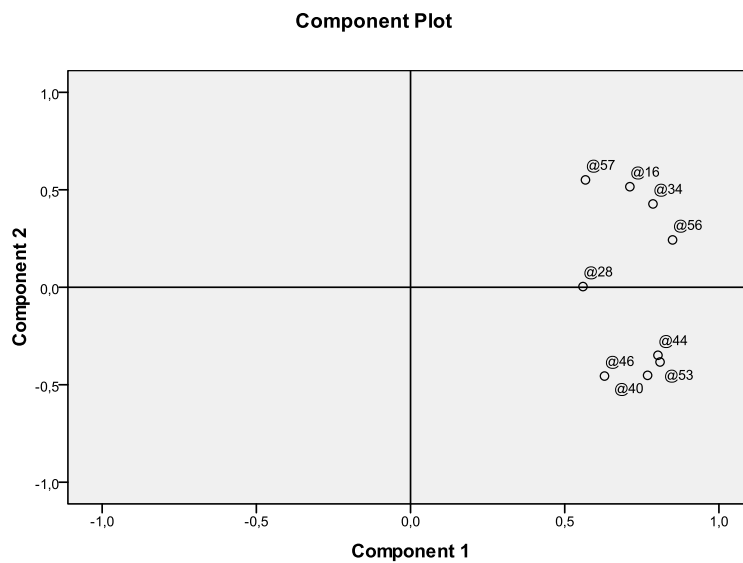
construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

**Figure 6 : ACP Craintes**



Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

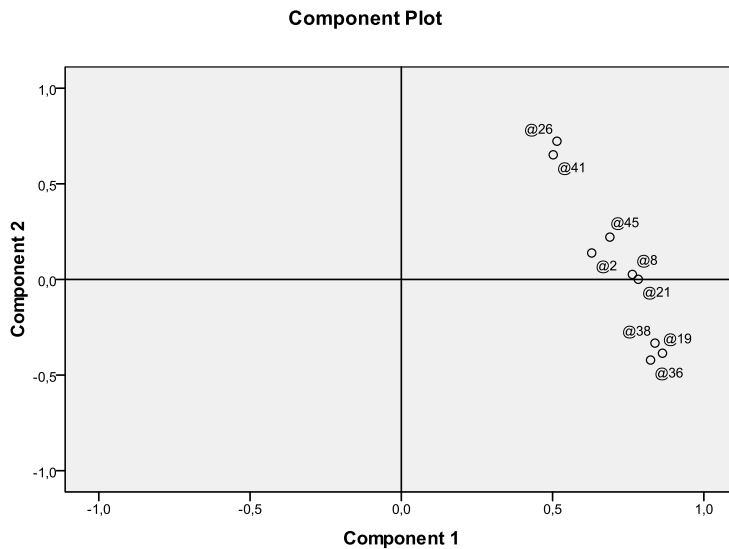
**Figure 7 : ACP Relations entre pairs**





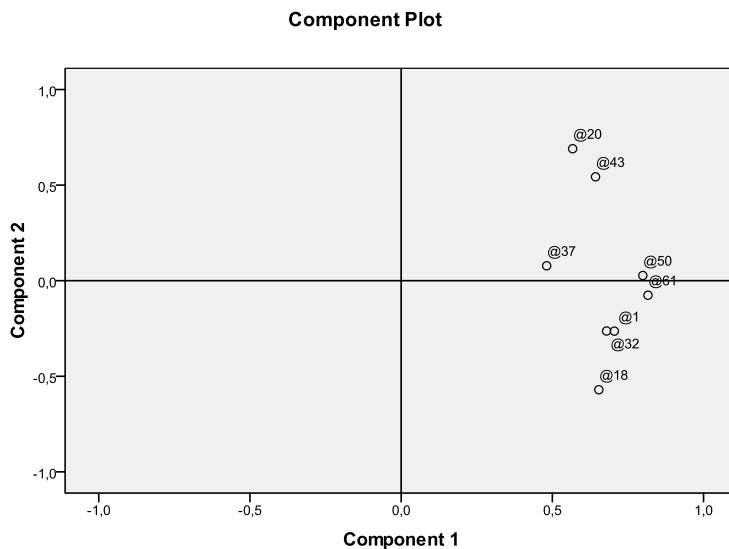
Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

**Figure 8 : ACP Difficultés de notation**



Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

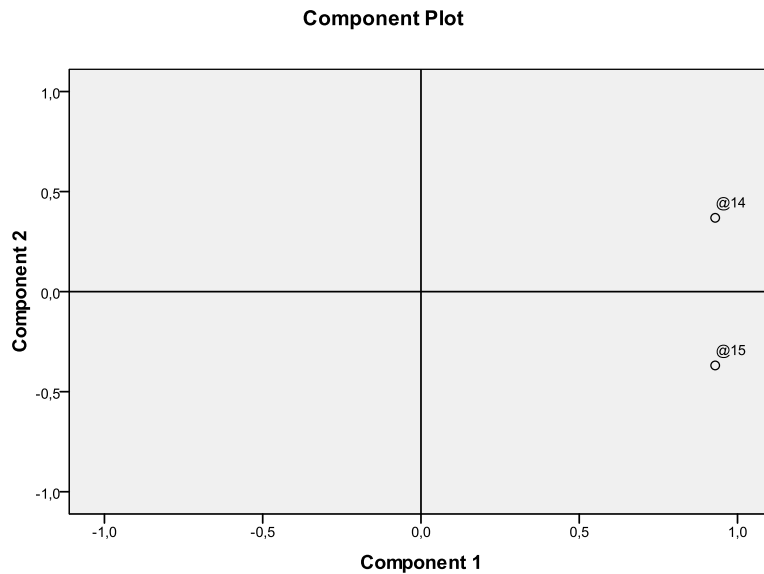
**Figure 9 : ACP Relations avec entraîneurs/instances dirigeantes/clubs**



Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la

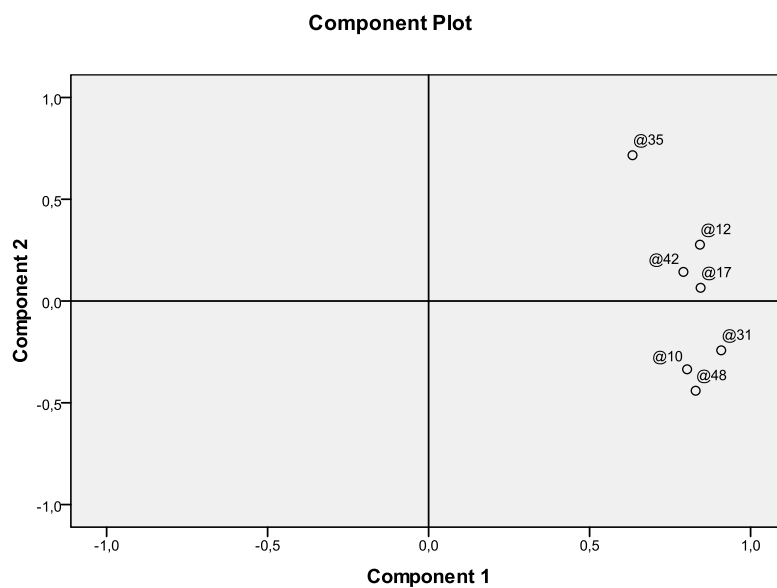
construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

**Figure 10 : ACP Relations avec les gymnastes**



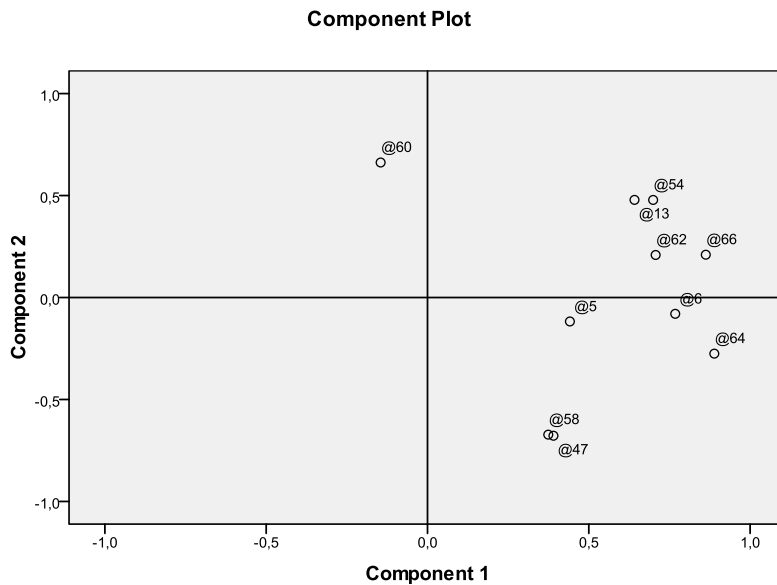
Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

**Figure 11 : ACP Relations avec le public**



Tous les items se situent du même côté de l'axe, ils contribuent donc dans le même sens à la construction de cet axe. Par conséquent, nous pouvons conserver tous les items présents dans cette dimension.

Figure 12 : ACP Dispositions personnelles



Nous remarquons que l'item 60 (« être conduit par quelqu'un qui ne respecte pas le code de la route ») se situe de l'autre côté de l'axe, il contribue donc négativement à ce dernier. Nous avons donc choisi de le retirer des résultats.

Cette différence pour cet item peut s'expliquer par le fait qu'il fait référence à une situation générale, le danger en voiture, qui n'est pas spécifique au cas du jugement gymnique. Il n'est peut être pas assez précis pour s'intégrer à cette dimensions.

Nous avons alors procédé au calcul de l'alpha de Cronbach pour cette dimension, sans cet item :

$\alpha=0.817$ , corrélation minimale = -0.088, et corrélation maximale= 0.753.

Le taux d'alpha de Cronbach de cette dimension est donc supérieur lorsque nous retirons l'item 60.

Le questionnaire, ainsi que les dimensions construites semblent donc être cohérentes. Il nous a ensuite semblé nécessaire de mesurer la puissance de ces dimensions.

### 2.2.2 Mesure de la puissance

Nous avons effectué une analyse factorielle regroupant les 66 items conservés puisque comme vu précédemment nous n'avons pas pris en compte l'item 60 dans nos résultats.

Les résultats montrent que la variance est expliquée à 42,12% par le premier facteur. Le second facteur n'expliquant que 12,256% de cette variance, nous pouvons considérer la possibilité d'accepter une seule réponse uni factorielle pour cette étude. Notre questionnaire comporterait donc une seule dimension, pouvant être nommée « sources de stress », et 9 sous dimensions, à faible saturation correspondant à celles dont la cohérence a été vérifiée par les analyses de fiabilité.

Notre outil de mesure ayant été vérifié, nous avons pu l'utiliser dans notre étude, le mode de passation est détaillé dans la partie suivante.

### 2.3 Mode de passation du questionnaire

Afin de rendre compte au plus près de la réalité l'aspect « stressant » du jugement gymnique, et ce à tous niveaux, nous souhaitons toucher un maximum de juges, surtout à haut niveau, où ils sont peu nombreux.

Pour cela, nous avons contacté diverses fédérations francophones, qui ont directement transmis le questionnaire par mail aux juges internationaux concernés.

Pour les juges de niveaux inférieurs, nous avons contacté tous les comités départementaux et régionaux qui, pour ceux qui ont accepté de collaborer, nous ont ensuite transmis les adresses email de leurs juges.

D'autres juges ont été contactés à l'aide d'un appel à participation paru sur un forum internet pour les juges de gymnastique.

A la suite de quoi, tous les questionnaires ont été transmis par email. Les juges disposant d'un mois pour envoyer les réponses.

Le questionnaire est composé de 67 items, (l'item 60 a été laissé, mais non pris en compte dans l'analyse des résultats), notés au moyen d'une échelle de type Likert en 4 points (de 0 à 3), un score élevé correspondant à une situation fortement stressante.

Les résultats ont ensuite été traités avec une moyenne globale, correspondant à la dimension

« sources de stress », puis d'après chacune des sous dimensions.

## **Résultats**

### **1. Résultats selon items**

Dans un premier temps, nous avons effectué un classement des items dans un ordre décroissant, (de la situation la plus stressante, à celle étant considérée comme générant le moins de stress).

**Tableau 8: Score moyen des items**

ITEM	SCORE/3
Compétition de grande importance	1,91
Dispute avec entraîneur	1,84
Commettre une erreur de notation	1,6
Présence d'un juge avec lequel on a eu une mauvaise expérience	1,59
Crainte d'avoir un score éloigné de celui des autres juges	1,53
Réclamation de l'entraîneur	1,49
Voir des gymnastes exécuter des éléments non maîtrisés	1,45
Etre en manque d'expérience	1,29
Juger un exercice en un temps limité	1,25
Peur d'oublier un élément	1,21
Juger des gymnastes très expérimentées	1,19
Changement d'agrès à juger au dernier moment	1,17
Etre assigné à un agrès particulier	1,16
Absence de certains juges	1,15
Conflit avec des membres de sa fédération	1,15
Sur-noter un exercice	1,14

Etude1 : Les sources de stress des juges en gymnastique artistique féminine

Sous-noter un exercice	1,12
Juger avec des juges de niveaux supérieurs	1,08
Commentaires des entraîneurs	1,08
Crainte d'avoir affaire à un entraîneur violent	1,06
Devoir noter des gymnastes de son propre club ou de sa propre nation	1,05
Etre fatigué(e) pendant la compétition	1,02
Présence d'entraîneur(s)	1
Appartenir au jury A (composition)	1
Retenir toutes les informations nécessaires à la notation	1
Adaptation du code de pointage décidée pendant la réunion de juges	0,99
Rester attentif pendant toute la compétition	0,98
Salle pas ou peu suffisamment équipée pour accueillir une compétition	0,96
Compétition longue, présentant plusieurs tours	0,95
Présence d'un juge expert	0,94
Conflits avec des membres de son club	0,91
Retard dans déroulement de la compétition	0,86
Confrontation avec des gymnastes	0,81
Se tenir au courant des nouveaux éléments	0,8
Concilier vie familiale et activité de juge	0,73
Juger une compétition d'exercices libres	0,72
Juger avec des juges de niveaux inférieurs	0,72
Affichage des notes pour le public	0,72
Devoir faire un long trajet pour aller juger	0,71
Avoir affaire à un public de connaisseur	0,69
Concilier vie professionnelle et activité de juge	0,67
Devoir partager sa chambre avec une autre personne (juge, entraîneur...)	0,62

Etude1 : Les sources de stress des juges en gymnastique artistique féminine

Crainte de manquer de sommeil	0,61
Se tenir au courant des changements de règles du sport	0,61
Crainte de représailles	0,6
Commentaires des gymnastes	0,56
Manifestation du public	0,54
Jalousie entre juges	0,54
Commentaires du public	0,49
Présence de médias	0,46
Présence de d'autres juges	0,39
Devoir porter a tenue officielle	0,39
Qualité des repas servis (sandwich, plat non apprécié...)	0,36
Devoir dormir ailleurs que chez soi pour une compétition éloignée	0,36
Compétition individuelle	0,34
Juger des gymnastes peu expérimentées	0,33
Juger une compétition d'exercices imposés	0,30
Juger de jeunes gymnastes	0,29
Appartenir au jury B (exécution)	0,28
Présence de public	0,25
Aucun système de sécurité prévu pour les juges	0,24
Compétition par équipe	0,21
Compétition à double plateau	0,21
Avoir affaire à un public de non connaisseurs	0,17
Compétition de niveau local	0,17
Avoir affaire à un public homogène	0,15

Nous pouvons remarquer que plusieurs dimensions sont représentées dans les dix sources étant considérées comme les plus stressantes. Afin de mieux cerner quelles sont celles qui

causeraient le plus de stress, nous avons procédé à un classement en fonction des dimensions.

## 2. Résultats selon la dimension principale

Nous avons calculé les scores totaux de chaque juge, et avons procédé à des analyses de comparaison de moyennes selon l'expérience et l'expertise des juges.

Le score le moins élevé est de 0.045, et le plus élevé de 1.925 (M= 0827 ; ET= 0.414).

### 2.1 Résultats selon l'expérience

L'expérience comprend le nombre d'années depuis lequel le juge officie, ainsi que les autres rôles qu'il a pu endosser dans la pratique sportive, c'est-à-dire, est-il également entraîneur et/ou gymnaste ?

Nous allons tout d'abord nous intéresser au nombre d'années de pratique

#### 2.1.1 Résultats selon l'ancienneté

Le nombre d'années d'expérience des juges pouvant aller de 1 à 35 ans, nous avons choisi de regrouper les juges dans trois groupes différents. Le premier correspond aux juges officiant depuis 1 à 5 ans compris. Le second, regroupe des juges en activité pour une période allant de 6 à 9 ans, et le dernier groupe comprend les officiels en exercice depuis au moins 10 ans.

Les résultats sont présentés dans le tableau suivant.

**Tableau 9 : Résultats généraux selon l'ancienneté**

Groupe d'ancienneté	Nombre	Moyenne/3	Ecart type
1	74	0.99	0.45
2	73	0.74	0.348
3	66	0.74	0.387



Le groupe 1, donc celui des juges possédant la plus petite ancienneté, présente une moyenne plus élevée que pour les deux autres groupes.

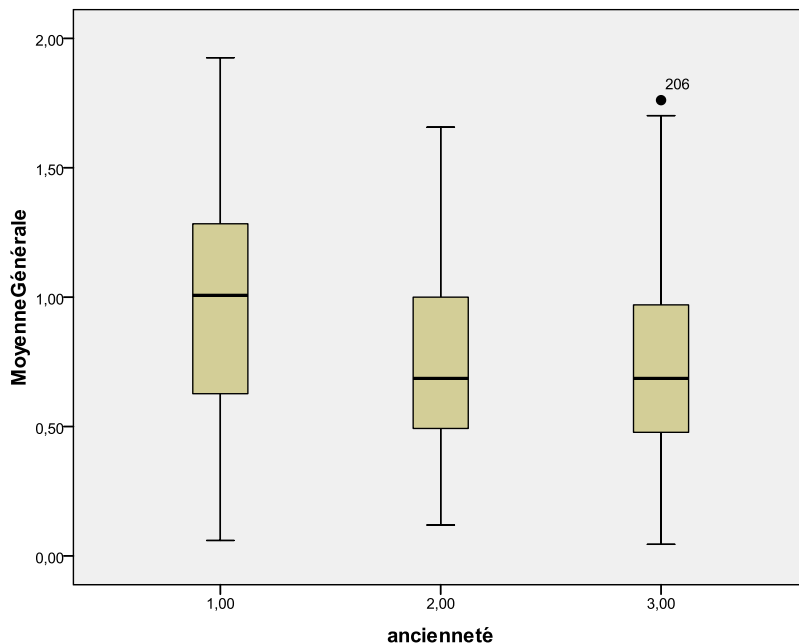
Afin de vérifier s'il existe des différences significatives entre les moyennes de ces groupes, nous avons procédé à une « Anova »<sup>35</sup>.

Cette dernière nous donne la valeur de p suivante :  $p=0.000$  (S)

L'analyse de Variance (ANOVA) révèle donc un effet significatif de l'ancienneté sur la variation des scores généraux pour notre test portant sur les sources de stress.

Mais dans quelle direction cette différence de moyenne est-elle significative ? La figure suivante répond à notre question

**Figure 13 : Effets de l'ancienneté sur les moyennes de sources de stress**



Les juges avec le moins d'ancienneté sont donc plus sensibles à davantage de sources de stress, ou du moins ils estiment ces sources beaucoup plus stressantes que les juges officiant depuis plus longtemps.

Il faut également souligner que le juge n° 206 est sur groupé par rapport aux autres juges de son groupe d'appartenance (groupe d'ancienneté 3). Les résultats quantitatifs ne nous permettant pas de savoir pourquoi, une investigation qualitative aurait pu être menée pour expliquer cette différence pour ce sujet.

<sup>35</sup> Devant plusieurs groupes, tous engendrés par des lois normales indépendantes de variances identiques, mais dont les moyennes peuvent être différentes, l'ANOVA donne une réponse quantitative à la question de savoir si les moyennes mesurées sur le groupe sont significativement différentes.

### 2.1.2 Résultats selon les autres fonctions dans la discipline

Nous avons cherché à savoir si le fait d'être entraîneur et/ou gymnaste possédait un impact sur les sources de stress.

Dans cette étude, 84 juges ne sont pas entraîneurs, 129 le sont, et 78 juges sont également gymnastes (135 ne le sont donc pas).

**Tableau 10 : Résultats selon les autres fonctions dans la discipline**

Fonction	Nombre	Moyenne/3	Ecart type
Entraîneur	129	0.851	0.403
Non entraîneur	84	0.791	0.429
Gymnaste	78	0.887	0.456
Non gymnaste	135	0.793	0.386

Nous avons ensuite effectué des comparaisons de moyennes selon les rôles joués ou non dans la discipline en plus de celui de juge.

**Tableau 11 : Résultats des comparaisons de moyenne en fonction de la polyvalence des juges**

Rôle	Valeur de p
Entraîneur/Non entraîneur	p=0.300 (NS)
Gymnaste/Non gymnaste	p=0.3110 (NS)

Les analyses de Variance ne révèlent pas d'effets significatifs des différentes fonctions que les juges peuvent avoir en gymnastique sur les réponses au questionnaire sur les sources de stress.

Notre sous hypothèse est donc en partie vérifiée par les résultats généraux, l'ancienneté ayant un effet significatif sur le ressenti des situations comme stressantes, au contraire de la polyvalence des juges qui possède un effet non significatif.

Nous allons vérifier si les scores généraux au questionnaire sont influencés par l'expertise des juges.

## 2.2 Résultats selon l'expertise des juges

Le tableau suivant présente le nombre de juges de chaque niveau ayant participé à cette étude, ainsi que les moyennes et écarts types.

**Tableau 12 : Résultats généraux selon l'expertise**

Niveau de juge	Nombre	Moyenne/3	Ecart type
1	28	0.953	0.385
2	53	0.945	0.424
3	81	0.790	0.418
4	41	0.697	0.355
5	10	0.694	0.459

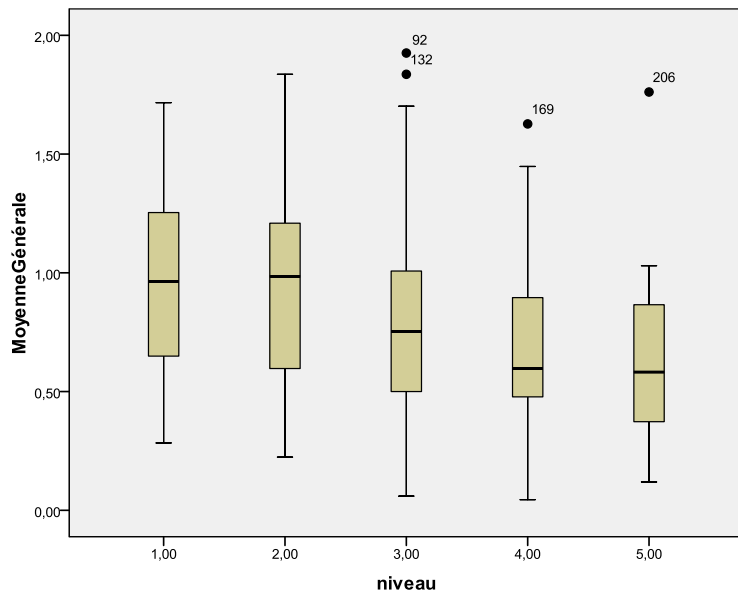
Nous pouvons constater que les moyennes générales obtenues au questionnaire diminuent lorsque l'expertise augmente. Afin de vérifier si ces différences de moyenne sont significatives, nous avons procédé à une ANOVA dont le résultat est  $p=0.011$  (S).

L'analyse de Variance démontre un effet significatif du niveau de juge sur les variations de moyennes obtenues au questionnaire sur les sources de stress.

Les sources de stress ne sont pas considérées de la même façon selon que le juge officie à bas ou à haut niveau.

La figure suivante nous permet de savoir dans quel sens cet effet est significatif.

**Figure 14 : Effets de l'expertise sur les moyennes de sources de stress**



Plus les juges ont un niveau d'expertise élevé, moins ils ressentent les situations comme stressantes. Ceci se vérifie surtout à partir du niveau 3.

C'est également à partir de ce niveau que nous pouvons observer des juges sur groupés (2 pour le niveau 3, et 1 pour les niveaux 4 et 5).

Cependant, nous pouvons nous demander si cette expertise est la cause ou la conséquence d'un ressenti plus ou moins grand.

Notre sous hypothèse 2 se vérifie donc au niveau des résultats généraux du questionnaire.

Cependant, nous avons cherché à savoir s'il existait également des différences quant au ressenti des sources de stress en fonction de l'expérience et de l'expertise, mais en étudiant cette fois-ci les scores obtenus par chacune des sous dimensions.

### 3. Résultats selon les sous dimensions

Tout d'abord nous avons calculé les moyennes correspondant à chacune des sous dimensions de notre questionnaire. Elles sont présentées dans le tableau suivant dans un ordre décroissant.

**Tableau 13 : Scores moyens selon les sous dimensions**

SOUS DIMENSION	SCORE/3
Craintes en tant que juge	1,264
Relations avec entraîneurs/instances fédérales/clubs	1,1975
Relations entre pairs	0,964
Difficultés de notation et réglementation	0,831
Dispositions personnelles (0,7425) et difficultés liées à l'activité (0,732)	0,736
Relations avec gymnastes	0,685
Organisation	0,613
Nature de la compétition	0,606
Relations avec le public	0,43

Ce tableau montre que la dimension étant considérée comme générant le plus de stress, est celle des « craintes en tant que juge ».

Elle englobe des items tels que « voir des gymnastes exécuter des éléments non maîtrisés», ou « changement d'agrès à juger au dernier moment ».

Le côté relationnel semble également stressant, que ce soit avec les entraîneurs, les membres des clubs ou des fédérations, ou avec les autres juges, cependant, les relations avec les gymnastes semblent bien moins porteuses de stress.

De même, nous pouvons remarquer que la présence du public ne semble pas être une source de stress importante.

Nous avons ensuite cherché à savoir si l'expérience et l'expertise des juges pouvaient avoir une influence sur le ressenti des situations comme stressante, en fonction des sous dimensions.

### 3.1 Résultats selon l'expérience des juges

Comme nous l'avons vu précédemment, l'expérience du juge correspond à son ancienneté d'une part, et aux autres rôles qu'il peut mener dans la pratique d'autre part.

Les premiers résultats concernent le nombre d'années de pratique du jugement

#### 3.1.1 Résultats selon l'ancienneté des juges

Afin de rendre les groupes les plus homogènes possibles, nous avons choisi de regrouper les juges en fonction de leur ancienneté dans trois groupes.

Le premier correspond aux juges officiant depuis moins de 5 ans. Il est composé de 74 sujets.

Le second comprend les juges possédant une expérience comprise entre 5 et 10 ans, soit 73 individus. Le dernier groupe rassemble 66 juges, il s'agit de ceux avec plus de 10 ans d'expérience.

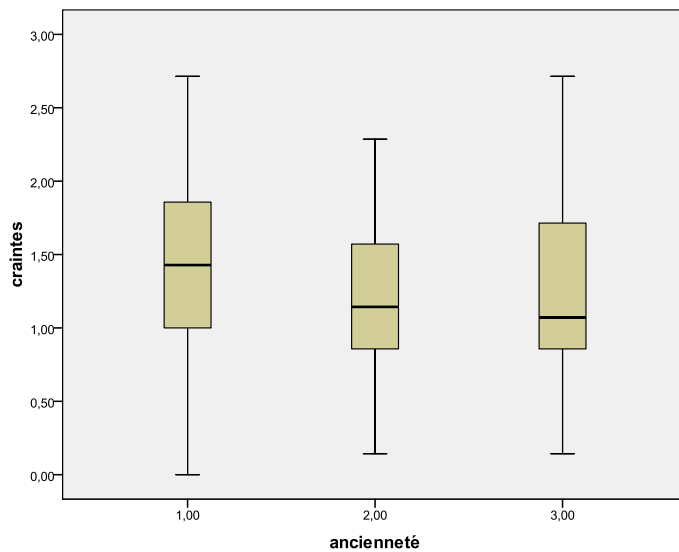
**Tableau 14 : Comparaison des dimensions en fonction de l'ancienneté**

Ancienneté/ Dimension	1	2	3	Ecart-type	Valeur de p
Craintes en tant que juge	1,403	1,180	1,227	0,117	<b>p=0.032 (NS)</b>
Relations avec entraîneur/instances fédérales/club	1,456	1,172	0,858	0,299	<b>p=0.009 (NS)</b>
Relations entre pairs	1,150	0,921	0,803	0,177	<b>p=0.000 (S)</b>
Difficultés de notation et réglementation	1,0555	0,737	0,685	0,201	<b>p=0.000 (S)</b>
Difficultés liées à l'activité de juge et dispositions personnelles	0,735	0,690	0,786	0,048	p=0.514 (NS)
Relations avec les gymnastes	1,048	0,452	0,545	0,320	<b>p=0.000 (S)</b>
Organisation	0,736	0,519	0,583	0,112	<b>p=0.008 (S)</b>
Nature de la compétition	0,815	0,487	0,528	0,179	<b>p=0.000 (S)</b>
Relation avec le public	0,631	0,313	0,335	0,178	<b>p=0.000(S)</b>

Il existe donc des différences significatives pour toutes les sous-dimensions, à l'exception de celle des difficultés liées à l'activité de juge et les dispositions personnelles. Cette non significativité s'explique par le fait que quelle que soit l'ancienneté du juge, les difficultés personnelles restent les mêmes.

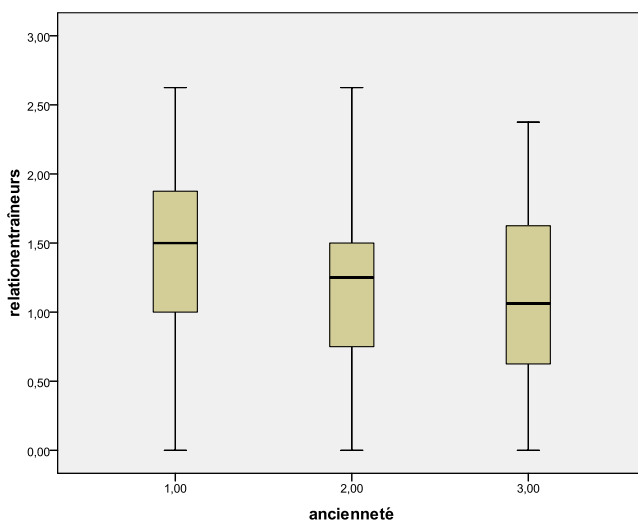
En ce qui concerne les autres dimensions, nous avons cherché à savoir dans quels sens l'ancienneté pouvait avoir un effet significatif sur elles.

Figure 15 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension craintes en tant que juge



Les juges avec le plus d'ancienneté sont moins sensibles aux sources de stress se rapportant à la sous dimensions craintes en tant que juges, que leurs homologues.

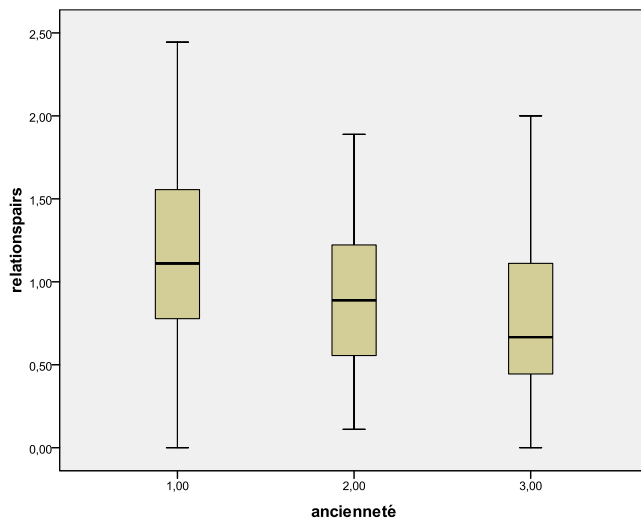
Figure 16 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations avec entraîneurs/ instances fédérales, clubs



Les juges les moins expérimentés sont plus sensibles aux sources de stress se rapportant aux relations qu'ils sont amenés à avoir avec les entraîneurs, la fédération, ou les clubs.

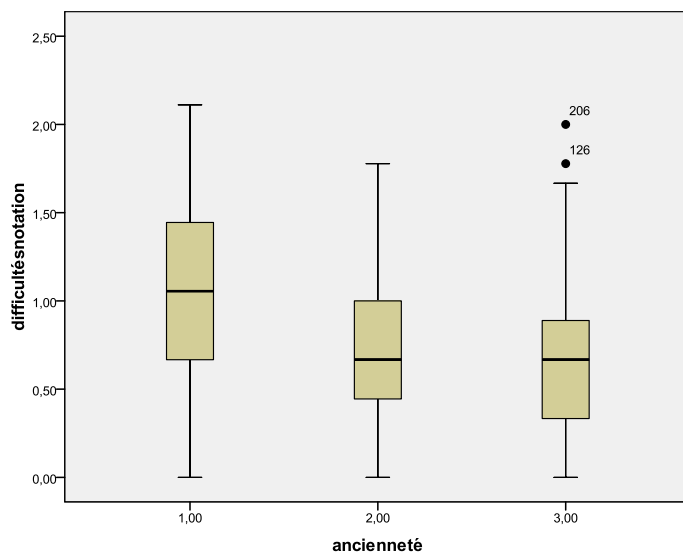


**Figure 17 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations entre pairs**



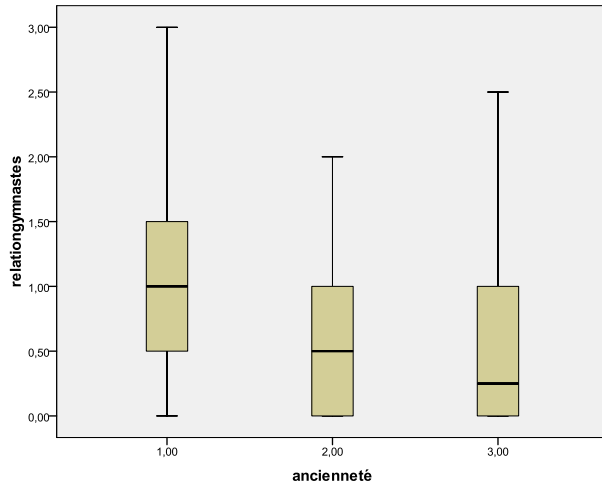
Les résultats pour cette sous dimension vont dans le même sens que ceux pour les relations avec les entraîneurs, moins le juge a d'expérience, plus il estime les relations avec ses pairs comme stressantes.

**Figure 18 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension difficultés de notation et réglementation**



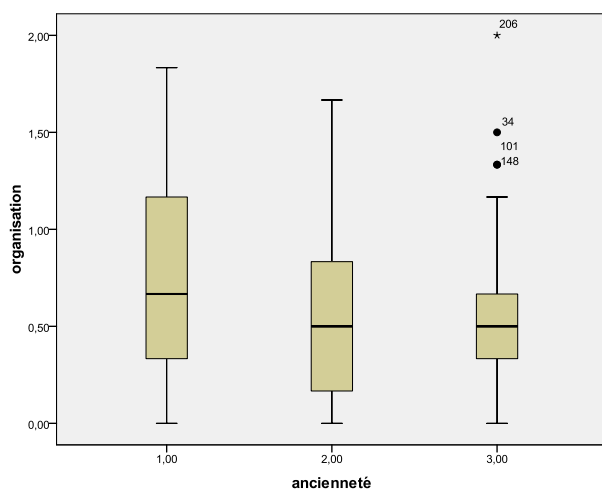
Les juges du groupe 1 sont bien plus sensibles aux sources de stress se rapportant aux difficultés de notation et de réglementation que ceux des deux autres groupes, même si nous remarquons tout de même le sur groupement de 2 juges du groupe 3.

**Figure 19 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations avec les gymnastes**



Les juges avec le plus d'expérience envisagent les situations où ils sont en relation avec les gymnastes comme moins stressantes que les juges plus novices.

**Figure 20: Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension organisation**

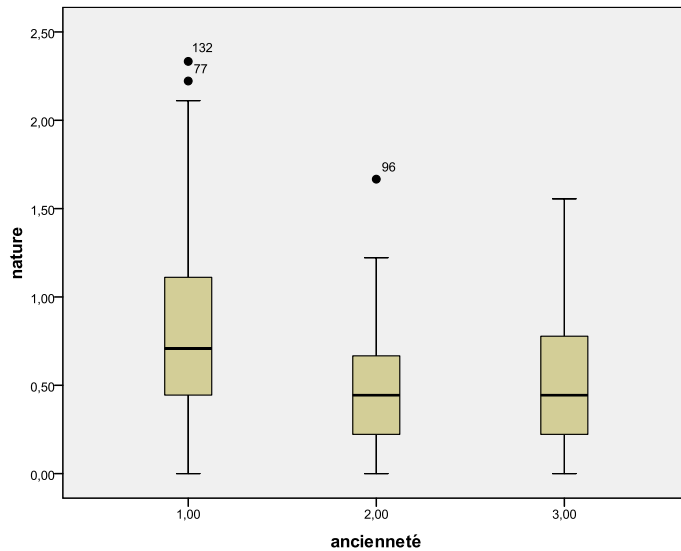


La sous dimension organisation est considéré comme une source de stress plus importante pour les juges du groupe 1 que pour les juges des groupes 2 et 3, même si 3 juges de ce groupe 3 sont sur groupés.

Plus les juges sont expérimentés, moins ils sont sensibles aux modalités d'organisation d'une

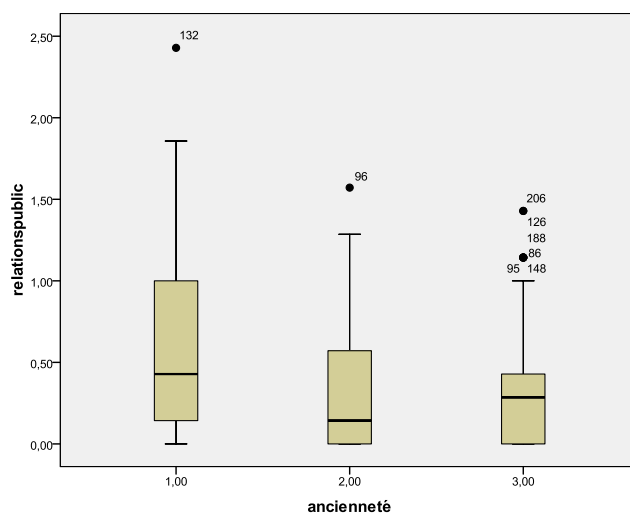
compétition.

Figure 21 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension nature de la compétition



S'il n'y a pas de différence entre la considération d'une situation comme étant stressante en fonction de sa nature pour les deux groupes avec le plus d'expérience, il en existe une entre ces deux groupes et le groupe 1. Moins le juge est expérimenté, plus la nature de la compétition lui semble être une source de stress.

Figure 22 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations avec le public



Les juges du groupe 1 envisage davantage comme stressantes les relations avec le public, suivis du groupe 3, puis du groupe 2.

Nous observons le sur groupement d'au moins un juge par groupe.

Les juges les moins expérimentés estiment ces relations comme sources de stress car ils y ont été peu confrontés, tandis que pour les juges du groupe 3, nous pouvons penser que c'est l'évolution du comportement du public qui les amène à considérer ces relations comme stressantes.

En gymnastique le public ne manifeste réellement son mécontentement que depuis une dizaine d'années, les juges du groupe 2, officiant depuis moins de 10 ans ont donc toujours connu ce comportement de la part du public ce type de réactions, au contraire de ceux du groupe 3, qui ont d'abord eu l'expérience d'un public « non contestataire ».

Afin de vérifier si l'expérience a bel et bien un effet sur les sous dimensions de sources de stress, la partie suivante s'intéresse à un autre aspect de l'expérience : la polyvalence des juges.

### 3.1.2 Résultats selon les autres rôles joués par les juges

Dans cette étape, nous avons procédé de la même façon que pour l'étude des différences de moyenne entre les sous dimensions en fonction de l'ancienneté des juges. Ainsi, le tableau suivant présente les moyennes de chacune des sous dimensions en fonction des rôles des juges, ainsi que les écarts type.

**Tableau 15 : Comparaison des dimensions en fonction des autres rôles joués par les juges**

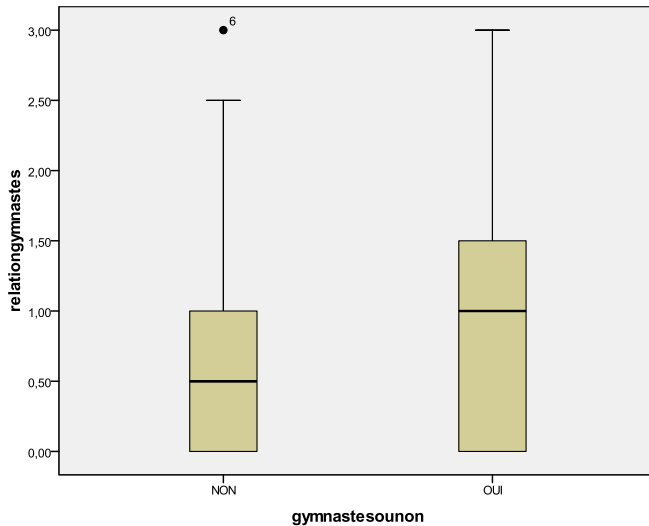
Rôle du juge/ Dimension	Entraîneur	Non entraîneur	Valeur de p	Gymnaste	Non gymnaste	Valeur de p
Craintes en tant que juge	1.309	1.192	p=0.952 (NS)	1.262	1.266	p=0.073 (NS)
Relations avec entraîneur/instances fédérales/club	1.279	1.222	p=0.510 (NS)	1.193	1.334	p=0.105 (NS)
Relations entre pairs	0.418	0.438	p=0.547 (NS)	0.909	1.06	p=0.058 (NS)
Difficultés de notation et réglementation	0.845	0.811	p=0.634 (NS)	0.798	0.889	p=0.212 (NS)
Difficultés liées à l'activité de juge et dispositions personnelles	0.626	0.704	p=0.248 (NS)	0.69	0.644	p=0.504 (NS)
Relations avec les gymnastes	0.619	0.732	p=0.259 (NS)	0.574	0.885	<b>p=0.002</b> <b>(S)</b>
Organisation	0.545	0.660	p=0.059 (NS)	0.574	0.685	p=0.073 (NS)
Nature de la compétition	0.648	0.542	p=0.089 (NS)	0.563	0.680	p=0.063 (NS)
Relations avec le public	0.418	0.438	p=0.757 (NS)	0.383	0.513	<b>p=0.049</b> <b>(S)</b>

Les résultats démontrent que l'expérience en tant qu'entraîneur n'a pas d'effets significatifs sur le ressenti des sources de stress.

En ce qui concerne les juges gymnastes et non gymnastes, les différences résident pour les sous dimensions relations avec les gymnastes, (à  $p < 0.002$ ), et relations avec le public, (à

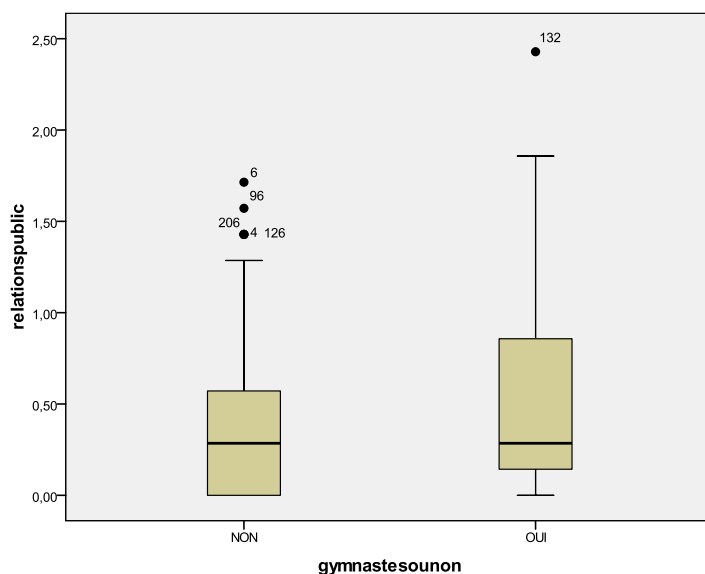
p<0.049).

**Figure 23 : Effet du rôle de gymnaste sur la sous dimensions relations avec les gymnastes**



Les juges gymnastes estiment ces relations comme une source de stress plus importante que les juges non gymnastes. Ceci peut s'expliquer par le fait que les juges gymnastes sont amenées à noter des sportives avec lesquelles elles s'entraînent, ou contre lesquelles elles ont déjà fait des compétitions, ce qui implique une dimension affective que n'ont pas leurs homologues non gymnastes.

**Figure 24 : Effet du rôle de gymnaste sur la sous dimension relations avec le public**



Les juges gymnastes sont également plus sensibles aux relations avec le public.

Elles mêmes étant confrontées à ce public lors de leurs propres compétitions, il se peut qu'elles en aient une vision différente que les juges non gymnastes.

La sous hypothèse 1 a donc pu être vérifiée, les juges considèrent certaines des sous dimensions de sources de stress différemment selon leur expérience, qu'il s'agisse de leur ancienneté, ou de leur polyvalence dans la discipline.

### 3.2 Résultats selon le niveau de juge

Rappel de la sous hypothèse 2 : Les sources de stress sont différentes en fonction du niveau de juge.

Nous allons tout d'abord présenter les résultats obtenus par chacune des dimensions pour chaque niveau de juge, comme cela l'a été fait précédemment pour chaque groupes de juges étudiés.

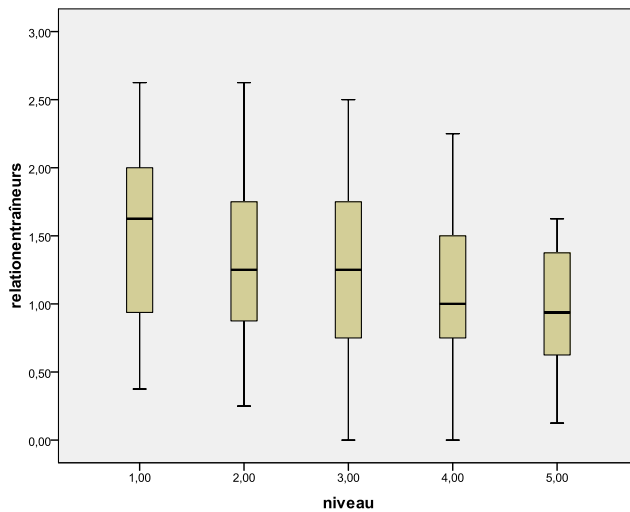
**Tableau 16 : comparaison de moyenne des dimensions en fonction du niveau de juge**

Niveau de juge/ Dimension	1	2	3	4	5	Ecart-type	Valeur de p
Craintes en tant que juge	1,26	0,785	0,548	0,485	0,812	0,143	p=0.092 (NS)
Relations avec entraîneur/instances fédérales/club	1,469	1,298	1,165	1,0556	0,763	0,266	p=0.031 (S)
Relations entre pairs	1,06	1,162	0,921	0,897	0,864	0,126	p=0.014 (S)
Difficultés de notation et réglementation	1,018	1,003	0,779	0,632	0,716	0,173	p=0.001 (S)
Difficultés liées à l'activité de juge et dispositions personnelles	0,683	0,721	0,737	0,762	0,644	0,046	p=0.987 (NS)
Relations avec les gymnastes	0,854	0,944	0,524	0,388	0,388	0,263	p=0.007 (S)
Organisation	0,625	0,738	0,569	0,553	0,562	0,077	p=0.295 (NS)
Nature de la compétition	0,657	0,785	0,548	0,484	0,493	0,127	p=0.015 (S)
Relations avec le public	0,601	0,553	0,394	0,269	0,333	0,142	0.011(S)

Les analyses de Variance montrent des différences significatives sur les différences de scores selon le niveau d'expertise des juges interrogés pour six sous dimensions.

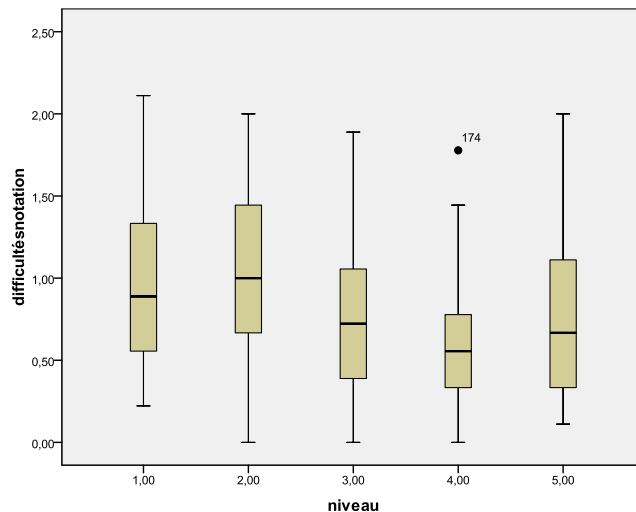


**Figure 25 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations avec entraîneurs, instances fédérales, clubs**



Plus le niveau d'expertise est élevé, moins les juges considèrent les relations avec les entraîneurs, les instances fédérales, ou les clubs comme stressantes.

**Figure 26 : Effet de l'expertise sur la sous dimension difficultés de notation et réglementation**

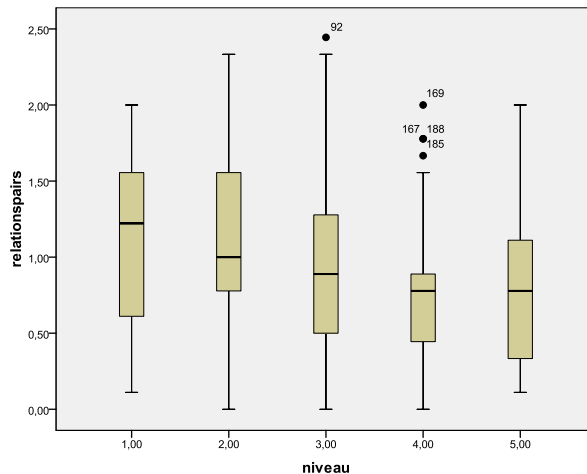


Les juges des niveaux 3, 4 et 5 n'estiment pas que cette sous dimension soit une grande source de stress, au contraire des juges de niveau 1, et surtout ceux du niveau 2. Seul un juge de niveau 4 (le 174) considère cette dimension comme moyennement stressante.

Pour expliquer ce fait, nous pouvons penser que les juges de « bas » niveaux ont beaucoup

moins de connaissances que ceux des niveaux supérieurs. Durant les formations, ils se sont surtout exercés sur des enchaînements de petits niveaux, et ont donc noté moins de difficultés et d'éléments que les juges des niveaux 3, 4, et 5. Ils doivent probablement penser moins maîtriser le code de pointage par exemple que les juges plus experts.

**Figure 27 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations entre pairs**



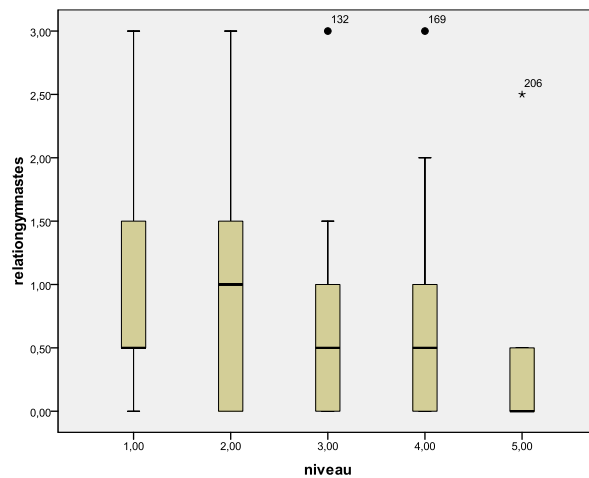
Moins un juge est expert, plus la relation avec ses pairs lui paraît stressante. Il faut souligner qu'un jury peut être composé de juges de niveaux différents.

Les juges experts ne sont pas des juges de niveau 1, les juges de ce niveau peuvent donc se sentir illégitime par rapport à ces juges experts s'ils ne sont pas d'accord avec la notation effectuée par exemple.

De plus, les juges se retrouvent lors des différentes formations, des recyclages, ils apprennent donc à se connaître. Les juges de plus bas niveau n'ont effectué que peu de formation et de recyclage, ils connaissent donc moins bien leurs homologues, ce qui peut les amener à considérer les relations avec ces derniers comme stressantes.

Cependant, nous observons tout de même un sur-classement pour juge de niveau 3, qui considère ces relations comme fortement stressante, et un sur-classement pour 3 juges de niveau 4 qui envisage ces relations comme modérément stressante

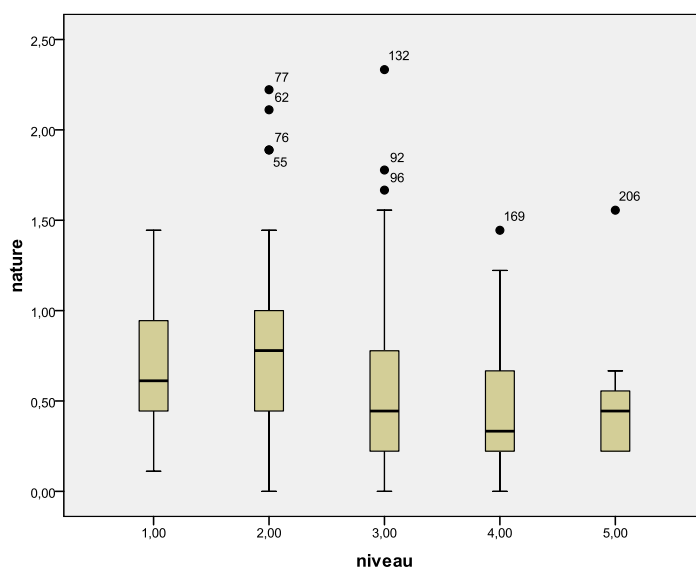
**Figure 28 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations avec les gymnastes**



Les juges des niveaux 3, 4, et 5 sont ceux qui estiment le moins que les relations avec les gymnastes peuvent être source de stress à l'exception d'un juge pour chacun de ces groupes et qui sont donc sur groupés. Les deux niveaux de juge les plus sensibles à cette sous dimension sont donc les niveaux 1 et 2.

Il s'agit des niveaux de juges les plus bas, et donc amenés à noter les compétitions moins importantes, avec un niveau gymnique peu élevé. Ils ne notent pas des sportives qui cherchent à faire carrière, mais plutôt des gymnastes qui cherchent à se faire plaisir. Le fait de devoir les sanctionner et de parfois devoir se justifier peut leur paraître stressant.

**Figure 29 : Effet de l'expertise sur la sous dimension nature de la compétition**

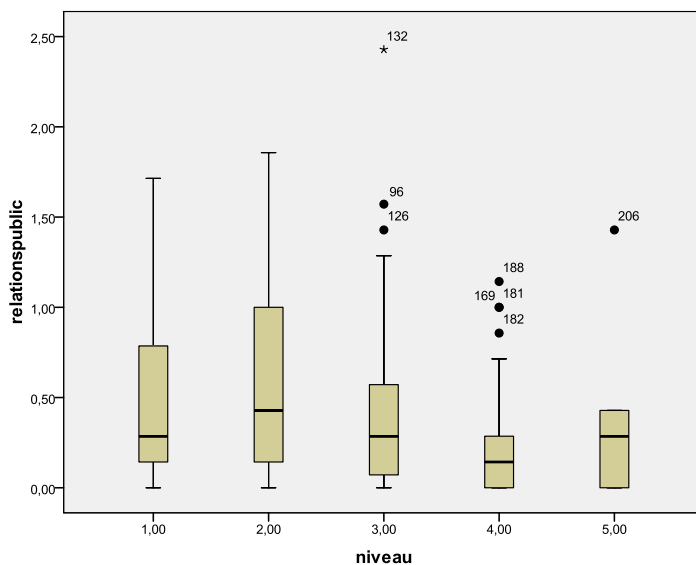


A partir du niveau 3, les juges sont moins sensibles à la sous dimension nature de la compétition.

Les juges de niveau 1 et surtout ceux de niveau 2 sont ceux pour lesquels cette sous dimension est une situation légèrement stressante, (les moyennes étant peu élevées même pour ces deux groupes), 3 juges de niveau 2 sont par ailleurs sur groupés, et donc particulièrement sensibles à cette dimension.

Les juges des niveaux 1 et 2 officient généralement sur des compétitions mineures, et ont peu souvent l'occasion de noter des exercices libres, ou des compétitions individuelles par exemple. Par conséquent, lorsqu'ils sont appelés à officier sur de telles épreuves, ils peuvent estimer que la situation est plus stressante que pour un juge de niveau supérieur, habitué à ce type de compétitions.

**Figure 30 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations avec le public**



Tout d'abord, les scores des cinq niveaux de juge sont peu élevés. La relation avec le public ne semble donc pas être une source de stress très importante. Le score des juges 5 est légèrement plus élevé, ce qui s'explique par le fait qu'ils officient durant de grandes compétitions, où le public est nombreux, et généralement connaisseur. De plus, les notes sont systématiquement affichées pour le public lors des grandes compétitions, ce qui n'est pas toujours le cas lors des épreuves de niveaux moins élevés.

Les juges 2 sont ceux qui estiment le plus cette situation comme stressante. Certains de ces juges peuvent commencer à devoir être juge expert, leur responsabilité est donc plus grande, et ils n'y sont pas encore habitués. Ils craignent alors peut être davantage les réactions des personnes situés dans le public en cas d'erreur, ou de mécontentement.

Il est tout de même important de souligner que nous retrouvons des sur-classements de juges pour les niveaux 3, 4, et 5. Certains juges sont donc sensibles au stress générés par la relation avec le public, et ce malgré leur niveau d'expertise.

Notre sous hypothèse 2 a pu être vérifiée, il existe bien un effet de l'expertise sur le ressenti des sources de stress. Généralement, plus le niveau de stress augmente, moins les juges sont sensibles aux sous dimensions, à l'exception des relations avec le public.

### **Discussion**

Nos résultats montrent tout d'abord que de manière générale, les juges de gymnastique ne sont pas sensibles de la même façon aux sources de stress.

En effet, si cela n'est pas le cas pour la polyvalence, l'ancienneté des juges a une influence sur le ressenti des sources de stress en ce qui concerne la dimension principale de notre questionnaire. Il en est de même pour l'expertise.

L'impact de l'expérience sur le ressenti des sources de stress s'explique par le fait que plus un juge a des années de notation derrière lui, plus il a évidemment noté de compétitions. Or, la formation ne s'arrête pas le jour de l'examen de juge, elle se poursuit, de façon non officielle, lors des compétitions.

Le juge avec peu d'expérience dispose donc de moins de connaissances sur le fonctionnement d'une épreuve, sur les rapports avec les entraîneurs, ou avec ses homologues.

De plus, en une saison, il arrive souvent qu'un juge ne soit appelé que sur une compétition. Les quatre agrès sont rarement notés par une même personne sur une seule saison.

Les juges nouveaux dans l'activité n'ont donc souvent officié que sur peu d'agrès.

Le fait de juger peu souvent sur une saison, implique également que le juge ne s'est exercé que sur un certain type de compétition, et qu'il n'a donc pas l'expérience des compétitions libres, ou individuelles par exemple.

De la même façon les juges peu aguerris n'ont pas forcément l'habitude des longues compétitions à plusieurs tours, où ils doivent rester concentrés des heures durant.

A l'inverse, les juges avec beaucoup d'expérience sont habitués aux plateaux de compétitions, ils connaissent généralement bien les autres juges, les entraîneurs. Ils savent comment gérer le temps imparti pour rendre les notes.

Ils ont déjà été amenés à noter sur tous les agrès, dans plusieurs types de compétitions. Par conséquent ils connaissent déjà les situations auxquelles ils risquent d'être confrontés, ce qui leur permet d'envisager ces situations comme moins stressantes que pour les juges sans cette expérience.

En ce qui concerne l'expertise des juges, les juges de haut niveau ont suivi des formations

plus nombreuses, et plus complètes. Ils ont davantage étudié le code de pointage, et se sont plus entraînés que les juges de bas niveau.

Ils sont habitués à noter à tous les agrès, dans toutes les situations de compétitions.

Il est important de souligner que les juges de niveau 4 et 5, voire parfois de niveau 3 sont rares dans les clubs. Dès lors, lors des simulations de compétitions pour les gymnastes, les entraîneurs leurs demandent de venir juger. Ces séances sont alors des entraînements, pas dans les réelles conditions de compétitions, mais elles leurs permettent de voir où ils en sont avec leurs connaissances, et si nécessaire de se remettre à niveau en revoyant le code de pointage.

Il existe un point commun entre les juges avec une grande ancienneté, et ceux de moyen voire de haut niveau, il s'agit de leur motivation.

En effet, nombre de juges de niveau 1 ou 2 suivent les formations et passent les examens pour rendre service à leur club, où ils sont également gymnastes, ou parents de sportives. Ils ne sont pas spécialement intéressés par le jugement, et ce dernier devient rapidement une contrainte qui les pousse soit à arrêter, soit à ne pas chercher à atteindre le niveau supérieur.

Les juges qui perdurent dans l'activité cherchent à approfondir leurs connaissances du jugement, ils prennent plus de plaisir à officier lors des compétitions, et ressentent donc les situations de compétitions comme moins stressantes que leurs homologues se sentant contraints d'être présents.

Cependant, tous les juges qui possèdent une grande ancienneté ne sont pas forcément ceux qui jugent au plus haut niveau.

Tous les clubs n'ont pas besoin de compter des juges de niveau 3 ou 4 dans leur effectif, et les juges 5 sont encore plus rares. C'est la structure à laquelle ils sont rattachés qui leur propose de suivre les différentes formations. Ainsi, les clubs ne disposant pas d'équipes d'un certain niveau, ne proposent pas à leurs juges d'accéder aux niveaux supérieurs de notation. Ces juges restent donc engagés dans la notation, sans pour autant accroître leur expertise.

Ces mêmes faits expliquent la présence de différences significatives pour certaines sous dimensions telles que les relations avec les pairs, avec les gymnastes, avec les entraîneurs, les instances fédérales, et les clubs, avec le public, les difficultés de notation, les craintes en tant que juge, la nature de la compétition en fonction de l'expertise et de l'expérience.

L'absence de différences significatives entre les juges entraîneurs et non entraîneurs, que ce soit au niveau général, ou au niveau des sous dimensions s'explique par le fait que tous les juges interrogés se disant entraîneurs ne sont pas nécessairement formés, diplômés, ou professionnels. Certains interviennent sur un ou quelques groupes de gymnastes pour rendre service à leur club. De ce fait, tous les juges entraîneurs ne possèdent pas plus de connaissances techniques ou d'expérience de la compétition que les juges non entraîneurs.

Les résultats démontrent cependant une forte tendance (à  $p < 0.059$ ), pour les juges entraîneurs à considérer l'organisation d'une compétition comme une source de stress. Pour expliquer cela, il faut préciser que sur un même week-end de compétition, voire une même journée, un sujet doit souvent endosser le rôle de juge puis le rôle d'entraîneur sur un autre tour.

L'organisation de la compétition peut donc lui causer du soucis s'il ne peut être à temps à l'échauffement ou sur le plateau de compétition avec les sportives qu'il entraîne. Dès lors, cette sous dimension peut représenter une source de stress plus importante que pour un sujet qui doit uniquement juger.

La même tendance (à  $p < 0.073$ ) se retrouve chez les juges gymnastes, très certainement pour les mêmes raisons, une gymnaste pouvant être amenée à juger et à concourir sur une même journée.

Une autre tendance (à  $p < 0.058$ ) est présente entre les juges gymnastes et non gymnastes en ce qui concerne la dimension relation entre pairs.

Les juges gymnastes envisagent cette sous dimension comme davantage génératrice de stress que leurs homologues non gymnastes.

Cette différence peut trouver son explication dans le fait que les juges gymnastes côtoyant des juges qui les ont notés ou seront peut-être amenés à les juger le même jour ou le même week-end peuvent avoir une certaine appréhension quant à la relation avec ces juges.

Les différences significatives entre les juges gymnastes et non gymnastes pour les sous dimensions relations avec les gymnastes et avec le public peuvent s'expliquer tout d'abord par l'âge des juges gymnastes.

En effet, les sportives arrêtent de faire des compétitions relativement jeunes dans la majorité des cas. Ainsi, les juges également compétitrices sont souvent moins âgées que leurs collègues non gymnastes, et peuvent être davantage impressionnées par la présence du public.

De même, si elles doivent concourir devant ce même public à un autre moment de la



compétition, elles ne vont pas avoir le même ressenti vis-à-vis de celui-ci.

C'est également une histoire d'affectif qui peut expliquer la différence significative entre les juges gymnastes et non gymnastes quand à leur considération de la relation avec les gymnastes comme source de stress.

Elles peuvent ressentir plus d'empathie envers les compétitrices d'une part, mais surtout sont parfois amenées à noter des sportives avec lesquelles elles s'entraînent, ou sont parfois amies. Ces juges peuvent donc craindre que leurs notes soient considérées comme non objectives, ou même redouter de se quereller avec quelqu'un qu'elles estiment.

Ces différents résultats démontrent l'existence de sources de stress différentes selon certaines caractéristiques des juges. La prise en compte de ces dernières lors des formations de juge, ou des réunions précédant les compétitions permettraient peut être de limiter la considération de certaines sous dimensions comme stressantes.

Certains auteurs comme Durny (2011), cherchent par ailleurs à faire évoluer les formations et passation d'examen de juges dans ce sens, en y intégrant une véritable expérience de terrain.

Travailler sur une nouvelle organisation des compétitions pourrait avoir le même impact.

Nous pensons tout particulièrement au manque de pratique en situation de compétition sur tous les agrès, car d'après l'étude de Scheer et Ansorge (1978), le biais d'ordre de passage se rencontre davantage sur les agrès rapides que sur les agrès lents.

Dès lors, nous pouvons nous demander si ce biais serait aussi important si les juges étaient autant expérimentés sur les quatre agrès.

De plus, d'après les juges interrogés le fait de juger à au moins un agrès en particulier peut leur paraître stressant.

L'étude suivante a pour but de vérifier si un agrès en particulier est générateur de stress par rapport aux autres.

# **ETUDE 2**

## **SOURCES DE STRESS ET LES DIFFERENTS AGRES A NOTER**

### **Présentation de l'étude**

Le but de cette étude est de vérifier si le fait de noter certains agrès peut être considéré comme une situation plus stressante, que si les juges devaient officier sur d'autres appareils.

Cette étude cherche également à vérifier si les juges considèrent la notation à certains agrès comme plus stressante qu'à un autre, en fonction de leur expérience d'une part, et de leur expertise d'autre part.

Nous envisageons, que la notation aux agrès dits « rapides » (barres et saut), soit considérée comme une source de stress plus importante que le jugement aux agrès « lents » (sol et poutre).

De la même façon, nous nous attendons à ce que cette différence entre agrès « rapides » et « lents », soit majorée chez les juges de niveaux bas (niveaux 1 et 2), et chez ceux avec peu d'expérience.

Nous allons vérifier l'hypothèse 2 : Les agrès dits « rapides » sont considérés comme étant une plus grande source de stress que les agrès « lents ».

### **Méthodologie**

En ce qui concerne la nature des agrès et leur considération en tant que source de stress, la méthodologie employée au cours de cette étude est la même que pour l'étude 1, tout comme la population étudiée (cf. supra p.145).

L'item 21 du questionnaire sur les sources de stress (cf. Annexe A) demandait aux juges de définir sur une échelle type Likert allant de 0 à 3 combien être assigné à un agrès particulier pouvait leur paraître stressant, et en cas de réponse 1, 2, ou 3, de préciser quel était cet agrès (plusieurs réponses étaient possibles dans le choix de l'agrès).

Les résultats ont ensuite été traités à l'aide du logiciel SPSS.17.

La distribution des réponses suit une loi normale, ce qui nous permet donc de mettre en évidence que nous pouvons utiliser des tests paramétriques.

Nous avons procédé à des analyses de comparaison de moyennes.

## **Résultats**

### **1. Résultats selon les agrès**

Le fait d'être assigné à un agrès particulier fait partie de la sous dimension « difficultés de notation et règlement », ce qui correspond à la quatrième dimension considérée comme étant la plus stressante (cf. supra tableau 13 p.157).

Cet item représente également la treizième source de stress pour l'ensemble des juges interrogés (cf. supra tableau 8 p.149).

Sur ces 213 juges, 132 ont ressenti le fait de juger un ou deux agrès en particulier comme étant une source de stress.

Noter aux barres asymétriques est une situation stressante pour 100 juges. Le saut l'est pour 39 d'entre eux, tandis que juger au sol et à la poutre représentent une situation stressante pour respectivement 5 et 2 d'entre eux.

Afin de rendre ces résultats plus représentatifs, nous avons choisi de les présenter sous forme de pourcentages, à la fois selon le nombre de juges ressentant le jugement à au moins un agrès en particulier comme stressant, et selon le nombre de juge total.

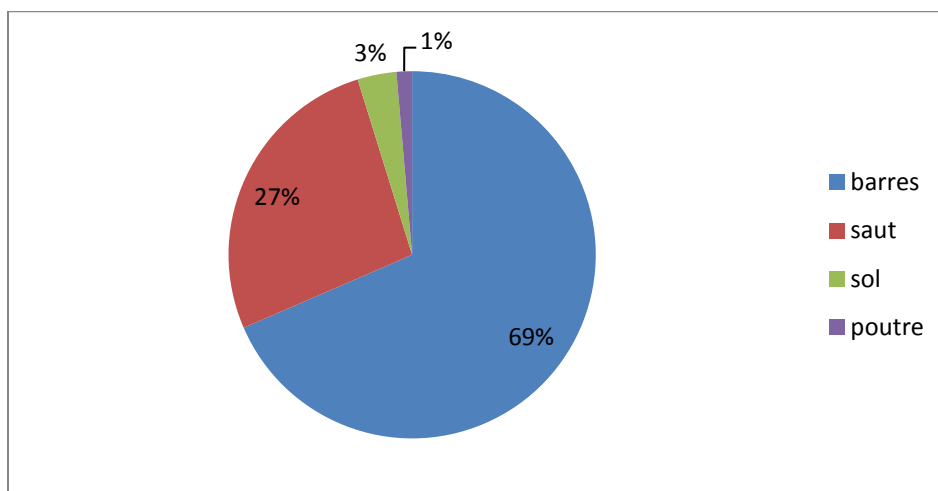
**Tableau 17 : Comparaison des agrès en tant que source de stress potentielle**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage en fonction des juges ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=132)	Pourcentage en fonction du nombre de juges total (n=213)
Barres	100	75,76%	46,95%
Saut	39	29,55%	18,31%
Sol	5	3,73%	2,35%
Poutre	2	1,51%	0,94%

Les juges se disent donc plus massivement stressés par le jugement aux barres asymétriques, puis dans une moindre mesure au saut. Les agrès poutre et sol ne sont ressentis comme sources de stress que par un faible nombre de juges.

Cependant, lorsque nous prenons en compte tous les juges de l'étude, nous remarquons que le pourcentage obtenu par les barres diminue fortement. De manière à mieux rendre compte des différences de pourcentage selon la prise en compte ou non du nombre de juge total, nous avons fait le choix de les représenter sur des graphiques.

**Graphique 1: Comparaison des agrès en tant que source de stress potentielle (d'après les juges ayant répondu 1,2 ou 3 à l'item 21<sup>36</sup>)**



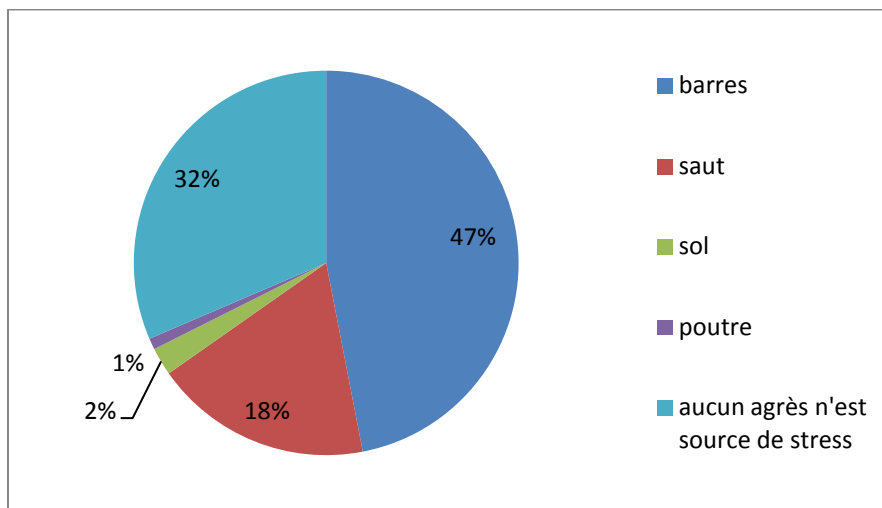
<sup>36</sup> Etre assigné à un agrès particulier

Si nous nous intéressons uniquement aux juges estimant stressant le fait de juger au moins un agrès en particulier, nous pouvons remarquer que la proportion de réponses « barres asymétriques » est bien plus considérable que pour les trois autres agrès.

Le nombre de réponses « saut » est également élevé, ce qui montre que les agrès rapides sont des sources potentielles de stress plus importantes que les agrès lents.

Nous avons ensuite construit un graphique en tenant compte du nombre total de juges ayant pris part à notre étude.

**Graphique 2 : Comparaison des agrès en tant que source de stress potentielle en fonction du nombre total de juge**



Moins de la moitié des juges interrogés considèrent le jugement aux barres comme source de stress, mais il faut souligner que seulement 31,45% des ces juges estiment que la notation à au moins un agrès en particulier n'est pas une source de stress.

Par conséquent, presque 70% des juges estiment qu'au moins un agrès peut être générateur de stress.

Pour la population de juges étudiée, le fait d'être assigné à la notation des barres asymétriques et du saut et donc aux agrès dits « rapides », paraît donc être une situation bien plus stressante que de noter aux agrès « lents ».

Notre hypothèse 2 pourrait donc être vérifiée.

Cependant, ce tableau reprend des aspects quantitatifs, c'est-à-dire le nombre de juges considérant comme situation stressante le fait de juger à un agrès particulier.

Nous allons donc voir si les agrès lents sont toujours considérés comme une source de stress d'après un aspect qualitatif, c'est-à-dire à partir des scores donnés à l'item 21.

**Tableau 18 : Comparaison des agrès à partir des scores attribués**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne
Barres	33	46	21	188	1,88
Saut	13	18	8	69	1,77
Sol	2	2	1	9	1,8
Poutre	2	0	0	2	1

En reprenant les scores attribués à chaque agrès, les barres asymétriques restent l'agrès considéré comme le plus stressant. Cependant, nous pouvons remarquer que le jugement au sol est ici plus générateur de stress que la notation au saut.

La poutre quant à elle reste l'agrès le moins stressant à noter. Cela peut s'expliquer d'une part par le positionnement des juges face à l'agrès, les gymnastes restent toujours devant eux, au contraire du sol. De plus, les sportives y font de nombreuses pauses chorégraphiques permettant la prise de note moins rapide qu'aux autres agrès. Enfin, les fautes les plus lourdement sanctionnées (chutes et déséquilibre) y sont très facilement remarquables.

Dans les parties suivantes, nous chercherons à savoir si le jugement à ces agrès « rapides » est une source de stress qui varie en fonction de l'expérience d'une part, et de l'expertise d'autre part.

## 2. Résultats selon l'expérience des juges

Comme nous avons pu le voir dans l'étude 1, l'expérience du juge concerne aussi bien son ancienneté en tant qu'officiel, que son expérience en tant qu'entraîneur ou gymnaste.

Dans un premier temps, nous allons différencier les résultats obtenus par chacun des agrès en fonction de l'ancienneté des juges.

### 2.1 Résultats selon l'ancienneté des juges

Les groupes ne comprenant pas le même nombre de juges, nous avons choisi de présenter ces résultats en pourcentage pour chacun des agrès.

Deux pourcentages sont calculés, l'un en fonction des juges estimant que juger à au moins un agrès en particulier est une source de stress, et l'autre en fonction du nombre total de juges de ce groupe.

**Tableau 19 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges du groupe 1 (cf. supra tableau 9 p.152)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les juges du G1 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=52)	Pourcentage selon l'ensemble des juges du G1 (n=74)
Barres	36	69,23%	48,65%
Saut	19	36,54%	25,67%
Sol	2	3,84%	2,70%
Poutre	0	0%	0%



## Etude 2 : Sources de stress et les différents agrès à noter

Pour les juges du groupe 1, c'est-à-dire ceux ayant le moins d'ancienneté, les barres sont l'agrès considéré comme le plus stressant à juger, devant le saut, et dans une moindre mesure le sol. La poutre enregistre un score nul.

Les agrès « rapides » sont donc une source de stress plus importante pour les juges de ce groupe.

**Tableau 20 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges du groupe 2 (cf. supra tableau 9 p.152)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les juges du G2 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=47)	Pourcentage selon l'ensemble des juges du G2 (n=71)
Barres	38	80,85%	53,52%
Saut	11	23,40%	15,49%
Sol	0	0%	0%
Poutre	1	2,13%	1,41%

Les scores obtenus par le groupe 2 vont dans le même sens que ceux du groupe 1, avec les barres comme agrès générant le plus de stress, loin devant le saut. La seule différence avec le groupe précédent se situe sur les agrès lents, la poutre obtient un score supérieur au sol qui enregistre un score nul.

**Tableau 21 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges du groupe 3 (cf. supra tableau 9 p.152)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les juges du G3 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=33)	Pourcentage selon l'ensemble des juges du G3 (n=66)
Barres	20	60,60%	30,30%
Saut	8	24,24%	12,12%
Sol	3	9,09%	4,55%
Poutre	1	3,03%	1,51%

Dans ce groupe 3, le groupe des juges avec la plus grande ancienneté, aucun agrès n'enregistre un score nul, mais la différenciation entre les agrès lents et rapides est toujours présente. Les agrès rapides, notamment les barres, enregistrent ici aussi des scores bien plus élevés que les agrès lents.

Par conséquent, nous pouvons remarquer que sur le plan quantitatif, les trois groupes de juges estiment que les barres et le saut sont les agrès les plus stressants à noter.

Il n'existerait donc pas de différence en fonction de l'ancienneté des juges, la notation aux barres et au saut apparaissant toujours comme générant le plus de stress.

Afin d'approfondir notre étude, nous avons cherché à savoir s'il en était de même sur le plan qualitatif.

Pour mesurer qualitativement l'impact de l'assignation d'un agrès sur le ressenti de source de stress, nous nous sommes intéressés aux scores attribués aux différents agrès par les juges de chacun des groupes.

**Tableau 22 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges du groupe 1 (G1)**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les juges du G1 ayant répondu 1,2, ou 3 à l'item 21 (n=52)	Moyenne selon de juges du G1(n=74)
Barres	12	14	10	70	1,346	0,946
Saut	5	8	6	39	0,75	0,527
Sol	1	0	1	4	0,038	0,027
Poutre	0	0	0	0	0	0

Le score total le plus élevé est celui des barres asymétriques, cet agrès possède également la moyenne la plus haute devant le saut et le sol. Les différences de moyenne entre les agrès lents et rapides sont considérables.

Peu de juges s'estiment stressés par le jugement au sol, mais sur ces deux juges, l'un l'est très fortement puisqu'il attribue le score maximum (3) à cet agrès. Notre étude quantitative ne nous permet pas d'expliquer pourquoi ces deux estiment cet agrès comme étant une source de stress, une étude qualitative aurait pu nous apporter une réponse.

**Tableau 23 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges du groupe 2 (G2)**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les juges du G2 ayant répondu 1,2, ou 3 à l'item 21 (n=47)	Moyenne selon les juges du G2 (n=71)
Barres	14	18	6	68	1,447	0,958
Saut	5	6	0	17	0,362	0,239
Sol	0	0	0	0	0	0
Poutre	1	0	0	1	0,021	0,014

Pour les juges du groupe 2, les barres sont l'agrès le plus stressant, tant au niveau du score, que de la moyenne, suivi du saut, et de la poutre, le sol enregistrant ici un score nul.

La différence de moyenne entre les barres et le saut s'accroît ici, le score des barres asymétriques étant proche de celui du groupe 1, mais celui du saut étant presque de moitié plus faible.

Un seul sujet estime la notation à la poutre comme stressante, et il lui attribue le score le plus faible. Nous pouvons donc penser que la notation à cet agrès n'est pas un facteur très stressant pour les juges officiant depuis 6 à 9 ans.

**Tableau 24 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges du groupe 3 (G3)**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les juges du G3 ayant répondu 1,2, ou 3 à l'item 21 (n=33)	Moyenne selon les juges du G3 (n=66)
Barres	6	10	4	38	1,151	0,575
Saut	3	4	1	14	0,424	0,212
Sol	1	2	0	5	0,151	0,076
Poutre	1	0	0	1	0,03	0,015

Aucun agrès n'obtient un score nul pour les juges du groupe 3. Les barres restent l'agrès générant le plus de stress, aussi bien en ce qui concerne le score que la moyenne, suivi du saut, du sol, et de la poutre.

Afin de voir si ces différences de moyennes entre les groupes d'ancienneté sont significatives, nous avons procédé à des Anovas.

**Tableau 25 : Comparaison des moyennes en fonction de l'ancienneté**

Agrès	Valeur de p
Barres	p=0.166 (NS)
Saut	<b>p=0.022 (S)</b>
Sol	p=0.136 (NS)
Poutre	p=0.584 (NS)

Nous avons vu que pour tous les groupes d'ancienneté, les barres restent l'agrès le plus stressant, suivi du saut.

L'analyse de Variance nous a ensuite permis de vérifier s'il existait des différences significatives pour un même agrès en fonction de l'ancienneté. Ainsi, le saut est considéré comme plus stressant à noter pour les juges avec une faible ancienneté, que pour les autres. Peut être sont ils moins habitués à relever les fautes d'exécution sur un seul mouvement, très rapide, (à la différence des barres asymétriques où plusieurs difficultés sont enchaînées).

Pour les autres agrès, il n'existe pas de différences significatives, tous trois sont considérés de la même façon par les trois groupes d'ancienneté.

## 2.2 Résultats selon les autres rôles joués par le juge dans la discipline

Tout comme nous l'avons fait précédemment pour les agrès et l'expérience des juges, nous allons présenter les résultats sous forme de pourcentage par agrès en fonction des différents rôles exercés ou non par les juges.

**Tableau 26 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/entraîneurs (J/E)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les J/E ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=77)	Pourcentage selon les J/E (n=129)
Barres	58	75,32%	44,96%
Saut	22	28,57%	17,05%
Sol	3	3,90%	2,32%
Poutre	0	0%	0%

Pour les juges/entraîneurs, l'agrès apparaissant comme le plus stressant à noter est les barres asymétriques, le saut est en seconde position, avec un pourcentage bien plus faible.

Cette différence s'explique par l'habitude qu'ont les juges entraîneurs de rectifier les sauts produits par leurs gymnastes lors des entraînements par exemple. Ils savent quels sont les choses importantes à regarder. Aux barres, le problème de la rapidité d'enchaînement des mouvements, et de la difficulté de noter en même temps les éléments et les déductions se pose toujours.

Le sol enregistre un score peu élevé, et la poutre un score nul. Les juges/entraîneurs envisagent donc les barres asymétriques comme l'agrès le plus stressant à juger. Par conséquent, les agrès rapides sont une source de stress plus importante que les agrès lents pour ce groupe de juges.

**Tableau 27 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/non entraîneurs (J/NE)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les J/NE ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=55)	Pourcentage selon les J/NE (n=84)
Barres	42	76,36%	50%
Saut	13	23,64%	15,48%
Sol	2	3,64%	2,38%
Poutre	2	3,64%	2,38%

Le constat est le même chez les juges/non entraîneurs, les barres ont toujours le score le plus élevé, devant le saut, et dans une moindre mesure le sol et la poutre qui sont à égalité.

La principale différence entre les juges entraîneurs et non entraîneurs réside dans l'attribution d'un score non nul pour la poutre. Chez les non entraîneurs celle-ci est considérée comme autant stressante que le sol.

Le pourcentage de juges considérant le jugement aux barres comme stressant est plus élevé que pour le groupe des juges/entraîneurs, tandis que celui du saut est légèrement inférieur.

La différence de considération en tant que source de stress est donc également présente ici. Les juges, qu'ils soient entraîneurs ou non, seraient sensibles à la rapidité et à la nature des agrès.

**Tableau 28 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/gymnastes (J/G)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les J/G ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=51)	Pourcentage selon les J/G (n=78)
Barres	35	68,63%	44,87%
Saut	22	43,14%	28,2%
Sol	3	5,88%	3,85%
Poutre	0	0%	0%

Les résultats vont dans le même sens que pour les juges/entraîneurs. Les juges gymnastes considèrent les barres comme agrès le plus stressant à juger, suivi du saut, qui a obtenu un score plus élevé que pour les juges/entraîneurs. Le pourcentage obtenu par le sol reste faible, tandis que celui de la poutre est nul.

Les agrès dits rapides sont donc considérés comme stressant par beaucoup plus de juges que les agrès lents, même par des sujets habitués à évoluer sur ces agrès.



**Tableau 29: Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/non gymnastes (J/NG)**

Agrès	Nombre de juges considérant le jugement à l'agrès comme stressant	Pourcentage selon les J/NG ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=81)	Pourcentage selon les J/NG (n=135)
Barres	64	79,01%	47,40%
Saut	16	19,75%	11,85%
Sol	2	2,47%	1,48%
Poutre	2	2,47%	1,48%

Tout comme cela est le cas pour les juges/non entraîneurs, les pourcentages de juges percevant le sol et la poutre comme stressant à noter est le même. Les barres asymétriques apparaissent de loin comme l'agrès générant le plus de stress, toujours suivies du saut.

Comme nous avons pu le voir avec les groupes d'ancienneté, les différents rôles joués par les juges ne semblent pas avoir d'impact sur le ressenti de source de stress en fonction des agrès. Qu'un juge soit entraîneur ou non, gymnaste ou non, la notation aux agrès rapides, et plus particulièrement aux barres asymétriques, est toujours considérée comme plus stressante que celle aux agrès lents.

Cette conclusion s'applique au plan quantitatif, nous avons donc cherché à savoir s'il en était de même sur le plan qualitatif. Pour cela, nous avons repris les scores attribués à chacun des agrès par les juges en fonction de leur polyvalence.

Cette comparaison nous paraît importante étant donné qu'un agrès peut être cité de nombreuses fois, mais en se voyant attribuer un score de 1, tandis qu'un agrès peut être cité peu de fois, avec des scores très élevés.

**Tableau 30 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/entraîneurs**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J/E ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=77)	Moyenne selon les J/E (n=129)
Barres	17	27	14	113	1,427	0,876
Saut	7	1	4	21	0,273	0,163
Sol	2	1	0	4	0,052	0,031
Poutre	0	0	0	0	0	0

Si nous prenons le score en considération, les barres sont la source de stress la plus importante, suivies du saut, du sol et de la poutre avec un score nul. Si nous nous référons aux moyennes, l'ordre reste le même, celle des barres reste la plus élevée. Les agrès rapides ont donc des scores plus élevés que les agrès lents pour les juges entraîneurs. Il n'y a pas de différences de résultats pour ce groupe de juge entre les plans quantitatifs et qualitatifs.

**Tableau 31 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/non entraîneurs**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les juges J/NE ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=55)	Moyenne selon les J/NE (n=84)
Barres	15	20	7	76	1,382	0,905
Saut	4	6	3	25	0,454	0,298
Sol	0	1	1	5	0,09	0,06
Poutre	2	0	0	2	0,036	0,023

## Etude 2 : Sources de stress et les différents agrès à noter

Les scores et les moyennes donnent toujours le même classement, les barres en premier, suivies du saut, du sol et de la poutre.

Sur la plan qualitatif, les agrès rapides restent considérés comme une source de stress plus importante que les agrès lents, que les juges soient entraîneurs ou non.

Les barres asymétriques sont par ailleurs l'agrès où la notation est toujours perçue comme la plus génératrice de stress.

**Tableau 32: Scores attribués à chaque agrès pour les juges/gymnastes**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J/G ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=51)	Moyenne selon les juges du groupe J/G (n=78)
Barres	10	15	10	70	1,372	0,897
Saut	5	9	8	47	0,922	0,602
Sol	1	1	1	6	0,118	0,077
Poutre	0	0	0	0	0	0

Comme pour les deux autres groupes de juges, le classement selon les scores et les moyennes restent les mêmes, la notation aux agrès rapides est ressentie comme une source de stress plus importante que celle aux agrès lents.

Par conséquent, les résultats quantitatifs et qualitatifs vont dans le même sens pour ce groupe de juges.

Le sol enregistre un score faible, et la poutre un score nul. Les agrès lents ne sont donc pas des sources de stress importantes pour les juges gymnastes. La présence de pauses chorégraphiques entre les difficultés peut expliquer cette différence avec les agrès rapides.

En effet, la notation en écriture symbolique est bien moins marquée par la pression temporelle à ces deux agrès, de même que le relevé des déductions.

**Tableau 33 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/non gymnastes**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne en selon les J/NG ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=81)	Moyenne selon les J/NG (n=135)
Barres	22	31	11	117	1,444	0,866
Saut	8	8	0	24	0,296	0,177
Sol	1	1	0	3	0,037	0,022
Poutre	2	0	0	2	0,0245	0,015

Dans le groupe des juges/non gymnastes, l'ordre des agrès ne varie pas ni en fonction des scores, ni en fonction des moyennes.

Par conséquent, nous avons pu remarquer qu'il y a toujours plus de juges dans chaque groupe qui estiment la notation aux agrès rapides comme une source de stress plus importante qu'aux agrès lents, et que la « valeur » stressante attribuée à ces agrès va dans le même sens.

Les agrès rapides restent donc une source de stress plus importante que les agrès lents, que les juges soient polyvalents dans l'activité ou non.

Il est également intéressant de noter que la poutre est toujours considérée comme l'agrès le moins stressant à juger. Ce qui peut être expliqué par le positionnement des juges à cet agrès, c'est-à-dire juste devant, et au fait que les fautes y sont particulièrement visibles. Enfin il s'agit d'un agrès lent, où les difficultés sont séparées par de la chorégraphie, et dans un temps moins long que pour le sol. De plus, au sol, les gymnastes se déplacent sur le praticable, ce qui rend la visibilité des juges parfois difficile notamment pour les sorties de praticable.

## Etude 2 : Sources de stress et les différents agrès à noter

Tout comme nous l'avons fait pour les groupes d'ancienneté, nous avons cherché à savoir si les agrès étaient différemment considérés au sein de chaque groupe de juge.

Afin de voir si ces différences de moyennes entre les groupes d'ancienneté sont significatives, nous avons procédé à des Anovas.

**Tableau 34 : Comparaison des moyennes selon la polyvalence des juges**

	J/E et J/NE	J/G et J/NG
Agrès	Valeur de p	valeur de p
Barres	p=0.807 (NS)	p=0.929 (NS)
Saut	p=0.671 (NS)	<b>p=0.000 (S)</b>
Sol	p=0.882 (NS)	p=0.366 (NS)
Poutre	p=0.08 (NS)	p=0.281 (NS)

Il n'existe aucune différences significatives quant à la considération des agrès pour les juges des groupes entraîneurs et non entraîneurs, par contre il en existe une (à  $p < 0.000$ ) pour le saut entre les juges gymnastes et non gymnastes.

Les juges gymnastes considérant le saut comme un agrès plus stressant à noter que leurs homologues non gymnastes. Nous pouvons penser que ces sportives sont plus sensibilisées aux fautes qui pourraient être produites, et ont donc davantage d'informations à traiter que les non gymnastes.

### 3. résultats selon le niveau de juge

Dans un premier temps nous avons cherché à savoir combien de juges avaient côté le score de 1, 2, ou 3 à l'item 21.

Dans le tableau suivant, nous présentons ces résultats, ainsi que le pourcentage de juges en fonction des niveaux, ce dernier nous paraissant primordial étant donné la différence de nombre de juge selon les niveaux. Le niveau 5, ou international étant peu représenté ici.

**Tableau 35: Niveau de juge, et agrès comme source de stress**

Niveau de juge	Nombre de juges se disant stressé par la notation à au moins un agrès en particulier, par rapport au nombre de juges par niveaux	Pourcentage du nombre de juges stressé par la notation à un agrès en particulier par rapport au total de juges par niveaux
N1	19/28	67,86%
N2	40/53	75,47%
N3	50/81	61,72%
N4	19/41	46,34%
N5	4/10	40%

Nous remarquons que les juges des niveaux 1,2 et 3 semblent plus sensibles au choix de l'agrès à noter que les juges des deux niveaux supérieurs. Les scores de ces deux niveaux (4 et 5) étant inférieurs à 50%.

Les juges de niveau 2 possèdent d'ailleurs le pourcentage le plus élevé. Il faut souligner que sur des compétitions de petits niveaux, les juges de ce niveau peuvent être désignés juge arbitre, ce qui pourrait expliquer la différence de pourcentage entre les juges de niveaux 1 et 3 et ceux de niveau 2.

Afin d'approfondir notre étude, nous avons cherché à savoir si un agrès en particulier était davantage considéré comme source de stress en fonction du niveau de notation, tout d'abord de façon quantitative, en s'intéressant au nombre de juges considérant la notation à tel agrès comme générant du stress, puis qualitativement, en se référant aux scores attribués aux différents agrès.

**Tableau 36 : Niveau 1 et agrès considérés comme source de stress**

Agrès	Nombre de juges considérant l'agrès comme source de stress	Pourcentage selon les J1 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=19)	Pourcentage selon les j1 de cette étude (n=28)
Barres	12	63,16%	42,86%
Saut	9	47,36%	32,14%
Sol	1	5,26%	3,57%
poutre	0	0%	0%

Les juges de niveaux 1 semblent considérer comme particulièrement stressant le fait de devoir juger les agrès rapides, notamment les barres asymétriques. Le pourcentage de juges de niveau 1, et donc du niveau le plus faible, estimant la notation au saut comme source de stress est également élevé, tandis que celui du sol est faible, et celui de la poutre nul.

**Tableau 37 : Niveau 2 et agrès considérés comme source de stress**

Agrès	Nombre de juges considérant l'agrès comme source de stress	Pourcentage selon les J2 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=40)	Pourcentage selon les J2 de cette étude (=53)
Barres	30	75%	56,60%
Saut	14	35%	26,41%
Sol	1	2,5%	1,89%
poutre	0	0%	0%

Pour les juges de niveau 2, le constat est le même que pour ceux de niveau 1, ils estiment comme davantage stressant le jugement aux barres asymétriques, et au saut, mais la différence entre ces deux agrès semble s'accroître. Tout comme pour le niveau 1, aucun juge ne semble stressé à l'idée d'officier à la poutre.

**Tableau 38 : Niveau 3 et agrès considérés comme source de stress**

Agrès	Nombre de juges considérant l'agrès comme source de stress	Pourcentage selon les J3 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=50)	Pourcentage selon les J3 de cette étude (n=81)
Barres	39	78%	48,15%
Saut	12	24%	14,81%
Sol	3	6%	3,7%
poutre	0	0%	0%

Les résultats des juges de niveau 3 vont dans le même sens que ceux des deux niveaux inférieurs : des scores élevés pour les agrès rapides, un score faible pour le sol, et un score nul pour la poutre.

Cependant, nous pouvons remarquer que tout comme pour le niveau 2 un écart se creuse entre les scores des barres asymétriques, et ceux du saut.

Pour le jugement à ce niveau, les juges sont amenés à noter régulièrement les mêmes formes de saut. Les difficultés présentées à cet agrès sont peu variées. Tandis qu'aux barres, elles sont plus nombreuses que pour les niveaux 1 et 2 par exemple, et les déductions qu'il faut leur appliquer sont généralement plus délicates à relever, comme par exemple l'angle entre le tronc et les jambes sur un appui tendu renversé, ou la hauteur des prises d'élan.



**Tableau 39 : Niveau 4 et agrès considérés comme source de stress**

Agrès	Nombre de juges considérant l'agrès comme source de stress	Pourcentage selon les J4 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (=19)	Pourcentage selon les J4 de cette étude (n=41)
Barres	15	78,95%	36,58%
Saut	3	15,79%	7,32%
Sol	0	0%	0%
poutre	2	10,53%	4,88%

Pour cette catégorie, les barres asymétriques sont de nouveau considérées comme l'agrès le plus stressant à juger, mais avec un score toutefois inférieur aux autres niveaux de juges. Il en est de même pour le saut de cheval, dont le score ne dépasse pas cette fois-ci les 10%.

La notation au sol n'est plus considérée comme une source de stress, mais la poutre le devient, avec un score cependant relativement faible. L'apparition d'un score non nul pour la poutre peut s'expliquer par le fait que les juges de niveau 4 sont amenés à juger des exercices plus compliqués que leurs homologues de niveaux inférieurs. Exercices où les éléments doivent être enchaînés, et où les sauts sont pénalisés en fonction d'un certain angle d'écart par exemple.

En ce qui concerne les résultats du saut, nous pouvons penser que les juges de ce niveau jugent beaucoup de sauts déjà vu au niveau 3, mais mieux maîtrisés, donc moins dangereux pour les gymnastes, et avec moins de déductions à relever dans la plupart des cas.

Les agrès rapides restent donc les agrès considérés comme les plus stressants à noter pour les juges de haut niveau que sont les juges de niveau 4.

**Tableau 40 : Niveau 5 et agrès considérés comme source de stress**

Agrès	Nombre de juges considérant l'agrès comme source de stress	Pourcentage selon les J5 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=4)	Pourcentage selon les J5 de cette étude (n=10)
Barres	4	100%	40%
Saut	1	25%	10%
Sol	0	0%	0%
poutre	0	0%	0%

Seul le jugement aux agrès rapides est estimé comme source de stress pour le niveau 5. La différence de score entre les barres asymétriques et le saut de cheval reste importante, mais ces résultats sont à considérer avec précaution, étant donné le faible niveau de participation des juges internationaux.

Ces résultats montrent qu'il n'existe pas de différence de ressenti de source de stress en fonction de l'expertise des juges. En effet, pour les cinq niveaux, les barres sont toujours considérées comme l'agrès le plus stressant à noter, suivi du saut. Seul l'ordre de la poutre et du sol s'inverse parfois, mais les scores obtenus par ces agrès restent très faibles.

Nous avons ensuite cherché s'il existait une différence en fonction de l'expertise, mais sur le plan qualitatif, c'est-à-dire en fonction des scores attribués par les juges de chaque niveau à l'item 21.

**Tableau 41 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 1**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J1 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=19)	Moyenne selon les J1 de cette étude (n=28)
Barres	4	6	2	22	1,158	0,786
Saut	2	4	3	19	1	0,678
Sol	0	0	1	3	0,158	0,107
Poutre	0	0	0	0	0	0

Les scores totaux et les moyennes vont dans le même sens que l'étude quantitative, les agrès rapides ont des scores plus élevés que les agrès lents. Moins de juges estiment la notation au sol comme stressante, mais le seul juge la ressentant comme telle lui attribue la valeur maximale.

**Tableau 42 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 2**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J2 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=40)	Moyenne selon les J2 de cette étude (=53)
Barres	7	18	7	64	1,6	1,1
Saut	4	5	4	26	0,65	0,49
Sol	3	1	0	5	0,125	0,094
Poutre	0	0	0	0	0	0

Les scores et les moyennes vont dans le même sens que pour les juges du niveau inférieur.

## Etude 2 : Sources de stress et les différents agrès à noter

Les moyennes les plus hautes sont celles des agrès rapides, la moyenne du sol est sensiblement la même que pour le niveau 1, tandis que la poutre enregistre ici aussi un score et une moyenne nuls.

**Tableau 43 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 3**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J3 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=50)	Moyenne selon les J3 de cette étude (n=81)
Barres	16	18	4	64	1,28	0,79
Saut	4	8	0	20	0,4	0,247
Sol	2	1	0	4	0,08	0,05
Poutre	0	0	0	0	0	0

Pour les juges de niveau 3, les résultats suivent la même logique que ceux des niveaux inférieurs de notation, tant au niveau du score qu'à celui des moyennes.

Un écart se creuse cependant entre les moyennes des barres asymétriques et du saut, puis entre les agrès rapides et les agrès lents. Si toutes les moyennes ont tendance à baisser, celle des barres asymétriques se maintient au même niveau que pour les juges des deux autres groupes vu précédemment.

L'explication est la même que pour les résultats quantitatifs des juges de niveaux 3, c'est-à-dire qu'à ce niveau les juges ont affaire à une accumulation de nouveaux éléments plus complexes à noter, et enchaînés plus rapidement que pour les niveaux de notation inférieurs.

**Tableau 44 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 4**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J4 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (=19)	Moyenne selon les J4 de cette étude (n=41)
Barres	5	5	5	30	1,579	0,732
Saut	2	1	1	7	0,368	0,171
Sol	0	0	0	0	0	0
Poutre	2	0	0	2	0,105	0,048

Aucun juge de ce niveau n'a estimé que la notation au sol puisse être stressante, le score de la poutre est non nul, ce qui est le cas uniquement pour ce niveau d'expertise. Le caractère quantitatif de nos travaux ne peut expliquer pourquoi. En ce qui concerne les agrès rapides, les barres possèdent toujours le score et la moyennes les plus élevés devant le saut.

**Tableau 45 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 5**

Agrès	Score 1	Score 2	Score 3	Score total	Moyenne selon les J5 ayant répondu 1, 2, ou 3 à l'item 21 (n=4)	Moyenne selon les J5 de cette étude (n=10)
Barres	2	1	1	7	1,75	0,7
Saut	1	0	0	1	0,25	0,1
Sol	1	0	0	1	0,25	0,1
Poutre	0	0	0	0	0	0

Les barres asymétriques sont toujours en première position pour le score et la moyenne, mais pour les juges de niveaux internationaux, la notation au saut et au sol sont considérées comme générant autant de stress.

La poutre enregistre ici aussi un score et une moyenne nuls.

Les cinq niveaux de juges estiment donc que les barres asymétriques sont plus stressantes à noter, devant le saut, puis le sol et la poutre. Il faut cependant signaler que l'ordre des agrès lents varie d'un niveau à l'autre, les scores et moyennes restant toujours très faibles.

Pour compléter notre étude, nous avons voulu voir s'il existait des différences significatives entre les moyennes attribuées à chaque agrès en fonction du niveau de juge. Pour cela, nous avons procédé à des Anovas.

**Tableau 46 : Comparaisons de moyennes selon l'expertise des juges**

Agrès	Valeur de p
Barres	p=0.155 (NS)
Saut	<b>p=0.024 (S)</b>
Sol	p=0.821 (NS)
Poutre	p=0.077 (NS)

Seul l'agrès saut est considéré différemment (à  $p < 0.024$ ) selon le niveau de juge.

Les juges de bas niveaux (1 et 2) considèrent qu'officier à cet agrès est plus porteur de stress que ceux des niveaux supérieurs.

Ce résultat peut s'expliquer par la différence des formations suivies par les juges de ces niveaux et ceux des niveaux supérieurs, mais aussi par le fait que pour les compétitions où officient les juges de bas niveaux, les sauts sont souvent moins bien maîtrisés, que les déductions à appliquer sont alors plus nombreuses, mais surtout que les juges peuvent craindre les blessures des gymnastes.

Cette différence de considération est plus largement développée dans la partie suivante, où tous les résultats sont discutés.

## Discussion

Les premiers résultats, indiquent que la majorité des juges estiment que le fait de juger aux barres asymétriques est une situation stressante.

La notation au saut apparaît également comme une situation génératrice de stress, mais dans une moindre mesure.

En ce qui concerne le sol et la poutre, peu de juges indiquent être stressés lorsqu'il s'agit d'officier à ces agrès.

Nous pouvons donc remarquer qu'il existe une grande différence de considération entre les agrès rapides, barres et saut, et les agrès lents, poutre et sol.

Ces résultats sont quantitatifs, c'est à dire qu'ils correspondent au nombre de juges considérant qu'être assigné à au moins un agrès en particulier peut être stressant.

Les résultats qualitatifs, soit les scores attribués à ces agrès, vont dans le même sens lorsque nous considérons les juges dans leur globalité.

Le jugement aux agrès rapides, et plus particulièrement aux barres asymétriques est donc plus stressant que celui aux agrès lents.

Ce fait s'explique par la nature même des agrès. En effet, aux agrès lents, les acrobaties, et les éléments gymniques sont intercalées avec des pauses chorégraphiques, ce qui permet aux juges d'avoir le temps de prendre en symbolique les éléments, et de noter les déductions.

Car même si un juge n'est assigné qu'au jury chargé de l'exécution par exemple, il se doit de noter tous les éléments réalisés par la gymnaste afin de pouvoir indiquer à quel élément il applique telle déduction s'il lui est demandé de se justifier.

Pour les barres asymétriques, il n'existe aucun temps de pause, sauf en cas de chute de la gymnaste. Les juges doivent donc noter de façon très rapide les éléments réalisés et les déductions correspondantes.

Au saut, la prise de note se fait différemment. Les juges disposent généralement d'un dessin, où sont symbolisés chacun des envols du saut, plus la réception. Le juge doit alors reconnaître et noter le saut réalisé, ainsi qu'indiquer les déductions à la place symbolique de chaque séquence du saut.

Le point commun entre la notation de ces deux agrès rapides restent donc la rapidité de réalisation des éléments et donc la difficulté de relever toutes les erreurs d'exécution.

Notre hypothèse 2 est donc confirmée, la notation aux agrès rapides est considérée comme

plus stressante que celle aux agrès lents.

Nous avons ensuite cherché à savoir s'il existait des différences dans l'appréciation de ces agrès en fonction de l'expérience, et de l'expertise.

Pour tous les groupes d'ancienneté étudiés, les barres sont toujours considérées comme l'agrès le plus stressant, suivi du saut, seul l'ordre du sol et de la poutre varie, mais leurs moyennes sont très fortement inférieures à celles des agrès rapides.

L'ordre des agrès est le même pour les groupes des juges entraîneurs et non entraîneurs, et pour ceux des juges gymnastes et non gymnastes.

L'expérience ne joue donc pas de rôle dans le ressenti des agrès en tant que source de stress.

Pour ce qui est des niveaux de juge, les barres sont toujours positionnées en première place, le saut en seconde position, sauf pour les juges de niveau international, où il est situé au même niveau que le sol. La poutre apparaît comme l'agrès le moins stressant.

Par conséquent, l'expertise ne possède pas non plus d'influence sur la considération des agrès en tant que sources de stress.

Les agrès rapides sont donc toujours considérés comme les agrès les plus stressants à juger, que ce soit en termes de nombre de juges, qu'en termes de scores attribués à chacun des agrès.

Afin de compléter notre étude, nous avons cherché à savoir si l'expérience et l'expertise pouvaient tout de même avoir une influence non pas sur la comparaison des agrès comme source de stress, mais pour un même agrès.

Ainsi, les analyses de Variance nous indiquent qu'il existe des différences significatives uniquement pour l'agrès saut, pour les groupes d'ancienneté (à  $p < 0.22$ ), pour les groupes de juges gymnastes et non gymnastes (à  $p < 0.000$ ), et pour les groupes de niveaux de juges (à  $p < 0.024$ ).

Dans les groupes d'ancienneté, les juges les moins aguerris considèrent le jugement au saut comme plus stressant que ceux avec plus d'expérience. Nous pouvons penser qu'ils n'ont pas encore pris l'habitude de noter un mouvement aussi bref, en relevant toutes les caractéristiques imposées par le code.

En ce qui concerne les différences entre les juges gymnastes et non gymnastes, le fait que les juges qui sont également gymnastes estiment la notation au saut comme plus génératrice de stress que leurs homologues non gymnastes s'explique par leur expérience.



En effet, les sportives savent précisément quels sont les critères de déduction au saut, puisqu'ils font partie des consignes que leur donnent les entraîneurs pendant les séances d'entraînement. Peut être en ont-elles alors plus conscience que les juges uniquement juges, et que cette quantité d'information à prendre en compte leur paraît difficile à traiter.

La différence d'appréciation du saut comme agrès stressant en fonction du niveau de juge se fait pour les niveaux 1 et 2.

Les juges de bas niveaux estiment donc cet agrès comme plus stressant que les niveaux supérieurs.

Il faut souligner que les juges de bas niveaux officient sur moins de compétitions sur une saison que les juges plus experts, et qu'ils ont suivi moins de sessions de formation que ces derniers. De plus, sur les petits niveaux de compétitions sur lesquels ils sont amenés à juger, il existe de nombreux aménagements pour les gymnastes, tels que des hauteurs de saut différentes, ou encore l'utilisation permise ou non d'un trampoline, ou d'un double tremplin en fonction des catégories d'âge. Tous ces aménagements s'accompagnent de changement de notes de départ pour les différents sauts.

Les juges des niveaux 1 et 2 doivent donc gérer également des soucis "logistiques", en plus des critères imposés par le code de pointage pour la réalisation du saut.

De plus, lors des compétitions où interviennent des juges de niveaux 1 et 2, il s'agit souvent de gymnastes peu expérimentées, où la réalisation des sauts comprend de nombreuses fautes, et peut même parfois être dangereuse. Cette crainte de voir la gymnaste se blesser peut ajouter un facteur stressant à cet agrès pour les juges de ces niveaux.

En conclusion, notre étude souligne qu'il existe bel et bien une différence entre les agrès lents et rapides. Les juges considèrent davantage comme source de stress les barres asymétriques et le saut. Les barres étant toujours estimées comme l'agrès le plus stressant quelle que soit l'expérience ou l'expertise des juges.

Ces résultats posent la question de la formation des juges, et des fonctionnements des jurys. Est-il judicieux de préparer des juges de la même façon à des agrès dont les natures sont complètement différentes? Les critères de notation sont ils trop nombreux pour les agrès rapides?

Toutes ces questions pourraient être étudiées plus attentivement dans une autre étude où nous pourrions envisager la participation d'un plus grand nombre de juges.

# **ETUDE 3**

TRAITS DE PERSONNALITE DES JUGES  
DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE  
FEMININE

### **Présentation de l'étude 3**

Le but de cette étude est de dresser le profil psychologique des juges de gymnastique artistique féminine, au travers de plusieurs traits : l'optimisme et le pessimisme, l'anxiété, l'estime de soi, et le perfectionnisme (cf. supra p.93).

Nous chercherons également à savoir s'il existe des différences dans ces profils en fonction de l'expérience des juges d'une part, et de leur expertise d'autre part.

Dans cette étude, les hypothèses envisagées étaient les hypothèses 3 et 4

*Hypothèse 3* : Les juges avec une faible expérience présentent un profil psychologique, des ressentis de perfectionnisme et d'estime de soi différents de ceux des juges avec une longue expérience.

*Hypothèse 4* : Les juges experts présentent un profil psychologique, des ressentis de perfectionnisme et d'estime de soi différents de ceux juges non experts.

### **Méthodologie**

#### **1. Participants**

Pour cette étude, nous avons cherché à faire passer les questionnaires juste avant une compétition, ce que le comité régional n'a pu rendre possible. Par conséquent, nous sommes rentrés en contact avec plusieurs juges à la suite d'une compétition en leur demandant leurs email, ou en contactant leurs clubs. Tous les échanges ont par la suite été faits par email.

40 juges de gymnastique artistique féminine<sup>37</sup> âgés de 17 à 48 ans (M=27,325 ; E-T= 8,312), dont 4 hommes ont pris part à cette étude.

Le nombre d'années d'expérience oscille entre 1 et 25 ans, (M= 8,95 ; E-T= 5,995).

Seules des fédérations françaises sont représentées, la FFG, avec 30 juges, l'UFOLEP avec 11 juges, et la FSGT avec 1 juge, (deux sujets ont une double affiliation FFG/UFOLEP pour l'un, et FFG/FSGT pour l'autre).

---

<sup>37</sup> Ces juges ne font pas partie des 213 juges des études 1 et 2.

### Etude 3 : Traits de personnalité des juges de gymnastique artistique féminine

Parmi tous ces officiels, 3 sont de niveau 1, 9 de niveau 2, 13 de niveau 3, 13 de niveau 4, et 2 de niveau 5, 20 sont entraîneurs, et autant ne le sont pas. De la même façon, 20 sont gymnastes, et 20 ne pratiquent pas ce sport.

La totalité des niveaux de jugement sont donc représentés dans cette étude.

**Tableau 47** : présentation des juges de l'étude en fonction de leur niveau d'expertise

Niveau d'expertise	Nombre de juges	Age moyen	Ecart-type	Ancienneté moyenne	Ecart-type
1	3	34,33	13,61	1,67	1,155
2	9	23,67	6,69	6,33	2
3	13	24,54	7,76	7,85	5,91
4	13	29,92	7,52	12,54	6,15
5	2	34,5	2,12	15,5	2.12

En ce qui concerne l'ancienneté, les juges ont été répartis en 3 groupes : le groupe un avec les juges présentant entre 1 et 5 ans d'ancienneté, le second les juges officiant entre 6 et 9 ans, et le groupe 3 comprenant les sujets juges depuis au moins 10 ans.

**Tableau 48** : présentation des juges de l'étude en fonction de leur ancienneté

Groupe d'ancienneté	Nombre de juges	Age moyen	Ecart type	Ancienneté moyenne	Ecart type
1	12	23,75	10,54	3,08	1,50
2	15	25,07	4,23	7,53	1,06
3	13	33,23	6,70	16	4,76

### Etude 3 : Traits de personnalité des juges de gymnastique artistique féminine

Pour mesurer l'impact de la polyvalence, nous avons étudié tout d'abord les différences de score entre les juges également entraîneurs (J/E) (nb=20) et ceux non entraîneurs (J/NE) (nb=20), puis entre les juges gymnastes (J/G) (nb=20) et ceux non gymnastes (J/NG) (nb=20).

Les égalités de population entre les groupes entraîneur et non entraîneur d'une part, et gymnaste et non gymnaste d'autre part sont issues d'une coïncidence.

**Tableau 49 : présentation des juges de l'étude en fonction de leur polyvalence dans l'activité**

Groupe de juge	Nombre de juge/40	Age moyen	Ecart type	Ancienneté moyenne	Ecart type
J/E	20	28	7,57	10,3	6,32
J/NE	20	26,65	9,14	7,6	5,48
J/G	20	23,4	6,92	7,65	4,94
J/NG	20	31,25	7,85	10,25	6,76

#### 2. Outils de recueil des données

Afin d'obtenir la plus grande participation possible, nous avons cherché à utiliser des questionnaires complets et relativement courts.

La prise de contact avec les juges s'est faite par email, à partir du fichier d'adresse constitué avec l'étude 1.

Les juges acceptant de prendre part ont donc répondu à 4 questionnaires lors d'un même envoi : le LOT-R, l'EMP, le STAI Y-B, et le SES, dont nous allons analyser les résultats dans la partie suivante.

Ces derniers ont été traités à l'aide du logiciel SPSS.17.

La distribution des réponses attribuées à chacun des questionnaires suit une loi normale, ce qui nous amène à mettre en évidence que nous pouvons utiliser des tests paramétriques.

## Résultats

### 1. Le trait d'anxiété

Le score moyen du trait d'anxiété pour tous les juges de l'étude est de 2,145. Le score moyen maximum à ce questionnaire étant 4, nous pouvons considérer que les juges possèdent un trait d'anxiété légèrement au dessus de la moyenne, ce dernier n'est donc pas très élevé.

Nous avons cherché à savoir s'il existait des différences de scores entre les juges en fonction de leur expérience, soit, selon leur ancienneté, et selon leur polyvalence.

#### 1.1 Trait d'anxiété et expérience des juges

Nous avons tout d'abord vérifié s'il existe ou non des différences de score pour le trait d'anxiété en fonction de l'ancienneté des juges.

**Tableau 50: Scores moyens obtenus pour le trait d'anxiété en fonction de l'ancienneté des juges**

Ancienneté	1	2	3
Score moyen/4	2,11	2,1	2,22
Ecart type	0,35	0,42	0,49

Les trois groupes de juges ne semble pas présenter des différences significatives quant à leurs scores de traits d'anxiété. Les scores d'anxiété sont moyens quelle que soit l'ancienneté des juges

Toutefois, afin de le vérifier, nous avons procédé à une Anova qui confirme cette impression :  $p=0.931$ .

Notre hypothèse 3 est donc en partie infirmée, les juges avec peu d'ancienneté ont un niveau de trait d'anxiété identique à ceux possédant beaucoup d'ancienneté.

Nous avons donc cherché à savoir s'il existait des différences en fonction de la polyvalence des juges dans la discipline.

### 1.2 Trait d'anxiété et autres rôles joués par les juges

Dans un premier temps nous avons effectué une analyse des scores obtenus par chaque groupe de juges dont les résultats sont présentés dans le tableau suivant.

Les juges/entraîneurs correspondent au groupe J/E, les non entraîneurs au groupe J/NE. Les juges/gymnastes sont représentés par J/G, et les non gymnastes par J/NG.

**Tableau 51 : Scores moyens obtenus pour le trait d'anxiété en fonction des autres rôles joués par les juges**

Groupe de juges	J/E	J/NE	J/G	J/NG
Score moyen/4	2,17	2,12	2,07	2,17
Ecart type	0,44	0,40	0,44	0,40

Les moyennes de score de trait d'anxiété des juges entraîneurs et non entraîneurs, des juges gymnastes et non gymnastes se situent aux alentours de la moyenne.

Afin de vérifier un effet significatif des rôles joués ou non par les juges, en plus de celui d'officiel, nous avons procédé à des Anovas dont les résultats sont les suivants.

Corrélation entre les juges entraîneurs et non entraîneurs :  $p=0.708$  (NS)

Corrélation entre les juges gymnastes et non gymnastes :  $p=0.683$  (NS)

Il n'existe donc pas de différence significative pour les scores de trait d'anxiété en fonction des autres rôles joués par les juges.

En conclusion, ni l'ancienneté, ni la polyvalence n'ont un impact sur les scores du trait d'anxiété, notre hypothèse 3 n'est donc pas vérifiée.

Nous avons ensuite cherché à savoir s'il en était de même avec l'expertise des juges.

### 1.3 Trait d'anxiété et expertise des juges

Le tableau suivant présente les scores moyens obtenus par les différents niveaux de juges

**Tableau 52 : Scores moyens obtenus pour le trait d'anxiété en fonction de l'expertise des juges**

Niveau de juge	1	2	3	4	5
Score moyen/4	2,32	2,03	2,13	2,25	1,825
Ecart type	0,49	0,28	0,30	0,56	0,46

Toutes les moyennes de score d'anxiété se situent légèrement au dessus de la moyenne, à l'exception du groupe des juges de niveau 5. Les juges internationaux seraient donc moins anxieux de nature que leurs homologues de niveaux inférieurs.

Afin de voir si cette différence est significative nous avons procédé à une Anova dont le résultat est le suivant :  $p=0.542$  (NS)

Il n'existe donc pas de différence significative de score de trait d'anxiété en fonction de l'expertise des juges.

Par conséquent, notre hypothèse 4 est en partie infirmée dans la mesure où il n'y a qu'un trait étudié.

## 2. L'estime de soi

La moyenne générale pour les juges ayant pris part à notre étude est de 3,2625.

Cette population de juge possède donc une estime de soi élevée, la moyenne maximale étant 4.



Dans un premier temps, nous allons vérifier s'il existe ou non des différences au niveau de l'estime de soi en fonction de l'expérience des juges.

## 2.1 Score d'estime de soi et expérience

Comme nous l'avons déjà fait pour le trait d'anxiété, nous considérons que l'expérience correspond à l'ancienneté du juge d'une part, et de la polyvalence qu'il peut avoir dans la discipline d'autre part.

### 2.1.1 Ancienneté et estime de soi

Nous avons tout d'abord procédé à un recensement des moyennes de score d'estime de soi obtenues par chacun des groupes d'ancienneté.

**Tableau 53 : Scores moyens d'estime de soi en fonction de l'ancienneté**

Ancienneté	1	2	3
Score moyen/4	3,27	3,55	3,22
Ecart type	0,5	0,37	0,78

Les scores moyens obtenus par les différents groupes ne semblent pas être très différents, ils restent élevés. Toutefois, dans le but de vérifier s'il existe ou non une différence significative pour le score d'estime de soi en fonction de l'ancienneté des juges, nous avons procédé à une Anova.

Les résultats de l'analyse de Variance démontre que  $p=0.433$  (NS). Il n'y a donc pas d'effet de l'ancienneté sur l'estime de soi. Les juges possèdent une estime de soi élevée quelle que soit leur ancienneté.

Afin de conclure sur l'existence ou non d'une influence de l'expérience sur l'estime de soi, nous nous sommes également intéressés aux autres rôles que les juges sont amenés à jouer.

### 2.1.2 Polyvalence dans la discipline et estime de soi

Nous avons de nouveau comparé les scores obtenus par les groupes juges/entraîneurs (J/E) et juges/non entraîneurs (J/NE), ainsi que ceux des groupes juges/gymnastes (J/G), et juges/ non gymnastes (J/NG)

**Tableau 54 : Scores moyens d'estime de soi en fonction de la polyvalence**

Groupe	J/E	J/NE	J/G	J/NG
Score moyen/4	3,15	3,37	3,28	3,24
Ecart type	0,65	0,45	0,51	0,62

Les scores moyens des quatre groupes de juges sont élevés, les juges possèdent donc apparemment une estime de soi élevée, qu'ils soient uniquement juges, ou qu'ils soient également entraîneurs ou gymnastes.

Afin de vérifier la présence ou non d'une différence significative entre ces groupes, nous avons ensuite des analyses de Variance dont les résultats sont présentés dans le tableau suivant.

**Tableau 55 : résultats des comparaisons de moyennes en fonction de la polyvalence des juges**

Rôles	Valeur de p
JE/ JNE	p=0.212 (NS)
JG/ JNG	p=0.848 (NS)

### Etude 3 : Traits de personnalité des juges de gymnastique artistique féminine

Les Anovas ne révèlent pas d'effets significatifs de la polyvalence du juge sur le score d'estime de soi.

Notre hypothèse 3 est donc partiellement infirmée, l'expérience n'a pas d'impact sur l'estime de soi.

Dans la partie suivante, nous étudierons l'influence que peut avoir l'expertise sur l'estime de soi.

#### 2.2 Score d'estime de soi et expertise

**Tableau 56 : scores moyens d'estime de soi en fonction des niveaux de juge**

Niveau de juge	1	2	3	4	5
Score moyen/4	3	3,43	3,23	3,67	2,4
Ecart type	0,53	0,48	0,44	0,43	1,84

Tous les niveaux de juges présentent un score moyen d'estime de soi élevé, sauf le niveau international, mais l'écart type y est très important, et seuls deux juges de ce niveau ont participé à cette étude. Ce score moyen est donc à considérer avec précaution.

Une Anova a été conduite afin de vérifier ou non la significativité des différences de ces moyennes. Elle révèle un score de  $p=0.433$  (NS). Il n'existe donc pas d'effet significatif de l'expertise sur l'estime de soi.

Notre hypothèse 4 est donc partiellement infirmée.

### 3. Optimisme et pessimisme

Le score général des juges de l'étude pour l'optimisme est de 2,925 et celui du pessimisme 2,575. Les juges interrogés possèdent donc des niveaux d'optimisme et de pessimisme modérément élevés.

### 3.1 Expérience et optimisme / pessimisme

Nous allons tout d'abord vérifier s'il existe des différences d'optimisme et de pessimisme en fonction de l'ancienneté des juges

#### 3.1.1 Ancienneté, optimisme et pessimisme

**Tableau 57 : scores moyens d'optimisme et de pessimisme en fonction de l'ancienneté des juges**

Ancienneté	Moyenne optimisme/4	Ecart type	Moyenne pessimisme/4	Ecart type
1	2,69	0,80	2,47	0,95
2	2,4	0,78	2,46	0,81
3	2,6	0,8	2,20	0,46

Les trois groupes d'ancienneté présentent des scores moyennement élevés aussi bien pour l'optimisme que pour le pessimisme. Toutefois, afin de vérifier s'il existe ou non des différences significatives entre les groupes d'ancienneté, nous avons procédé à des analyses de comparaison de moyenne.

**Tableau 58 : résultats des comparaisons de moyennes de l'optimisme et du pessimisme en fonction de l'ancienneté des juges**

Variable	Valeur de p
Optimisme	p=0.560 (NS)
Pessimisme	p=0.598 (NS)

### Etude 3 : Traits de personnalité des juges de gymnastique artistique féminine

Les analyses de Variance ne révèlent pas d'effet significatif de l'ancienneté ni sur l'optimisme, ni sur le pessimisme des juges en gymnastique artistique féminine.

#### 3.1.2 Polyvalence, optimisme et pessimisme

**Tableau 59 : scores moyens d'optimisme et de pessimisme en fonction de la polyvalence des juges dans l'activité**

Groupe de juge	Moyenne optimisme/4	Ecart type	Moyenne pessimisme/4	Ecart type
J/E	2,73	0,8	2,37	0,69
J/NE	2,42	0,76	2,4	0,83
J/G	2,47	0,81	2,35	0,89
J/NG	2,66	0,77	2,41	0,63

Les moyennes d'optimisme tout comme celles de pessimisme restent modérément élevées pour les quatre groupes de juges. Des analyses de Variances ont été menées afin de voir s'il existait ou non des différences significatives entre ces groupes.

**Tableau 60 : résultats des comparaisons de moyennes de l'optimisme et du pessimisme en fonction de la polyvalence des juges**

Groupe de juge	Optimisme	Pessimisme
	Valeur de p	Valeur de p
JE/JNE	p=0.206 (NS)	p=0.891 (NS)
JG/JNG	p=0.444 (NS)	p=0.800 (NS)

### Etude 3 : Traits de personnalité des juges de gymnastique artistique féminine

Les analyses de comparaisons de moyennes ne démontrent pas d'effets du rôle d'entraîneur ou de gymnaste ni sur l'optimisme ni sur le pessimisme.

Que les juges soient entraîneurs ou non, gymnastes ou non, ils possèdent des niveaux d'optimisme et de pessimisme identiques.

#### 3.2 Expertise, optimisme et pessimisme

**Tableau 61 : scores moyens d'optimisme et de pessimisme en fonction du niveau de juge**

Niveau	Moyenne optimisme/4	Ecart type	Moyenne pessimisme/4	Ecart type
1	3,11	0,51	3	1,15
2	2,22	0,74	2,3	0,75
3	2,6	0,84	2,62	0,62
4	2,64	0,81	2,13	0,79
5	2,83	0,71	2	0

Les juges de niveau 1, par conséquent les juges les moins expérimentés semblent posséder des scores moyens d'optimisme et de pessimisme plus élevés que les juges des niveaux supérieurs.

Nous avons donc procédé à des Anovas dans le but de vérifier si ces différences de moyennes étaient significatives ou non.

**Tableau 62 : résultats des comparaisons de moyennes de l'optimisme et du pessimisme en fonction du niveau de juge**

Variable	Valeur de p
Optimisme	p=0.560 (NS)
Pessimisme	p=0.598 (NS)

Les analyses de Variance ne révèlent pas d'effets significatifs de l'expertise sur l'optimisme ni sur le pessimisme.

Les niveaux d'optimisme et de pessimisme restent les mêmes que les juges officient à bas ou à haut niveau.

#### 4. Perfectionnisme

La moyenne générale des juges interrogés pour le perfectionnisme orienté sur soi (POS) est de 4,77, celle pour le perfectionnisme orienté sur autrui (POA) est égale à 3,98.

Enfin, la moyenne du perfectionnisme prescrit socialement (PPS) est de 3,31.

Les juges de gymnastique sont donc des individus perfectionnistes, qui attendent beaucoup d'eux-mêmes. Ils ont moins d'attentes vis-à-vis d'autrui, et ressentent peu fortement les exigences provenant de leur environnement.

##### 4.1 Expérience et perfectionnisme

Tout comme cela l'a été fait pour les traits de personnalité précédents, nous avons distingué deux formes d'expérience : l'ancienneté d'une part, et la polyvalence des juges d'autre part.

4.1.1 Ancienneté et perfectionnisme

**Tableau 63 : résultats des scores de POS, POA et PPS selon l'ancienneté**

Ancienneté	Moyenne POS/7	Ecart type	Moyenne POA/7	Ecart type	Moyenne PPS/7	Ecart type
1	4,49	0,75	4,03	0,75	2,89	0,67
2	4,68	1,17	3,90	0,5	3,44	0,95
3	5,18	0,71	4,03	0,34	3,53	0,65

Pour les trois groupes d'ancienneté, les scores de perfectionnisme orienté sur soi sont plus élevés que ceux du perfectionnisme orienté sur autrui, lui-même plus important que le score de perfectionnisme prescrit par autrui.

Les juges avec le plus d'ancienneté semblent cependant posséder des scores supérieurs à ceux des groupes 1 et 2 pour les trois dimensions de perfectionnisme.

Des analyses de comparaison de moyennes nous ont permis de voir si ces différences étaient significatives.

**Tableau 64 : résultats des comparaisons de moyennes de POS, POA et PPS selon l'ancienneté**

POS	POA	PPS
Valeur de p	Valeur de p	Valeur de p
p=0.229 (NS)	p=0.658 (NS)	p=0.102 (NS)

Les Anovas ne révèlent pas d'effets significatifs de l'ancienneté pour aucune des trois dimensions de perfectionnisme.



Les juges débutants et les juges officiant depuis de nombreuses années possèdent donc des niveaux équivalents de perfectionnisme orienté sur soi, orienté sur autrui, et prescrit par autrui.

#### 4.1.2 Polyvalence et perfectionnisme

**Tableau 65 : résultats des scores de POS, POA et PPS selon la polyvalence des juges dans l'activité**

Groupe de juges	Moyenne POS/7	Ecart type	Moyenne POA/7	Ecart type	Moyenne PPS/7	Ecart type
J/E	4,06	0,75	4,09	0,42	4,09	0,79
J/NE	4,59	1,07	3,96	0,47	3,27	0,84
J/G	4,71	0,99	3,98	0,53	3,23	0,92
J/NG	4,81	0,9	3,98	0,36	3,38	0,72

Les juges entraîneurs ne paraissent pas avoir de grandes différences entre les trois types de perfectionnisme, au contraire des juges non entraîneurs, pour lesquels le score de perfectionnisme orienté sur soi est plus élevé que pour celui orienté sur autrui et prescrit par autrui.

Pour les juges gymnastes et non gymnastes, les moyennes restent proches pour les trois perfectionnismes.

**Tableau 66: résultats des comparaisons de moyennes de POS, POA et PPS selon la polyvalence des juges dans l'activité**

	POS	POA	PPS
	Valeur de p	Valeur de p	Valeur de p
JE/JNE	p=0.222 (NS)	p=0.866 (NS)	p=0.818 (NS)
JG/JNG	p=0.739 (NS)	p=0.989 (NS)	p=0.567 (NS)

Nous avons mené des analyses de Variance afin de vérifier s'il existait des différences significatives entre les types de perfectionnisme de juges entraîneurs et non entraîneurs, et ceux des juges gymnastes et non gymnastes.

Ces analyses de comparaisons de moyennes ne relèvent pas d'effet significatifs de la polyvalence des juges sur les différents perfectionnismes.

#### 4.2 Expertise et perfectionnisme

**Tableau 67 : résultats des scores de POS, POA et PPS selon le niveau de juge**

Niveau	Moyenne POS	Ecart type	Moyenne POA	Ecart type	Moyenne PPS	Ecart type
1	4,26	0,64	4,33	0,27	3,09	0,47
2	4,32	1,07	3,74	0,54	2,93	1,04
3	4,69	0,49	3,94	0,37	3,26	0,61
4	5,17	1,13	4,02	0,42	3,59	0,87
5	5,46	0,09	4,43	0,23	3,8	0,19

### Etude 3 : Traits de personnalité des juges de gymnastique artistique féminine

Plus le niveau de juge augmente plus le score moyen de perfectionnisme orienté sur soi est important. Le même phénomène ne se vérifie pas ni pour le perfectionnisme orienté sur autrui, ni pour celui prescrit par autrui.

Cependant, nous pouvons remarquer que quel que soit le niveau d'expertise, le score moyen de perfectionnisme orienté sur autrui est toujours supérieur à celui prescrit par autrui.

Afin de vérifier s'il existe ou non des différences significatives entre ces niveaux de juge, nous avons comparé les différentes moyennes des groupes avec des Anovas.

**Tableau 68 : résultats des comparaisons de moyennes de POS, POA et PPS selon le niveau de juge**

POS	POA	PPS
Valeur de p	Valeur de p	Valeur de p
p=0.229 (NS)	p=0.658 (NS)	p=0.102 (NS)

Les différentes analyses de variance ne révèlent pas d'effets significatifs de l'expertise sur les trois formes de perfectionnisme.

Nos hypothèses 3 et 4 sont donc infirmées. Les juges avec peu d'expérience présentent des profils psychologiques équivalents à leurs homologues plus expérimentés, et il en est de même pour les juges de bas et de haut niveau.

### Discussion

Les résultats montrent que la population de juges étudiée est de nature peu anxieuse, que leur estime de soi est assez élevée, et que les niveaux d'optimisme et de pessimisme sont proches, bien que les scores d'optimisme restent plus importants.

Pour le perfectionnisme, ils ont des attentes de standards plus élevés envers eux-mêmes qu'envers autrui, et ne ressentent pas une forte pression du fait du perfectionnisme prescrit socialement.

Ces données reflètent une forte personnalité pour les juges, comme l'ont souligné Koslowski et Maoz (1988) dans leur étude sur les arbitres de football.

Ce type de personnalité semble indispensable dans la forme d'activité qu'est le jugement gymnique si les individus veulent s'y investir durablement et s'y épanouir.

En effet, avoir un trait d'anxiété trop prononcé pourrait nuire à la concentration des juges, et même réduire leur champ visuel, (Eysenck, 1984), ce qui provoquerait une diminution de la qualité de leur évaluation.

De la même façon, il leur serait plus difficile de justifier leurs choix si cela leur était demandé par un autre juge, un juge expert, un entraîneur, ou encore un sportif ou une personne du public par exemple.

Un juge trop anxieux vivrait très difficilement les différentes compétitions pour lesquelles il devrait officier, et cela aurait de grandes chances de le mener au burn-out, comme l'a démontré Languirand (1987).

Ce problème de burnout se retrouve également lorsque les sujets ont une faible estime de soi, (Masclat, 1999). Un bas niveau d'estime de soi entraîne un mal être qui à terme peut rendre la situation de notation intolérable.

Il est donc important que les juges possèdent une bonne estime de soi, car de par leur activité, ils sont régulièrement confrontés à des critiques. Leurs décisions doivent souvent être justifiées, que ce soit auprès de personnes expertes comme de sujets novices.

L'importance de l'optimisme se rapproche quelque peu des effets bénéfiques de l'estime de soi.

Un individu engagé dans une activité s'y sentira plus à l'aise s'il estime qu'il peut mener son action à bien. S'il est optimiste sur ses résultats. S'il part du principe qu'il n'arrivera pas à noter correctement les gymnastes, il risque de se sentir illégitime dans le corps de juges, et de moins bien faire son travail qu'un homologue plus optimiste.

Cependant, les juges ayant participé à notre étude présentent, certes, un niveau d'optimisme relativement élevé, mais pas énormément supérieur à celui du pessimisme. Or, selon Seligman, (1991), « *il y aurait deux styles d'individus, tendance à l'optimisme et tendance au pessimisme* ».

Nous pouvons donc nous demander si nos résultats ne présenteraient pas de plus grandes différences entre ces deux dimensions si l'échantillon de juges avait été plus important.

Enfin, en ce qui concerne les différentes facettes du perfectionnisme, les juges ont beaucoup plus d'attentes envers eux-mêmes qu'envers autrui, autres juges et gymnastes compris.

Ces résultats vont dans le sens de ce que demande l'activité de juge : être le plus irréprochable possible, tant au point de vue du comportement, que de son travail.

Les scores du perfectionnisme orienté vers autrui restent moyens, les juges ont donc une attente peu prononcée envers leurs homologues et envers les gymnastes.

Pour ce qui est du perfectionnisme prescrit socialement, ils y sont peu sensibles. Ce résultat est d'autant plus surprenant que les juges sont supervisés à chaque compétition, et qu'ils sont dans l'obligation de participer à une réunion avant chaque compétition, où sont rappelées les règles de notations, et les normes de comportement.

Nous pouvons donc penser que ces règles ont été acceptées et comprises par la majorité des juges, et qu'ils les ont intégrées. De ce fait ces normes ne leur apparaissent plus comme étant prescrites socialement, et leur respect fait davantage référence au perfectionnisme orienté sur soi.

Ces résultats généraux nous ont permis de tracer un portrait psychologique du juge, mais nous cherchions à savoir s'il existait des différences en fonction de l'expérience et de l'expertise.

Nos hypothèses 3 et 4 n'ont pas été vérifiées.

*Hypothèse 3* : Les juges avec une faible expérience présentent un profil psychologique, des ressentis de perfectionnisme et d'estime de soi différents de ceux des juges avec une longue expérience.

*Hypothèse 4* : Les juges experts présentent un profil psychologique, des ressentis de perfectionnisme et d'estime de soi différents de ceux juges non experts.

Les juges de niveaux différents, avec différentes expériences (ancienneté comme polyvalence), ne présentent pas des profils psychologiques différents.

Quelques différences de score se retrouvent pour certains traits de personnalité, mais sans être pour autant significatives.

Le faible nombre de participants à notre étude, et la disparité des groupes, peut expliquer cette absence de différences significatives, notamment en ce qui concerne les niveaux de juges.

Nous pouvons nous demander si les résultats auraient été différents avec une participation de juges beaucoup plus nombreuse.

Cependant, ces résultats soulignent par ailleurs qu'il n'existerait pas un profil type pour chaque niveau de juge, ou forme d'expérience. Que les juges ne seraient pas déterminés à officier à un niveau particulier ou pendant un certain nombre d'années, en fonction de ses caractéristiques dispositionnelles.

# **ETUDE 4**

LE COPING CHEZ LES JUGES EN  
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE  
FEMININE : L'INFLUENCE DES  
VARIABLES DISPOSITIONNELLES ET  
SITUATIONNELLES

Etude 4 : Le coping chez les juges en gymnastique artistique féminine : l'influence des variables dispositionnelles et situationnelles

**Présentation de l'étude 4**

Les études précédentes se sont particulièrement intéressées aux sources de stress des juges en GAF, ainsi qu'à certains traits de leur personnalité. Les travaux suivants portent quant à eux sur les stratégies de coping de ces juges.

En effet, nous allons étudier la question de la consistance/ inconsistance et de la stabilité/instabilité du coping. Pour cela, nous allons chercher à savoir si les variables dispositionnelles et situationnelles ont une influence sur l'utilisation de ces stratégies.

Les officiels en GAF utilisent-ils des stratégies de coping différentes en fonction de leur personnalité et de certaines variables situationnelles? C'est-à-dire selon les traits abordés dans la troisième étude : anxiété, estime de soi, optimisme/pessimisme, et le perfectionnisme, et pour les variables situationnelles, l'intensité et la direction de l'anxiété cognitive, somatique, et de la confiance en soi, le contrôle perçu et l'importance donnée à la situation.

Deux méthodes peuvent être envisagées dans ce but (Carver *et al.*, 1989).

Dans l'une, une étude longitudinale est menée, avec plusieurs points de mesure dans le temps.

Dans la seconde, il s'agit d'analyser l'effet de variables dispositionnelles sur les réponses de coping.

Nous avons essayé d'utiliser les deux méthodes, en faisant passer des questionnaires portant sur certaines variables dispositionnelles d'une part, et en mesurant les réponses de coping à 3 temps de la saison d'autre part.

Cependant, suite à la faible participation des juges aux temps 2 et 3 de notre étude, nous ne présenterons ici que les résultats obtenus à partir des questionnaires portant sur les traits de personnalité, et non ceux du WCC sur trois temps de la saison. En effet, seuls 2 juges ont participé aux mesures de coping sur les 3 temps de la saison (contre 40 juges sur le temps 1 et 26 sur le temps 2), 14<sup>38</sup> juges ont quant à eux répondu aux questionnaires permettant de mettre en relation le coping, les variables situationnelles, et les variables dispositionnelles.

---

<sup>38</sup> Sur les 40 juges de l'étude 3, certains juges n'ont pas répondu à tous les questionnaires permettant d'obtenir des résultats pour cette étude 4. Seuls 14 d'entre eux nous ont renvoyé des questionnaires exploitables pour cette partie de nos travaux.



#### Etude 4 : Le coping chez les juges en gymnastique artistique féminine : l'influence des variables dispositionnelles et situationnelles

De la même façon, les échelles de mesure du contrôle perçu et de l'importance de la situation ayant été envoyées dans le temps 3 de notre étude, nous ne pourrons exploiter les réponses reçues pour les mêmes raisons.

Dans cette étude, l'hypothèse envisagée était l'hypothèse 5 : L'emploi des stratégies de coping varie en fonction de variables situationnelles et dispositionnelles.

### **Méthodologie**

#### **1. Participants**

14 juges<sup>39</sup> âgés de 17 à 38 ans ( $M=26,643$  ;  $ET=7,045$ ), dont un seul homme, ont pris part à cette étude. Seules les fédérations françaises (FFG, UFOLEP, FSGT) sont représentées.

Ces 14 juges dont partie du panel ayant participé à l'étude 3.

Parmi eux, 1 est de niveau 1, 2 sont de niveau 2, 4 de niveau 3, et 7 de niveau 4. La catégorie des juges de niveau 5 n'est pas représentée.

En ce qui concerne l'ancienneté, 3 juges exercent depuis 5 ans et moins, 6 officient depuis au moins 6 ans et neuf ans maximum, et 5 sont juges depuis au moins 10 ans.

Par ailleurs, tous les sujets ayant répondu aux questionnaires utilisés pour cette étude sont entraîneurs, et/ou gymnastes.

De ce fait, nous ne traiterons pas ici les effets de l'expérience et de l'expertise sur le choix des stratégies de coping, toutes les catégories de jugement n'étant pas représentées, et les groupes d'ancienneté n'étant pas suffisamment étoffés d'une part, et non équitables d'autre part.

#### **2. Outils de recueil des données**

Les questionnaires portant sur les variables dispositionnelles et situationnelles sont ceux précédemment utilisés pour l'étude 3, c'est-à-dire pour les traits de personnalité, le LOT-R

---

<sup>39</sup> Ces 14 juges sont une partie des 40 sujets ayant participé à l'étude 3.

Etude 4 : Le coping chez les juges en gymnastique artistique féminine : l'influence des variables dispositionnelles et situationnelles

(optimisme/perfectionnisme), l'EMP (perfectionnisme), le STAI Y-B (anxiété trait), et le SES (estime de soi).

Pour les variables situationnelles, nous nous sommes servis du CSAI-2 et de son échelle directionnelle (Jones, 1991) (direction de l'anxiété état).

Enfin, pour les mesures de coping, le questionnaire utilisé était le WCC.

Tous ces questionnaires ont été joints lors du premier envoi, et seuls le CSAI-2 et le WCC faisaient également partie des deux envois suivant.

Tous les juges ayant répondu au temps 1 n'ont toutefois pas répondu à tous les questionnaires envoyés, seules les réponses de 14 d'entre eux ont finalement été exploitables.

Les échelles portant sur le contrôle perçu, et sur l'importance de la situation ont été jointes au troisième envoi, nous ne possédons que deux réponses pour ces dernières.

Les résultats ont été exploités à l'aide du logiciel SPSS.17.

La distribution des réponses attribuées à chacun des questionnaires suivant une loi normale, cela nous amène à mettre en évidence la possibilité d'utiliser des tests paramétriques.

### **Résultats**

Afin de vérifier s'il existe ou non des liens entre les variables dispositionnelles, situationnelles et le choix de coping, nous avons eu recours à des analyses de corrélation.

Pour plus de sûreté dans nos résultats, nous avons choisi de retenir comme seuil de significativité  $p < .01$ , le nombre de participants à cette étude étant peu élevé (contre  $p < .05$  dans nos études précédentes).

Les résultats sont présentés dans le tableau suivant, les coefficients de corrélation significatifs à  $p < .01$  sont ceux supérieurs à 0.6614 et ceux supérieurs à -0.6614.

Etude 4 : Le coping chez les juges en gymnastique artistique féminine : l'influence des variables dispositionnelles et situationnelles

**Tableau 69 : résultats des analyses de corrélations des variables situationnelles et dispositionnelles et des stratégies de coping**

Coefficient de corrélation	anxiété somatique	anxiété cognitive	confiance en soi	estime de soi	optimisme	pessimisme	POA	POS	PPS	anxiété trait	coping sur problème	coping sur émotion	coping soutien social
anxiété somatique	1												
anxiété cognitive	<b>0,72162403 (S)</b>	1											
confiance en soi	-0,66115424 *	-0,6433454 *	1										
estime de soi	0,24511283	0,28595148	0,19391028	1									
optimisme	0,2242257	0,11893906	0,05350373	<b>0,92986054 (S)</b>	1								
pessimisme	0,12467104	0,03544034	0,16397504	<b>0,77305064 (S)</b>	<b>0,87875627 (S)</b>	1							
POA	0,17723117	0,37950187	0,41703619	0,47144706	0,35417213	0,12398266	1						
POS	0,06103269	0,30708732	0,31829023	0,06959493	0,18142704	0,28216863	0,58996696 *	1					
PPS	-0,00666621	0,01528962	0,16483827	0,36329092	0,34150935	0,25286459	0,6222619 *	0,45632924	1				
anxiété trait	0,15789554	0,10686848	0,06708668	0,25508136	0,19019023	0,09316707	0,15562625	0,27616064	0,25682423	1			
coping sur problème	0,38953601	0,20813704	0,32510237	0,15241844	0,16620505	0,00642494	0,19628027	0,16609964	0,11650996	0,28756826	1		
coping sur émotion	<b>0,84301002 (S)</b>	0,65994033 *	<b>0,81295156 (S)</b>	0,30271423	0,18955021	0,01823068	0,24132281	0,03158695	0,07904455	0,05718312	0,46254254	1	
coping soutien social	0,53584618 *	0,39543193	0,47591146	0,11755811	0,06986115	0,07850734	0,04864879	0,04091793	0,35833758	0,27822193	<b>0,72192029 (S)</b>	<b>0,71606296 (S)</b>	1

En gras : Résultats significatifs (à  $p < .01$ ) /  $\alpha > 0,6614$  et  $\alpha < -0,6614$

\* : Tendence (à  $p < .05$ ) /  $\alpha > 0,5324$  et  $\alpha < -0,5324$

D'après nos résultats, Il existe des corrélations entre certaines variables situationnelles, entre certaines variables dispositionnelles, entre des stratégies de coping, et enfin entre des variables situationnelles et des stratégies de coping. Tous ces résultats vont être détaillés dans les parties suivantes.

### 1. Relations entre les variables situationnelles

D'après nos résultats, l'anxiété somatique est corrélée positivement avec l'anxiété cognitive.

Ainsi, un juge ressentant une forte anxiété somatique, a tendance à avoir une anxiété cognitive également élevée. Ces résultats vont dans le même sens que ceux de Gaudreau et Blondin (2004).

Les résultats des corrélations concernant la confiance en soi ne sont pas significatifs (à  $p < .01$ ), mais ils le seraient si nous avions retenus un seuil de significativité moins élevé (à  $p < .05$ ). Nous pouvons donc estimer que nous observons une tendance en ce qui concerne une corrélation négative entre la confiance en soi et l'anxiété somatique et entre la confiance en soi et l'anxiété cognitive.

Au contraire, plus un juge possède une anxiété somatique élevée, moins il a confiance en lui.

Le même rapport entre la confiance en soi et l'anxiété cognitive est montré dans notre étude, ces deux variables dispositionnelles ayant également tendance à être corrélées négativement.

Ces corrélations négatives entre la confiance en soi et les deux types d'anxiété vont dans le même sens que l'étude de Martens et al (1990), qui avait abouti aux mêmes résultats.

Comme expliqué précédemment, nous n'aborderons pas ici les relations qui pourraient exister entre l'anxiété somatique, l'anxiété cognitive, la confiance en soi et les variables contrôle perçu et importance de la situation.

## 2. Relations entre les variables dispositionnelles

Si notre étude ne fait pas apparaître de corrélation entre les trois dimensions de perfectionnisme et les autres traits de personnalité étudiés, elle montre tout de même l'existence de liens entre certaines variables dispositionnelles.

En effet, tout comme dans les travaux de Scheier et al (1994), l'estime de soi est corrélée positivement avec l'optimisme et avec le pessimisme. L'optimisme est lié avec l'estime de soi et le pessimisme, et le pessimisme est lié avec l'optimisme et l'estime de soi.

Cependant, dans cette étude de Scheier et al (1994), ainsi que dans celle de Frost et al (1990), des liens entre l'estime de soi et le trait d'anxiété, ainsi que l'estime de soi et le perfectionnisme (orienté sur soi et prescrit par autrui) étaient également soulignés, ce qui n'est pas le cas ici.

Nous observons tout de même deux tendances (à  $p < .05$ ). Le perfectionnisme orienté sur soi a tendance à être corrélé positivement avec le perfectionnisme orienté sur autrui, et le perfectionnisme orienté sur autrui à tendance à être corrélé positivement avec le perfectionnisme prescrit socialement.

## 3. Relations entre les variables situationnelles et dispositionnelles

Les résultats concernant les liens entre les variables indépendantes (variables dispositionnelles), et les variables médiatrices (variables situationnelles), ne vont pas dans le sens de ceux observés dans la littérature (Spielberger 1972, Khrohne et Hindel 1988, Jones Smith et Holmes 2004, Owens 1993, Frost et Henderson 1991, Koivulova et al 2002).

En effet, nous n'observons ici aucun lien entre ces deux types de variables.

La méthodologie employée dans notre étude ainsi que le faible taux de participation pourrait expliquer nos résultats.

#### 4. Relations entre les stratégies de coping

Il nous est paru important d'étudier les liens qui pourraient exister entre les dimensions de coping, car même s'il s'agit de construits distincts, ils n'en sont pas pour le moins interdépendant, comme l'ont déjà souligné Hoar et al (2006).

Leurs travaux font apparaître l'existence de covariation entre le coping centré sur le problème et le coping centré sur les émotions, entre le coping centré sur la recherche de soutien social et le coping centré sur le problème, et entre le coping centré sur la recherche de soutien social et le coping centré sur les émotions.

Quant à notre étude, elle fait ressortir une corrélation positive entre le coping centré sur les émotions et le coping centré sur la recherche de soutien social, et entre le coping centré sur le problème et le coping centré sur la recherche de soutien social.

#### 5. Relations entre les stratégies de coping et les variables situationnelles

Deux corrélations significatives et positives entre les variables situationnelles et les stratégies de coping apparaissent dans nos résultats.

Elles concernent toutes deux le coping centré sur les émotions, corrélé avec l'anxiété somatique d'une part, et la confiance en soi d'autre part.

Ainsi, un juge avec une anxiété somatique élevée aura tendance à utiliser davantage une stratégie de coping centrée sur les émotions, et de la même façon, un juge aura recours à ce type de stratégie s'il a confiance en lui.

Ces résultats vont dans le sens de ceux de Rascle et al (2003), et de ceux de Ntoumanis et Biddle (2000) qui avaient également démontré l'existence de liens entre l'anxiété et le coping.

Il nous faut également préciser que dans nos travaux, les autres stratégies de coping ne sont pas liées significativement aux variables situationnelles, mais nous observons cependant deux tendances (à  $p < .05$ ).

Dans l'une le coping centré sur la recherche de soutien social est corrélé positivement à l'anxiété somatique, et dans l'autre le coping centré sur les émotions est corrélé positivement à l'anxiété cognitive.

6. Relations entre les stratégies de coping et les variables dispositionnelles

Nous n'obtenons aucune corrélation positive ou négative entre les traits de personnalité étudiés et les stratégies de coping.

Notre hypothèse est donc partiellement vérifiée. En effet, si les variables dispositionnelles étudiées ne semblent pas avoir d'impact sur le choix des stratégies de coping, ce dernier est tout de même lié à certaines variables dispositionnelles en ce qui concerne les stratégies centrées sur le problème et sur les émotions.

### Discussion

Le but de cette étude était de déterminer s'il existe ou non des liens entre certaines variables situationnelles, dispositionnelles et le choix des stratégies de coping, et de répondre à la question de la stabilité/instabilité du coping et de sa consistance/inconsistance. Notre hypothèse a été partiellement confirmée, certaines variables situationnelles influencent le choix des stratégies de coping, mais pas les variables dispositionnelles.

Cependant, le faible taux de participation n'a pas rendu possible toutes les opérations prévues. En effet, nous n'avons pu étudier les effets du contrôle perçu, et de l'importance donnée à la situation, ni ceux de l'expertise et de l'expérience.

De la même façon, certains de nos résultats ne vont pas dans le sens de ceux des études déjà menées, (Spielberger 1972, Koivulova et al). Ces différences s'expliquent principalement par les soucis méthodologiques et de participation rencontrés.

En ce qui concerne les résultats obtenus, nous observons que l'anxiété somatique est corrélée positivement avec l'anxiété cognitive, cela avait déjà été souligné par Gaudreau et Blondin (2004).

Un individu moins sensible à l'anxiété somatique a tendance à ne pas être très sensible à l'anxiété cognitive. Cela peut s'expliquer par le lien qui existe entre l'anxiété trait et l'anxiété état. D'après Khrono et Hindel (1988), ou Bolger (1990), L'anxiété trait prédit l'anxiété état.

Un sujet peu anxieux de nature obtiendra donc de faibles scores d'anxiété cognitive et somatique.

Il nous faut néanmoins souligner que dans nos travaux nous n'avons pu montrer de relation significative entre l'anxiété trait et état. Ce fait peut être rapproché des problèmes de participation évoqués plus hauts, ou à la spécificité de la population étudiée, et pourrait être approfondi dans d'autres travaux.

Les liens soulignés entre l'estime de soi, l'optimisme et le pessimisme l'ont également été dans la littérature, comme nous l'avons vu précédemment, (Frost et *al.*, 1990).

Les autres corrélations significatives soulignées par nos travaux concernent des stratégies de coping.



Ainsi, le coping centré sur les émotions est corrélé positivement avec l'anxiété somatique.

Nous pouvons penser qu'un juge ressentant une forte anxiété somatique pendant une compétition, va mettre en place des stratégies lui permettant de percevoir la situation d'une façon plus positive puisqu'il ne possède aucun moyen d'agir dessus. En effet, il doit rester à sa table de juge, et respecter le déroulement de la compétition.

Ce coping sur les émotions est également corrélé, mais négativement cette fois-ci avec la confiance en soi.

Plus les juges ont une faible confiance en eux, plus ils ont recours à des stratégies de coping centré sur les émotions. Ces stratégies peuvent leur permettre de s'encourager, et là aussi de percevoir la situation différemment. Nous pouvons penser au discours interne ou à la réévaluation positive de la situation.

Nous pouvons remarquer que les stratégies de coping centrées sur le problème ne sont pas corrélées avec les variables situationnelles. L'explication se trouve peut être dans l'organisation même des compétitions. Les juges sont assignés à un agrès, à un jury. Les horaires de notation leurs sont imposées, de même que les lieux de compétitions. Par conséquent, le juge ne peut en aucun cas agir sur la situation de compétition. Les seules stratégies qu'il peut mettre en œuvre sont surtout celles centrées sur les émotions, et dans une moindre mesure, celles centrées sur la recherche de soutien social.

Ces deux stratégies sont d'ailleurs corrélées positivement entre elles.

Une corrélation positive est également présente entre le coping centré sur la recherche de soutien social, et celui centré sur le problème.

Dans le cadre de la notation gymnique, nous pouvons penser à un juge qui ne sait reconnaître un élément qu'il doit juger. Il va donc chercher à se renseigner sur la nature de ce mouvement, ce qui constitue une stratégie centrée sur le problème. Or, il ne dispose pas nécessairement de documents, et va donc devoir s'adresser aux autres membres du jury, ce qui a terme peut constituer une recherche de soutien social.

En conclusion, notre étude nous a permis d'établir quelques corrélations, mais qui restent peu nombreuses par comparaison à celles existantes dans la littérature.

Etude 4 : Le coping chez les juges en gymnastique artistique féminine : l'influence des variables dispositionnelles et situationnelles

---

Le manque de travaux portant sur la population que nous avons choisie de traiter peut expliquer cette différence. Pour savoir si cette dernière provient bien de la nature des sujets étudiés, ou d'un souci de méthode, il serait nécessaire de mener de nouveau une recherche sur ce sujet, avec un taux de participation bien plus élevé, et prenant en compte tous les niveaux d'expertise des juges.

# **ETUDE 5**

STRESS, COPING ET BIAIS D'ORDRE DE  
PASSAGE

### **Présentation de l'étude 5**

Le but de cette étude est de déterminer si l'utilisation de certaines stratégies de coping possède ou non un lien avec la présence du biais d'ordre de passage.

Dans cette étude l'hypothèse envisagée était l'hypothèse 6.

*Hypothèse 6* : Les juges dont la notation reflète la présence du biais d'ordre de passage ont davantage recours aux stratégies de coping centrées sur la recherche de soutien social, que ceux dont les scores ne montrent pas la présence de ce biais.

### **Méthodologie**

#### **1. Participants**

18 juges<sup>40</sup> âgés de 17 à 39 ans (M= 25,72 ; ET= 7,812) ont participé à cette étude. Parmi eux, 1 est de niveau 1, 5 de niveau 2, 6 de niveau 3, et 6 de niveau 4. Les juges internationaux ne sont pas représentés ici.

Ces 18 juges font partie du panel de juges ayant pris part à l'étude 3.

6 de ces juges officient depuis 5 ans maximum, 7 sont juges depuis au moins 6 ans et moins de 10 ans, et 5 le sont depuis 10 ans minimum.

Seules les fédérations françaises (UFOLEP et FFG) sont représentées.

#### **2. Outils de recueil des données**

Il nous a été difficile de trouver une méthodologie permettant de travailler à partir de notes attribuées par les juges.

La solution la plus efficace aurait été de travailler avec les juges en direct pendant une compétition, mais cela nous a été refusé par le comité régional pour les compétitions locales, et par la responsable des juges de l'UEG<sup>41</sup> pour les championnats d'Europe de 2008.

---

<sup>40</sup> Ces 18 juges font partie des 40 sujets ayant participé à l'étude 3.

<sup>41</sup> Union Européenne de Gymnastique

Nous avons donc travaillé avec les juges par email. Lors des envois de questionnaires, une feuille de report de notation était jointe afin qu'ils la remplissent lors d'une compétition, en précisant l'agrès où ils ont officié, la note de départ et les déductions attribuées à chacune des gymnastes.

Seuls les résultats des juges ayant reporté les notes de 4 équipes ont été prises en compte, ce qui explique le faible taux de participation à cette étude.

L'autre difficulté a résidé dans le traitement des données, les deux fédérations représentées ici n'utilisent pas exactement le même code de pointage. En effet, l'UFOLEP utilise encore les taux de déductions du code FIG de 2000.<sup>42</sup>

Par conséquent, nous avons uniquement comparé les notes dans un ordre de grandeur, c'est-à-dire, note de la première gymnaste supérieure ou non à la note de la dernière gymnaste, sans rechercher la valeur de cette différence de score.

Les notes ont donc été ensuite comparées pour chacune des équipes, en tenant uniquement compte des notes de la première et de la dernière gymnaste de l'ordre de passage.

En effet, les notes « intermédiaires », n'ont pas été prises en compte, le biais d'ordre de passage ne s'intéressant qu'aux notes des « extrémités ».

Les juges ont par la suite été classés en deux catégories : une catégorie présence du biais d'ordre de passage (13 juges), et une catégorie absence du biais d'ordre de passage (5 juges).

Pour être intégré à la catégorie présence du biais d'ordre de passage, le juge devait avoir attribué une note plus faible à la gymnaste passant en premier qu'à celle passant en dernier pour les quatre équipes évaluées.

De la même façon, les juges de la catégorie absence du biais d'ordre de passage sont ceux qui n'ont pas donné un score plus faible à la première gymnaste par rapport à la dernière gymnaste pour au moins une équipe.

Les scores de coping obtenus au WCC<sup>43</sup> ont ensuite été comparés en fonction des groupes d'appartenance.

En ce qui concerne le traitement des résultats, ils ont été traités à l'aide du logiciel Excel.

---

<sup>42</sup> A titre d'illustration, dans le code FIG de 2000, une chute est sanctionnée de 0,5 points contre 1 point avec le code actuel.

<sup>43</sup> Way of Coping Checklist Vitaliano et al (1985).

La distribution des réponses suivant une loi normale, nous avons pu utiliser des tests paramétriques.

### **Résultats**

#### 1. Coping centré sur le problème et biais d'ordre de passage

Sur les 18 juges participants, 9 ont obtenu un score plus élevé pour le coping centré sur le problème au WCC. Parmi eux, 7 font partie de la catégorie présence du biais d'ordre de passage (soit 53,84% des membres de ce groupe), et 2 du groupe absence du biais d'ordre de passage (soit 40% des membres de ce groupe).

Nous avons procédé à un test  $t^{44}$  de Student entre ces deux groupes afin de vérifier ou non la présence d'une différence significative quant à l'emploi du coping centré sur le problème.

Les résultats démontrent à  $p=1.97$ , donc ( $p > .05$ ), qu'il n'existe pas de différence significative entre les deux groupes qui sont juges dont le jugement est biaisé par l'ordre de passage, et celui des juges dont la notation ne subit pas l'influence de l'ordre de passage.

#### 2. Coping centré sur les émotions et biais d'ordre de passage

Aucun des sujets ayant pris part à cette étude n'a obtenu un score plus élevé à la dimension de coping centré sur la recherche de soutien de social, par rapport aux deux autres dimensions.

Nous avons là aussi effectué un test  $t$  de Student pour voir s'il existait ou non une différence significative d'utilisation de cette stratégie en fonction de l'existence du biais d'ordre de passage.

Nous obtenons ici un résultat significatif, à  $p=.037$  (donc  $p < .05$ ).

Les juges dont les notes attribuées font ressortir la présence du biais d'ordre de passage ont donc davantage recours au coping centré sur les émotions (à  $p < .05$ ), que ceux dont les scores ne reflètent pas l'existence de ce biais.

---

<sup>44</sup> Le test  $t$ , ou test de Student désigne un ensemble de tests d'hypothèse paramétriques où la statistique calculée suit une loi de Student lorsque l'hypothèse nulle est vraie. Un test  $t$  peut être utilisé notamment pour tester statistiquement l'hypothèse d'égalité de deux moyennes

3. Coping centré sur la recherche de soutien social et biais d'ordre de passage

9 des 18 juges interrogés ont obtenu un score plus élevé pour cette dimension de coping qu'aux deux autres. Sur ces 9 juges, 6 appartiennent au groupe présence du biais d'ordre de passage (soit 46,14 % des membres de ce groupe), et au groupe absence du biais d'ordre de passage (soit 60 % des membres de ce groupe).

Tout comme nous l'avons fait pour les deux dimensions de coping précédentes, nous avons eu recours à un test *t* de Student, qui ne montre pas de différence significative entre les deux catégories de juges quant à l'utilisation du coping centré sur la recherche de soutien social.

Notre hypothèse n'est donc pas vérifiée. Les juges donc le jugement est apparemment biaisé par l'ordre de passage n'utilisent pas davantage le coping centré sur la recherche de soutien social, que ceux donc l'évaluation ne semble pas influencée par cet ordre de passage.

Cependant, les stratégies de coping centrée sur les émotions sont plus utilisées par les juges dont le jugement fait ressortir ce biais que par les autres.

En conclusion, notre hypothèse n'est pas vérifiée, le biais d'ordre de passage est lié au coping centré sur les émotions et non à celui centré sur la recherche de soutien social.

### Discussion

Notre hypothèse de départ n'est pas vérifiée, les juges qui sembleraient sensibles au biais d'ordre de passage n'ont pas plus recours aux stratégies de coping centrées sur la recherche de soutien social que les autres. Cependant, ils utilisent davantage les stratégies centrées sur les émotions.

Pour expliquer cela, nous pouvons penser que ces juges ont recours à des stratégies permettant de réguler leurs émotions face à la situation de notation, et que ces stratégies influencent leur perception de la réalité. Ainsi par exemple, s'ils utilisent une stratégie telle que la réappréciation positive, ils utilisent leurs expériences de jugement passées. Si lors de ces derniers les gymnastes passant en première position étaient systématiquement plus faibles que celles passant en dernière position, il est possible que lors d'une situation de jugement stressante ils évaluent les sportives selon ce modèle.

Néanmoins, une question reste en suspens, ces juges utilisent-ils plus ce type de stratégies parce qu'ils sont sensibles à ce biais d'ordre de passage, ou sont-ils sujets à ce biais parce qu'ils ont plus recours à ces stratégies ? Nos travaux ne permettent pas de répondre à cette interrogation.

Lorsque ces travaux de thèse ont été envisagés, cette étude devait constituer le point central de notre recherche. Cependant, devant les difficultés rencontrées dans la mise en place d'une méthodologie qui aurait permis la participation d'un plus grand nombre de juges, et qui aurait rendu possible une étude statistique des notes attribuées, cela n'a pas été rendu possible.

En effet, nous n'avons pu traiter ici des différences en fonction des agrès notés, en fonction de l'expertise, de l'expérience, qui pourraient avoir un effet sur le choix des stratégies de coping.

Une étude pourrait être menée à ce sujet.

De la même façon, les notes recueillies ici ne concernent pas les mêmes équipes. Il est donc difficile de comparer des notations de juges n'ayant pas évalué les mêmes personnes. Ce qui a pour conséquence de donner un manque de fiabilité à nos résultats.

En conclusion, cette étude paraît davantage être une ébauche d'un travail qui pourrait être approfondi, et dont la méthodologie devrait être améliorée.



Le fait d'étudier les notations de juges appartenant à un même jury, et sur un tour complet de compétition pourrait permettre de l'améliorer par exemple.

De la même façon il serait intéressant de suivre les mêmes juges sur une même saison mais sur des compétitions différentes afin d'obtenir des résultats sur des agrès différents mais pour les mêmes individus.

La mesure des états d'anxiété pourrait aussi être mise en rapport avec la présence de ce biais, les juges présentant les plus hauts niveaux d'anxiété, sont ils ceux les plus sujets à être influencés par l'ordre de passage ?

---

**DISCUSSION GENERALE**

Cette thèse s'est articulée autour de plusieurs axes : les sources de stress, la nature des agrès, le profil psychologique de ces juges à travers plusieurs traits : celui d'anxiété, le perfectionnisme, l'optimisme et le pessimisme, ainsi que l'estime de soi.

Elle a également porté sur les questions de stabilité/instabilité du coping et de consistance/inconsistance, mais aussi sur le rapport entre les stratégies de coping et un biais de notation bien particulier, celui de l'ordre de passage.

Au départ, nous souhaitions centrer notre travail sur ce biais, et le mettre en relation avec les sources de stress, les profils psychologiques des juges, et leur utilisation des stratégies de coping. Cependant, devant l'impossibilité de mettre en place une étude permettant d'obtenir des résultats pertinents sur ces sujets, nous avons finalement décidé d'orienter davantage nos travaux sur les notions de stress et de coping.

Par conséquent, ce travail nous a permis de nous intéresser à des construits théoriques, et d'en modifier certaines des visions que nous pouvions en avoir au départ, comme par exemple pour le coping. En effet, les nouvelles connaissances acquises nous ont permis de comprendre à quel point la traduction de ce terme en « stratégies d'ajustement » s'avérait juste. Ce terme induit bien l'influence des différents facteurs, à la fois propre au sujet, à son ressenti, à son expérience, à sa personnalité, et propre à la situation. Autant de domaines qu'il serait intéressant d'investiguer davantage dans de futures recherches sur le sujet, de même qu'il faudrait prendre plus en compte le rôle des relations sociales.

Il s'agit donc de travaux qui regroupent plusieurs domaines, mais dont la population étudiée n'a fait l'objet que de peu de recherches malgré leur importance, et surtout le poids de leurs prises de décisions lors des compétitions

En effet, les juges sont ceux qui évaluent lors des compétitions, de ce fait, ils sont soumis à diverses sources de stress auxquelles ils doivent s'adapter tout en essayant d'être les plus justes possibles dans leur notation.

C'est pourquoi, après avoir présenté le jugement en gymnastique artistique féminine, son histoire, son fonctionnement, puis les fondements théoriques du stress et du coping, nous avons choisi de nous intéresser aux sources de stress de ces juges.

Ces dernières sont variées et concernent aussi bien le fonctionnement du jury, avec la confrontation avec d'autres juges, que l'organisation de la compétition, notamment si le sujet doit juger sur plusieurs tours de compétition. Les relations avec le public, les entraîneurs, ou encore les gymnastes sont d'autres sources potentielles, tout comme le jugement en lui-même par exemple.

La première étude porte donc sur ces dernières et a vu la participation de 213 sujets, tous niveaux confondus, et d'expériences différentes. Elle nous a demandé de mettre en place un questionnaire permettant d'identifier ces sources de stress afin de pouvoir les évaluer par la suite. Il ressort de ce travail que les juges n'ont pas les mêmes perceptions des sources de stress en fonction de leur expérience, notamment selon qu'ils soient également juges ou gymnastes, mais aussi selon leur expertise.

Ainsi, l'organisation des compétitions est une source de stress importante pour les juges également entraîneurs ou gymnastes au contraire de leurs homologues qui ne sont que juges.

Le même constat se fait quant aux relations entre pairs.

Ces deux exemples démontrent tout d'abord que l'activité de notation en gymnastique est une situation stressante d'une part, mais aussi que tous les individus ne sont pas égaux devant les situations stressantes, même s'ils ont suivi les mêmes formations, d'autre part.

Par conséquent, cette étude pose la question de la formation et de l'entraînement des juges, tout comme celle de la mise en place de séances de préparation mentale pour ce public.

La nature des agrès à juger constitue une source de stress bien particulière et était étudiée dans la seconde étude. En effet, en gymnastique, les juges sont censés être compétents dans la notation des quatre agrès.

Or nos résultats démontrent que les juges ne considèrent pas les quatre agrès de la même façon.

Les agrès « rapides », barres et saut, sont des sources de stress bien plus importantes que les agrès « lents ». Les barres asymétriques sont de manière générale considérées comme l'agrès à juger générant le plus de stress. Ce constat se fait également en prenant en compte l'expertise et l'expérience.

De ce fait, la question de la formation, et de l'entraînement des juges se pose de nouveau. Ne serait-il pas possible d'agir lors des sessions d'apprentissages sur ces différences entre les agrès ?

Les deux premières études se sont donc centrées sur les éléments stressant que peuvent rencontrer les juges durant une compétition, et à étudier les différences entre ces juges selon leur expertise, et leur expérience, aussi bien en terme d'années de pratique, que de la polyvalence dans l'activité.

L'étude suivante s'est quant à elle intéressée à dresser un profil psychologique des juges, et à chercher à vérifier s'il existait des différences entre les sujets en fonction de leur expertise et de leur expérience. La participation a été beaucoup plus faible pour ce travail, seuls 40 juges y ont pris part.

Le profil du juge « standard » révèle une nature peu anxieuse, une estime de soi élevée, ainsi qu'un optimisme et un pessimisme à peu près équivalent. Pour le perfectionnisme, le juge de gymnastique artistique féminine possède de forts taux de perfectionnismes orienté sur soi et orienté sur autrui, mais n'est pas sensible au perfectionnisme socialement prescrit.

Les analyses portant sur les effets de l'expertise et de l'expérience ne démontrent pas de différences entre ces sujets.

Cette absence de différence peut s'expliquer par le faible nombre de participants à cette étude. Un travail avec une quarantaine de juges de chacun des niveaux de notation pourrait par exemple donner des résultats différents.

Le problème de la participation des juges s'est également posé pour l'étude 4 dont le sujet était la question de la consistance /inconsistance du coping et de sa stabilité/instabilité.

En effet, seuls 14 juges ont participé à ce travail.

En plus des traits déjà étudié pour l'étude 3 (estime de soi, perfectionnisme, anxiété, et optimisme pessimisme) nous nous sommes également intéressés à des variables situationnelles : l'anxiété somatique, l'anxiété cognitive, la confiance en soi, le contrôle perçu, et l'importance donnée à la situation. Pour ces deux dernières variables, seuls 2 juges ont répondu aux questionnaires les concernant, nous n'avons donc pu les intégrer à nos résultats.

Cette étude fait ressortir plusieurs corrélations entre variables situationnelles, l'anxiété cognitive et l'anxiété somatique sont corrélées positivement.

Entre variables certaines variables dispositionnelles, les résultats soulignant des corrélations positives entre l'estime de soi et l'optimisme, entre l'estime de soi et le pessimisme, et entre l'optimisme et le pessimisme.

Des stratégies de coping apparaissent également être corrélées positivement, le coping centré sur la recherche de soutien social et celui centré sur le problème, tout comme le coping centré sur la recherche de soutien social et le coping centré sur les émotions.

Enfin, en ce qui concerne les stratégies de coping et les variables situationnelles, une corrélation est significative, il s'agit de celle entre le coping centré sur les émotions et l'anxiété somatique.

Cependant, cette étude ne fait pas apparaître d'autres corrélations pourtant déjà soulignée dans d'autres études telles que celle entre l'anxiété trait et l'anxiété état (Spielberger, 1972).

L'absence de corrélation significative entre les variables dispositionnelles et les stratégies de coping, et la présence d'une corrélation entre le coping centré sur le problème et les émotions plaident donc en faveur d'une approche situationnelles du coping. Mais on ne peut pour autant exclure les influences des variables dispositionnelles du fait du faible poids de notre échantillon de juges.

Ces résultats vont donc dans le sens d'une approche transactionnelle et multifactorielle du coping qui apparaît ici avec l'influence de la situation sur les choix de stratégies de faire face.

La question de la taille de notre échantillon est de nouveau soulevée avec l'étude suivante, où 18 juges ont participé.

Nous cherchions ici à mettre en relation la présence du biais d'ordre de passage avec l'utilisation des stratégies de coping. C'est-à-dire, les juges ayant de préférence recours à un coping en particulier sont-ils plus sensibles à ce biais que les autres ?

Il en ressort que le coping centré sur les émotions est corrélé avec la présence du biais d'ordre de passage. Plus les juges utilisent ces stratégies de coping centrées sur les émotions, plus ils notent sévèrement la gymnaste se présentant en première position, et favorablement celle passant en dernière.

Néanmoins, ces résultats restent superficiels, l'expertise et l'expérience des juges n'ayant pu être prises en compte, de même que la nature des agrès.

Ces différentes études nous apportent de nouvelles informations sur la psychologie des juges en gymnastique artistique féminine. Plus précisément, sur ce qu'ils considèrent être des sources de stress, mais aussi sur certains traits de leur personnalité, leur utilisation des stratégies de coping en situation de stress, et leur « vulnérabilité » face au biais d'ordre de passage.

Nous apportons ainsi quelques données sur cette population peu étudiée dans le domaine de la psychologie du sport.

Ces résultats démontrent notamment l'importance de la nature des agrès pour les juges, et le stress qu'une assignation à juger aux barres asymétriques peut générer.

Nous avons donc vu que les juges sont confrontés à de nombreuses sources de stress. Ces dernières pouvant avoir un impact sur leurs prises de décisions, il semble important qu'ils puissent développer leurs moyens d'action face au stress.

Pour cela, des interventions, individuelles ou en groupe, pourraient être organisées lors des formations ou des recyclages par exemple. Elles pourraient faire appel à des méthodes de préparations mentales avec des techniques de relaxation comme la relaxation progressive de Jacobson, ou avec des techniques cognitivo-comportementales par exemple.

Malgré tout, nos travaux ne nous ont pas permis de répondre véritablement à nos interrogations sur la stabilité et la consistance du coping, ainsi que sur la relation entre l'utilisation des stratégies de coping et le biais d'ordre de passage.

En conclusion, la population traitée dans notre thèse est une population originale, ce qui apparaît être une force, mais l'échantillon est peu représentatif, ce qui constitue l'une des ses limites.

Les autres limites sont notamment induites par l'utilisation des questionnaires, et les biais de désirabilité sociale qui en découlent (Crowne et Marlowe, 1960). Les sujets peuvent avoir une forte tendance à donner des réponses qu'ils estiment socialement acceptables. Par exemple ici, un juge peut chercher à ne pas montrer que le jugement est une situation stressante pour lui.

La nature des questionnaires utilisés peut également être discutée.

Ainsi, le STAI (Spielberger), ne présente qu'une mesure unidimensionnelle du trait d'anxiété. Les résultats pourraient être différents avec le Scale Anxiety Scale (Smith *et al*, 1990) qui fait une mesure multidimensionnelle de ce trait.

Le CSAI-2, tout comme le WCC ont été critiqué pour leurs structures factorielles par exemple (Lane *et al* 1999) (Haney, 2004).

Ces travaux nous ont donc permis de répondre en partie à nos questionnements de départ, mais laissent encore de nombreuses interrogations en suspens.

Les questions portant tout particulièrement sur les différences de profils psychologiques en fonction de l'expertise et de l'expérience, mais aussi celles sur le coping, pourraient trouver des réponses avec une autre méthodologie, et d'autres outils d'analyses statistiques.

---

**CONCLUSION**

Notre travail de thèse poursuivait plusieurs objectifs en s'intéressant à une population jusqu'alors peu étudiée, les juges de gymnastique. Notre intérêt s'est porté sur de nombreux paramètres : les sources de stress, le coping, les traits de personnalité, certaines variables situationnelles...etc.

Cependant, nous avons été rapidement confrontés à des difficultés de par le recrutement de juges volontaires.

En effet, les juges restent peu nombreux en France, ou du moins ne sont pas répertoriés par la Fédération Française de Gymnastique. Cette dernière n'a pu nous donner le nombre de juges en activité.

De la même façon, les comités régionaux, départementaux, ainsi que les juges eux-mêmes restent réticents pour participer à des études les concernant. Pourtant, le monde de la gymnastique et les différentes relations qui peuvent exister entre les différents protagonistes peuvent constituer des sources de stress ayant une incidence sur le jugement.

L'activité de jugement étant bénévole, les juges ont par ailleurs une vie sociale et professionnelle qui ne leur donne que peu de temps à consacrer à ce genre d'étude, ce qui peut donner une explication à l'important abandon de juges durant nos travaux. Cette raison n'explique cependant pas la cause majeure de manque de participation, cette dernière se trouve davantage dans le manque d'enthousiasme des institutions concernées à voir ce genre de travaux se réaliser.

Les quelques résultats que nous avons pu obtenir, mais aussi les limites auxquelles nous avons été confrontés nous permettent cependant de faire un premier constat.

Les juges possèdent un profil psychologique particulier, c'est-à-dire une forte personnalité par rapport à une population standard.

Lors des compétitions, pour faire face à la situation, l'utilisation des stratégies de coping est influencée par une variable situationnelle : l'anxiété somatique. Ce résultat souligne le caractère dynamique du coping. Il serait donc médiatisé par la situation, l'évaluation qu'en



## Conclusion

---

fait le sujet, mais aussi par l'évaluation qu'il fait de ses moyens d'action tout comme l'envisageaient Lazarus et Folkman (1984) dans leur théorie transactionnelle.

Dans cette dernière, la personnalité était également un élément rentrant en compte dans le processus. Nous n'obtenons pas de résultats allant dans ce sens, certainement à cause de carences dans notre méthodologie.

Pour étudier la stabilité du coping dans le temps, il nous aurait été nécessaire de disposer d'un échantillon de juges plus large, et de faire passer les questionnaires juste après la compétition, et non en différé.

La passation en trois temps pourrait s'envisager sur des moments parfois autres qu'une compétition, ou lors de concours d'importances différentes, ainsi le temps 1 pourrait correspondre à un temps de formation ou d'examen, le temps 2 à une compétition de faible importance, et le dernier temps à une finale. Ce type de méthode nous donnerait une idée de la persistance du coping dans le temps.

Le fait d'avoir un nombre de participants plus élevés permettrait peut être de dégager des résultats différents selon le niveau d'expertise des juges, ou leur expérience, aussi bien en terme de durée, que de polyvalence.

Le second constat met en lumière les soucis rencontrés par les juges qui semblent être liés à des dysfonctionnements des instances fédérales.

En effet, la formation des juges en France ne semble pas permettre à ces derniers de se sentir systématiquement compétents lors des compétitions. Ils rencontrent des soucis quant à la maîtrise du code de pointage, à la reconnaissance des éléments. La gestion du temps et des relations sociales sont également pointées du doigt.

De plus, il existe de grandes différences de considération en fonction des agrès, là aussi, la question de la formation et du recyclage des juges mérite de se poser. Les techniques d'apprentissage de la notation devraient peut être être révisées, tout du moins pour les barres asymétriques.

Ce constat concerne les deux premières études. Pour ce qui est des trois études suivantes, elles nous ont surtout permis de découvrir combien le milieu des juges reste fermé, même pour un juge. Ce qui pose la question de savoir pourquoi les instances dirigeantes, tout comme les

## Conclusion

juges eux-mêmes, ne souhaitent pas participer et en un sens voire évoluer le fonctionnement de la discipline dans laquelle ils sont engagés.

La nature bien particulière de ce sport et de son évaluation induisent entre autres une grande quantité d'informations à traiter en un temps limité, un travail en collaboration, mais aussi en comparaison avec d'autres juges, tout comme une longue durée de concentration. Tous ces éléments peuvent constituer un élément à étudier, et à rapprocher d'autres pratiques fonctionnant sur le même modèle telles que la gymnastique artistique masculine, la gymnastique rythmique, le plongeon, ou le patinage artistique.

Les méthodes de recueil des données pourraient coupler des résultats quantitatifs, avec des questionnaires, et des résultats qualitatifs à l'aide d'entretiens, ce qui fait défaut dans nos travaux. Ces méthodes donneraient la possibilité d'expliquer le sur groupement de certains juges dans nos travaux.

L'utilisation de ces données qualitatives permettraient d'éviter certains biais comme l'a souligné Lévêque (1995, p.108), car elles permettent de passer outre certains phénomènes non conscients ni pour « *les acteurs sportifs égarés par leur impatience et l'idéologie ambiante, ni par les intervenants avides de prouver leur efficacité* » et qui auraient tendance à ressortir lors de l'utilisation de questionnaires.

En abordant le sujet de « *l'idéologie ambiante* », Lévêque nous incite également à penser au rôle que jouent les relations sociales, et les représentations sociales dans le milieu du jugement gymnique. Il pourrait être intéressant de les aborder dans de nouveaux travaux, et de constater de quelles manières elle agissent sur la prise de décision des juges.

En conclusion, notre travail représente l'un des rares menés sur les juges de gymnastique, et le premier à notre connaissance portant sur leur personnalité et leur utilisation des stratégies de coping.

Cependant, nos résultats restent incomplets et les études menées mériteraient d'être approfondies. Pour cela, les propositions formulées précédemment constituent des pistes envisageables. Mais n'oublions pas que les juges possèdent également une vie sociale, professionnelle, et familiale à côté de leur activité d'officiel sportif. La prise en compte de ces caractéristiques, ainsi que l'étude de la motivation, de leur passé, par exemple, permettrait de mener une investigation bien plus complète des sources de stress, et du coping.

## Conclusion

---

Les résultats présentés ici, et ceux qui pourraient être obtenus donneraient la possibilité de mieux comprendre le fonctionnement du juge de gymnastique, de l'aider à gérer son stress, et à éviter certaines erreurs de notation.

Mais ces résultats sont également applicables à d'autres populations, l'adaptation au stress apparaissant être aujourd'hui un élément essentiel, aussi bien dans la vie quotidienne, que dans la vie professionnelle.

Enfin, nos travaux auront tout de même permis d'étudier une population peu prise en compte par le monde sportif, alors qu'elle lui est indispensable lors du déroulement de compétition.

# **BIBLIOGRAPHIE**

- Allport, G.W. (1970). *Structures et développement de la personnalité*. Neufchâtel: Delachaux-Niesté.
- Amirkhan, J.H. (1990). A factor analytic derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1066-1074.
- Amirkhan, J.H., Risinger, R.T., et Swickert, R.J. (1995). Extraversion: A « hidden » personnalité factor in coping? *Journal of Personality*, 63, 189-212.
- Anderson, G., (1996). The benefits of optimism: A meta-analytic review of the life orientation test. *Personality and Individual Differences*, 21, 719-725.
- Anshel, M.H., et Weinberg, R.S. (1995). Sources of acute stress in American and Australian basket-ball referees. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7, 11-22.
- Anshel, M.H., et Weinberg, R.S. (1996). Coping with acute stress among American and Australian basket-ball referees. *Journal of Sport Behavior*, 19, 180-202.
- Anshel, M.H., et Weinberg, R.S. (1999). Re-examining coping among basket-ball referees following stress full events: Implications for coping intervention. *Journal of Sport Behavior*, 22, 141-161.
- Anshel, M.H. (2003). *Sport psychology: From theory to practice*. San Francisco: Benjamin Cummings.
- Anshel, M.H, et Eom, H.J. (2002). Exploring the dimensions of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 34, 255-271.
- Anshel, M.H., et Anderson, D.J. (2002). Coping with acute stress in sport: Linking athlètes' coping style, coping stratégies, affect, and motor performance. *Anxiety, Stress, and Coping*, 15, 193-209.
- Anshel, M.H., et Wells, B. (2000). Sources of acute stress and coping styles in competitive sport. *Anxiety, Stress, and Coping*, 13, 1-26.
- Anshel, M.H., et Kaissidis, A.N. (1997). Coping style and situational appraisals as predictors of coping stratégies following stress full events in sports s a function of gender and skill level. *British Journal of Psychology*, 88, 263-276.
- Anshel, M.H., Jamieson, J., et Shula, R. (2001). Cognitive Appraisal and Coping Strategies Following Acute Stress Among Skilled Competitive Male and Female Athletes. *Journal of Sport Behavior*, 24, 128.
- Anshel, M.H., Jamieson, J., et Raviv, S. (2001). Coping with acute stress among male and female Israeli athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 32, 271-289.

## Bibliographie

---

- Anshel, M.H., Kim, K.W., Kim, B.H., Chang, K.J., et Eom, H.J. (2001). A model for coping with stress full events in sport: Theory, research, and future directions. *International Journal of Sport Psychology*, 32, 43-75.
- Anshel, M.H., Porter, A., et Quek, J.J. (1988). Coping with acute stress in sport as a function of gender: An exploratory study. *Journal of Sport Behavior*, 21, 363-376.
- Anshel, M.H., Williams, L.R.T., et Hodge, K. (1997). Cross-cultural and gender differences on coping style in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 141-156.
- Anshel, M.H., et Delany, J. (2001). Sources of acute stress, cognitive appraisals, and coping strategies of male and female child athletes. *Journal of Sport Behavior*, 24, 329-353.
- Ansorge, C.J., Scheer, J.K., Laub, J., et Howard, J. (1978). Bias in judging women's gymnastics induced by expectations of within-team order. *Research Quarterly*, 49, 4, 399-405.
- Ansorge, C.J., et Scheer J.K. (1988). International bias detected in Judging Gymnastics Competition at the 1984 Olympics Games. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 59, 2, 103-107.
- Aroyle, M., Beauvois, J.C., Doise, W., Dubois, N., Emler, N., Hewstone, M., Jodelet, D., Joule, R.V., Lloyd, B., Macrae, C.N., Moscovici, S., Nuttin, J.M., et Pendry, L.F. (2000). *Psychologie sociale des relations à autrui*. Sous la direction de Moscovici, S., Paris : 2000.
- Ayers, T.S., Sandler, I.N., West, S.G., et Roosa, M.W. (1996). A dispositional and situational assesment of children's cooping;Testing alternative models of coping. *Journal of Personality*, 64, 923-958.
- Baldwin, M. W. (1992). Relational schemas and the processing of social information. *Psychological Bulletin*, 112, 461-484.
- Bartlett, F.C. (1932). *Remembering: A study in Experimental and Social Psychology*. Cambridge University Press
- Barrull, R. (1984). *Les étapes de la gymnastique au sol et aux agrès en France et dans le monde*. Paris: FFG.
- Berneaud, J.L. (1998). *Les méthodes d'évaluation de la personnalité*. Paris: Dunod.

## Bibliographie

- Bidan-Fortier, C., Bruchon-Schweitzer, M., et Rasclé, N. (2003) Les stratégies de coping des patients contaminés par le VIH. Construction et validation d'un questionnaire, le QCSPS. *Psychologie et Psychométrie*, 24, 1, 53-72.
- Billings, A.G., et Moos, R.H. (1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depressions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 877-891.
- Boen, F., Van Hoye, K., Vanden Auweele, Y, Feys, J., et Smits, T. (2008). Open feedback in gymnastic judging causes conformity bias based on informational influencing *Journal of Sports Sciences*, 26, 6, 621-628.
- Bolger, N. (1990). Coping as a personality process: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 525-537.
- Bouchard, G., Guillemette, A., Léger-Landry, N. (2004). Situational and dispositional coping: An examination of their relation to personality, cognitive appraisals, and psychological distress. *European Journal of Personality*, 18, 221-238.
- Brewer, M.B, et Hewstone, M. (2004). *Self and social identity*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Bruchon-Schweitzer, M., et Paulhan, I. (1993). *Manuel Français de l'échelle d'anxiété trait, anxiété état de C.D. Spielberger*. Paris: ECPA;
- Bruchon-Schweitzer, M. (2002). *Psychologie de la santé: Modèles, concepts et méthodes*. Paris: Dunod.
- Bučar Pajek M., Forbes W., Pajek J., Leskošek B., Čuk I. (2009). Reliability of real time judging system. *Science of Gymnastics Journal*, 3, 2, 47-54.
- Cabrera, D., Ruiz, G., et Marrero, G. (1998). *El perfil de las jueces de gimnasia rítmica*. Universidad de las Palmas de Gran Canaria: Lecarez.
- Caron-Carton, A. & Hautekeete, M. (2006). Les stratégies de coping. Comparaison entre spécialistes et non-spécialistes dans la pratique d'une activité sportive. In A. Roger (Ed), *Regards croisés sur l'athlétisme*. Montpellier : Editons AFRAPS.
- Carrier, C. (1992). *L'adolescent champion*. Paris : PUF.
- Carrier, C. (2002). *Le champion, sa vie, sa mort : psychanalyse de l'exploit*. Paris : Bayard.
- Carver, C.S., Pozo, C., Harris, S.D., Noriega, V., Scheier, M.F., Robinson, D.S., Ketcham, A.S., Moffat, F.L., Jr., et Clark, K.C. (1993). How coping mediates the effect of optimism and distress: A study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-390.
- Cattell, R.B. (1956). *La personnalité: Etude systématique, théorique et concrète*. Paris: PUF.

## Bibliographie

---

- Chang, C.(2001). Assessing coping flexibility in real-life and laboratory settings: A multimethod approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 814-833.
- Chang, E.C. (1998). Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: Controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1109-1120.
- Chang, E.C., Maydieu-Olivares, A., D'Zurilla, T.J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well-being *Personality and Individual Differences*, 23, 433-440.
- Compas, B.E., Forsythe, C.J., Wagner, B.M. (1988). Consistency and variability in causal attributions and coping with stress. *Cognitive Therapy and Research*, 12, 305-320.
- Compas, B.E., Connor-Smith, J.K., Saltzman, H., Thomsen, A.H., et Wadsworth, M.E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127, 87-127.
- Connor-Smith, J. K. et Flachsbart, C. (2007). Relations between Personality and Coping: A Meta-Analysis. *Journal of Personality & Social Psychology*, 93, 1080-1107.
- Coyne, J.C., et Gottlieb, B.J. (1996). The mismeasure of coping by checklist. *Journal of Personality*, 64, 959-991.
- Cousson, F., Bruchon-Schweitzer, M., et Rascle, N. (1996). Analyse multidimensionnelle d'une échelle de coping: validation française de la WCC. *Psychologie Appliquée*, 41, 155-164.
- Cox. R.H. (2005). *Psychologie du Sport*. Bruxelles : De Boeck.
- Dale, G.A. (2000). Distractions and coping strategies of elite decathletes during their most memorable performances. *The Sport Psychologist*, 14, 17-41.
- Damisch, L., Mussweiler, T., et Plessner, H. (2006). Olympic Medals as Fruits of Comparison ? Assimilation and Contrast in Sequential Performance Judgements. *Journal of Experimental Psychology : Applied*, 12, 3, 166-178 .
- Darley, J., et Gross, P.H. (1983). A hypothesis confirming biases in labeling effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 20-33.
- De la Haye, A.M. (1998), *La catégorisation des personnes*. Grenoble: PUG.



## Bibliographie

---

- Debois, N., Fleurance, P., et D'arripe-Longueville, F. (2000). Anxiety and Coping among Gymnasts. *Sciences et Motricité*, 41, 33-46.
- De Landsheere, G. (1971, 1992). *Evaluation continue et examens. Précis de décimologie* (pp.45) Bruxelles : Editions Labor et Paris : Fernand Nathan.
- De Ridder, D. (1997). What is wrong with coping assessments? A review of conceptual and methodological issues. *Psychology and Health*, 12, 417-431.
- Dinca, A., et Rosnet, E. (2007). Motivation , réponses de coping et performances sportives des escrimeurs : une analyse qualitative exploratoire. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 57, 4, 201-211.
- Dosseville, F., et Garnarczyk, C. (2007). L'arbitrage des pratiques sportives : jugement et décisions. *Bulletin de Psychologie*, 60, 3, 225-237.
- Duda, J.L., Brown Borysowics, M.A., et Ste Germaine, K. (1996). Women's Artistic Gymnastics Judges' sources of Stress. *Technique*, 16, 10, 1-5.
- Durny, A., (2011). » Construction individuelle et collective du diagnostic de la performance sportive: une description de l'activité des juges en gymnastique sportive ». *Psychologie des activités corporelles et de la performance : regards croisés : congrès national de la SFPS (Bordeaux, 7-8 Avril 2011)*. Bordeaux : Université Bordeaux Segalen, 50-52.
- Edwards, T., et Hardy, L. (1996). The interactive effects of intensity and direction of cognitive and somatic anxiety and self-confidence upon performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1/8, 296-312.
- Elliot, G.R., et Eisdorfer, C. (1982). *Stress and human health*. New York: Springer.
- Eubank, M., et Collins, D. (2000). Coping with pre- and in-event fluctuation in competitive state anxiety: A longitudinal approach. *Journal of Sport Sciences*, 18, 2, 121-131.
- Fédération Internationale de Gymnastique, (2001). *Code de pointage gymnastique artistique féminine*. Berne.

## Bibliographie

---

- Fédération Internationale de Gymnastique, (2005). *Code de pointage gymnastique artistique féminine*. Berne.
- Fédération Internationale de Gymnastique, (2009). *Code de pointage gymnastique artistique féminine*. Berne.
- Fédération Internationale de Gymnastique, (2009). FIG General Judges' Rules. FIG Retrieved December 3, 2009, from <http://figdocs.lx2.sportcentric.com/external/serve.php?document=658>.
- Ferguson, E. (2001). Personality and coping traits : A joint factor analysis. *British Journal of Health Psychology*, 6, 311-325.
- Findlay, L.C., et Ste-Marie, D. (2004). A reputation bias in figure skating judging, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 154-166.
- Fiske, S.T. (2004). *Psychologie sociale*. Bruxelles: De Boeck.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S. (1992). Making the case for coping. In B.N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp.31-46). Westport, CT: Praeger.
- Folkman, S., et Lazarus, R.S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 457-459.
- Folkman, S., et Moskowitz, J.T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745-774.
- Folkman, S., et Lazarus, R.S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of college examinations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J., et DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 571-579.
- Fontaine, K.R., et Manstead, A.S. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality*, 7, 267-281.
- Frost, M.G., Marten, P.A., Lahart, C., et Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Frost, M.G., et Henderson, K.J. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 54, 74-85.

- Gambarelli, G. (2008). The “coherent majority average” for juries’ evaluation processes. *Journal of Sports Sciences*, 26, 10, 1091-1095.
- Garnarczyk, C. (1995). Représentations de l’arbitrage: Consensus ou divergences? *Sciences et Motricité*, 26, 9-20.
- Gaudreau, P. et 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., Blondin, J.P., et Lapierre, A.M. (2002). Athletes’s coping during a competition: Relationship of coping strategies with positive affect, negative affect, and performance-goal discrepancy. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 125-150.
- Gaudreau, P., et Blondin, J.P. (2004). 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.
- Gaudreau, P., et Blondin, J.P. (2004). Different athletes cope differently during a sport competition: A cluster analysis of coping. *Personality and Individual Differences*, 36, 1865-1877.
- Gaudreau, P., Lapierre, A.M., et 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, 369-385.
- Gencay, S. (2009). Magnitude of psychological stress reported by soccer referee. *Social Behaviour and Personality*, 37,7, 865-868.
- Giacobbi, P.R., et Weinberg, R.S. (2000). An examination of coping in sport: Individual trait anxiety differences and situational consistency. *The Sport Psychologist*, 14, 42-62.
- Goldsmith, P.A., et Williams, J.M. (1992). Perceived stressors for football and volley-ball officials from three rating levels. *Journal of Sport Behavior*, 15, 106-118.
- Gosling, P., et Ric, F. (1996). *Psychologie sociale: Approche du sujet social et des relations interpersonnelles*. Paris: Bréal.
- Gottlieb, B.H. (1997). *Coping with chronic stress*. New-York: Plenum Press
- Gotwals, J.K., Dunn, J.G.H., et Wayment, H.A. (2003). An examination of perfectionism and self-esteem in intercollegiate athletes. *Journal of Sport Behavior*, 15, 106-118.

## Bibliographie

---

- Gould, D., Udry, E., Tuffey, S., et Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior elite tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10, 322-340.
- Gould, D., Eklund, R.C., et Jackson, S.A. (1992). 1988 U.S. Olympic wrestling excellence: II Thoughts and affect occurring during competitions. *The Sport Psychologist*, 6, 383-402.
- Gould, D., Eklund, R.C., et Jackson, S.A. (1993). Coping strategies used by U.S. Olympic wrestlers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, 83-93.
- Gould, D., Finch, L.M., et Jackson, S.A. (1993). Coping strategies used by nations champion figure skaters. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64, 453-468.
- Gould, D., Horn, T., et Spreeman, J. (1983). Competitive anxiety in junior elite wrestlers. *Journal of Sport Psychologist*, 5, 58-71.
- Gould, D., Udry, E., Bridges, D., et Beck, L. (1997). Coping with season-ending injuries. *The Sport Psychologist*, 11, 379-399.
- Goyen, M.J., et Anshel, M.H. (1998). Sources of acute competitive stress and use of coping strategies as a function of age and gender. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 19, 3, 469-486.
- Grove, J.R., Eklund, R.C. et Heard, N.P. (1997). Coping with performance lumps : Factor analysis of the Ways of Coping in Sport Scale. *Australian Journal of Sciences and Medicine in Sport*, 29, 99-105.
- Grove, J.R., et Heard, N.P. (1997). Optimism and sport confidence as correlates of slump-related coping among athletes. *The Sport Psychologist*, 11, 400-410.
- Guingouain, G. (1999). *Psychologie sociale et evaluation*. Paris : Dunod.
- Hadji, C. (1993). *L'évaluation, règles du jeu, des intentions aux outils*. Paris : ESF Editeur.
- Hall, H.K., Kerr, A.W., et Matthews, J. (1998). Precompetitive anxiety in sport: The contribution of achievement goals and perfectionism. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, 194-217.
- Haney, C.J. (2004). Revision and development of a coping checklist for sport based on test administration immediately following participation. *International Journal of Testing*, 4, 1, 75-81.

- Haney, C.J., et Long, B. (1995). Coping effectiveness: A path analysis of self-efficace, control, coping, and performance in sport competitions. *Journal of Applied Social Psychology*, 25, 1726-1746.
- Hanton, S., Jones, G., et Mullen, R. (2000). Intensity and direction of competitive state anxiety as interpreted by rugby players and rifle shooters. *Perceptual and Motor Skills*, 90, 513-521.
- Hanton, S., Mellalieu, S.D., et Hall, R. (2002). Re-examining the competitive anxiety trait-state Relationship. *Personality and Individual Differences*, 33, 1125-1136.
- Hanton, S., Mellalieu, S.D., et Hall, R. (2004). Self-confidence and anxiety interpretation: A qualitative investigation. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 477-495.
- Hanton, S., Thomas, O., et Maynard, I. (2004). Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: The role of intensity, direction and frequency dimensions. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 169-181.
- Hardy, L., Jones, G., et Gould, D. (1996). *Understanding psychological preparation for sport: Theory and practise of elite performers*. New York: Wiley.
- Hraski, Ž. (1988). Valorizacija suđenja u sportskoj gimnastici. (Valorization of judging in Artistic Gymnastics). *Kineziologija*, 20, 2, 143-151.
- Hatzigeorgiadis, A. (2006). Approach and avoidance coping during task performance in young men : The role of goal attainment expectancies. *Journal of port Sciences*, 24, 3, 299-308.
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., et Theodorakis, Y. (2007). An examination on the moderating effects of self-talk content on self-talk functions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19, 240-251
- Hewitt, P.L., et Flett, G.L. (1991). Perfectionnism in the self and social contexts: Conceptualization, assesment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hewitt, P.L., et Flett, G.L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: A test of specific vulnerabilité hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 58-65.
- Hewitt, P.L., et Flett, G.L. (1996). Personality traits and the coping process. In M. Zeidner, et N.S. Endler (Eds.) *Hanbook of coping: Theory, research, applications*. New York: Wiley.

## Bibliographie

---

- Hewitt, P.L., et Flett, G.L., et Endler, N.S. (1995). Perfectionism, coping and depression symptomatology in a clinicat sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 2, 47-58.
- Hewitt, P.L., et Flett, G.L., et Mikail, S.F. (1995). Perfectionism and relashionship maladjustment in chronic pain patients and their spouses. *Journal of Family Psychology*, 9, 335-347.
- Hill, A.P., Hall, H.K., Appleton, .P.R., et Kozub, S.A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: the mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 5, 630-644.
- Hoar, S.D., Kowalski, K.C., Gaudreau, P., et Croker, P.R.E. (2006). A review of coping insport. In S. Hanton et S. Mallalieu (Eds.), *Litterature review in sport psychology* (pp.53-103). Hauooauge, NY: Nova Sciences Publishers.
- Holahan, J.C., et Moos, R.H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 5, 946-955.
- Holmes, T, et Rahe. (1967). Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research.*, 2, p. 214.
- Holt, N.L. (2003). Coping in professional sport; A case study of an experienced cricket player. *Atheltic Insight*, 5, 1. Article 1. (Source <http://athleticinsight.com/Vol5Iss/Criket/playerCoping.htm>).
- Holt, N.L. et Dunn, J.G.H. (2004). Longitudinal idiographic analyses of appraisal and coping responses in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 213-222.
- Horowitz, L. (1994). Pschemas, psychopathology, and psychotherapy research. *Psychotherapy Research*, 4, 1–19.
- Hotyat, F. (1968). Les examens : quelques considérations générales. *Revue Française de Pédagogie*, 2, 2, 9-18.
- Huteau, M. (1985). *Les conceptions cognitives de la personnalité*. Paris : PUF.
- Iwasaki, Y. (2001). Testing an optimal matching hypothesis of stress, coping and health : Leisure and general coping. *Loisir et société*, 24,1,163-203.

## Bibliographie

---

- Landry, S. (2007). *Travail, affect et pouvoir dans les groupes restreints: le modèle des 3 zones dynamiques*. Québec: PUQ.
- Lévêque, M. (1995). Approches cliniques et facteurs de stress. In C. Le Scanff et J. Bertsch (Eds.), *Stress et Performance* (pp.91-108). Paris :PUF.
- Long, B.C., et Schultz, R.W. (1995). Temporal stability and replicability of a workplace stress and coping model for managerial women: A multiwave panel study. *Journal of Counseling Psychology*, 42, 266-278.
- Jeu, B. (1977). *Le sport, l'émotion, l'espace. Essai de classification du sport*. Paris : Vigot.
- Jones, G., et Swain, A. (1995). Predispositions to experience debilitating and facilitative anxiety in elite and nonelite performers. *The Sport Psychologist*, 9, 201-211.
- Jones, G. (1991). Recent developments and current issues in competitive state anxiety research. *The Psychologist*, 4, 152-155.
- Jones, G. (1995). More than just a game: Research developments and issues in competitive anxiety in sport. *British Journal of Psychology*, 86, 449-478.
- Jones, G., et Swain, A. (1994). Intensity and interpretation of anxiety symptoms in elite and non-elite sports performers. *Personality and Individual Differences*, 17, 5, 657-663.
- Jones, G., Swain, A., et Hardy, L; (1993). Intensity and direction dimensions of competitive state anxiety and relationships with performance. *Journal of Sports Sciences*, 11, 525-532.
- Jones, K.A., Smith, N.C., et Holmes, P.S. (2004). Anxiety symptom interpretation and performance predictions in high-anxious, low-anxious and repressors sport performers. *Anxiety, Stress, and Coping*, 17, 187-199.
- Kaissidis, A., et Anshel, M.H. (1993). Sources and intensity of acute stress in adolescent and adult Australian basket-ball referees : A preliminary study. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport*, 25, 97-103.

## Bibliographie

---

- Kaissidis-Rodafinos, A., Anshel, M.H., et Porter, A. (1997). Personal and situational factors that predict coping strategies for acute stress among basket-ball referees. *Journal of Sports Sciences*, 15, 427-436.
- Kaissidis-Rodafinos, A., Anshel, M.H., et Sideridis, G. (1998). Sources, Intensity and responses to stress in Greek and Australian basket-ball referees. *Journal of Sport Psychology*, 29, 1-22.
- Kaissidis-Rodafinos, A., et Anshel, M.H. (2000). Psychological predictors of coping responses among Greek basket-ball referees. *Journal of Social Psychology*, 140, 329-344.
- Kakkos, V., Stavrou, N., et Zervas, Y. (2001). Importance of the competition and the uncertainty of the outcome: Its effect on cognitive-emotional state and ways of coping before and during competition. In A. Papaioannou, M. Goudas, et Y. Theodorakis (Eds.), *In the Dawn of the New Millennium: Proceedings of the 10th World Congress of Sport Psychology*, Skiathos, Greece, 28th May-2nd June. Thessaloniki: Christodoulidi Publications.
- Kim, B.H., Jang, K.J., et Yook, D.W. (2008). The Effects on Korean National Fencing Players of Training in the Strategy of Coping With acute Stress. *International Journal of Applied Sports Sciences*, 20, 2, 96-128.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R., et Pucetti, M.C. (1982). Personality and exercise as buffers in the stress-illness relationship. *Journal of behavioral medicine*, 5, 4, 391,404.
- Koivulova, N., Hassmén, P., et Fallby, J. (2002). Self-esteem and perfectionism in elite athletes: effects on competitive anxiety and self-confidence. *Personality and Individual Differences*, 32, 865-875.
- Koslowsky, M., et Maoz, O. (1988). Commitment and personality variables as discriminators among sports referees. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 262-269.
- Krohne, H.W., Hindel, C. (1988). Trait anxiety, state anxiety, and coping behavior as predictors of athletic performance. *Anxiety Research*, 1, 225-234.
- Krohne, H.W. (1992). Coping research: Current theoretical and methodological developments. *The German Journal of Psychology*, 12, 1-30.



## Bibliographie

---

- Kowalski, K.C., Hoar, S., et Niefer, C.B. (2005). Adolescents' control beliefs and coping with stress in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 36, 4, 257-272.
- Labrecque, J., Stephensin, R., Boivin, I., et Marchand, A. (1998). Validation de l'Echelle multidimensionnelle du perfectionnisme auprès de la population francophone du Québec. *Revue Francophone de Clinique Comportementale et Cognitive*, 4, 1-14.
- Lagache, D. 2005. *La Psychanalyse*. Paris : PUF.
- Lane, A.M., Jones, L., et Stevens, M.J. (2005). Coping with failure: The effects of self-esteem and coping on changes in self-efficacy. *Journal of Sport Behavior*, 25, 4, 331-345.
- Lane, A.M., Sewell, D.F., Terry, P.C., Bartram, D., et Nesti, M.S. (1999). Confirmatory factor analysis of the competitive state anxiety inventory-2. *Journal of Sports Sciences*, 17 505-512.
- Languirand, J. (1987). *Prévenir le burn-out*. Montréal : Editions Héritage.
- Larsson, G., Kempe, C., et Starrin, B. (1998). Appraisal and coping processes in acute time-limited stressfull situations : A study of police officers. *European Journal of Personality*, 2, 259-276.
- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. London: Oxford University Press.
- Lazarus, R.S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Lazarus, R.S. (2000). Toward better research on stress and coping. *American Psychologist*, 55, 665-673.
- Lazarus, R.S., et Cohen, F. (1977). Environmental stress. In I. Altman et J.E. Adams (Eds.), *Human behaviors and the environment: Current theory and research*. New York: Plenum.
- Lazarus, R.S., et Folkman, F. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

## Bibliographie

---

- Leca, R., et Billard, M. (2005). *L'enseignement des activités physiques sportives et artistiques* (pp.173-193). Paris : Ellipses.
- Le Scanff, C. (1998). Mesure des stratégies d'adaptation en situations extrêmes. *Science et Motricité*, 35-36, 62-63.
- Le Scanff, C. (1999). Les routines de performance. In C. Le Scanff et J.P. Famose (Eds.), *La gestion du stress*, (pp : 54-60). Paris: Revue EPS.
- Le Scanff, C., et Taugis, J. (2002). Stress management for police special forces. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 330-343.
- Le Scanff, C. (2003). Les methods de base de la preparation mentale. In C. Le Scanff (Eds.), *Manuel de Psychologie du Sport.2. L'intervention auprès du sportif* (pp.65-118). Paris : Revue EPS ;
- Leskosek, B., Cuk, I., Karacsony, I., Pajek, J., et Bucar, M. (2009). Reliability and validity of judging in men's artistic gymnastics at the 2009 University Games. *Science of Gymnastics Journal*, 2, 1, 25-34
- Leyens, J.P., Beauvois, J.L. (1997). *L'ère de la cognition*. Grenoble : PUG.
- Louvet, B.,Gaudreau, P., Menaut, A., Genty, J., et Deneuve, P. (2007). Longitudinal patterns of stability and change in coping across three competitions: A latent class growth analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 100-117.
- Maccario, B. (1985). *La psychopédagogie des activités physiques et sportives*. Sous la direction de Arnaud, P., Boyer, G. Toulouse : Edisem Pivat.
- Macaluso, G. (2008). *Le stress chez les personnes âgées*. Paris: L'Harmattan.
- Madden, C.C., Kirkby, R.J., et Mc Donald, D. (1989). Coping styles of competitive middle distance runners. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 287-296.
- Madden, C.C., Summers, J.J., et Brown, D.F. (1990). The influence of perceived stress on coping with competitive basket-ball. *International Journal of Sort Psychology*, 21, 21-35.

## Bibliographie

---

- Mager Stellma, J., et Dufresne, C. (2002). *Encyclopédie de la sécurité et de la santé au travail*. Genève: Bureau International du travail.
- Mariage, A. (2001). Stratégies de *coping* et dimensions de la personnalité : étude dans un atelier de couture. *Le travail humain*, 64, p. 45-59.
- Martens, R. (1982). *Sport competition anxiety test*, Champaign, Illinois Human kinetics Publisher.
- Martens, R., Vealey, R.S., et Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Masclet, G. (1999). Relation entre burn-out et estime de soi chez les surveillants pénitentiaires. *L'Encéphale*, 25, 5, 450-460.
- Matlin, M.W. (2001). *La Cognition, une Introduction à la Psychologie Cognitive*. Issy les Moulineaux : De Boeck Université.
- Monnier, E. (2005). L'empire caché de nos émotions. *Sciences et Vie*, 232, 90-103.
- Missoum, G., et Thomas, R. (2000). *Psychologie à l'usage des STAPS*. Paris : Vigot.
- Moormann, P.P. (1994). *Figure skating performance*. Leiden: Leiden University.
- Moos, R.H., et Schaefer, J.A. (1993). Coping resources and processes : current concepts and measures. In L. Goldberfer, et S. Breinitz (Eds.), *Handbook of stress* (pp.234-257). New York: Free Press.
- Morris, M.W., Menon, T., et Ames, D.R. (2001) Culturally Conferred conceptions of Agency: A Key to Social Perception of Persons, Groups, and Other Actors. *Personality and Social Psychology Review*, 5, 2, 168-182.
- Mullis, R.L., et Chapman, P. (2000). Age, gender, and self-esteem differences in adolescent coping styles. *Journal of Social Psychology*, 140, 539-541.
- Norlander, T., Von Shedvin, H., et Archer, T. (2005). Thriving as a function of affective personality: Relation to personality factors, coping strategy and stress. *Anxiety, Stress and Coping*, 18, 5, 105-116.

## Bibliographie

---

- Ntoumanis, N., Biddle, S.J.H., et Haddock, G. (1999). The mediating role of coping strategies on the relationship between achievement motivation and affect in sport. *Anxiety, Stress, and Coping*, 12, 299-327.
- Ntoumanis, N., et Biddle, S.J.H. (2000). Relationship of intensity and direction of competitive anxiety with coping strategy. *The Sport Psychologist*, 14, 360-371.
- Ouwehand, C., De Ridder, D.T.D., et Bensing, J.M. (2008). Individual differences in the use of proactive coping strategies by middle-aged and older adults. *Personality and Individual Differences*, 45, 1, 28-33.
- Owens, T.J. (1993). Accentuate the Positive – and the Negative: Rethinking the Use of Self-Esteem, Self-Deprecation, and Self-Confidence. *Social Psychology Quarterly*, 56, 288-299.
- Patterson, T.L., Smith, L.W., Grant, I., Clopton, P., Josepho, S., et Yager, J. (1990). Internal vs external determinants of coping responses to stressful life events in the elderly. *British Journal of Medical Psychology*, 63, 149-160.
- Park, J.K. (2000). Coping strategies used by Korean national athletes. *The Sport Psychologist*, 14, 63-80.
- Parker, J.D.A., Endler, N.S. (1992). Coping with assesment: a critical review, *European Journal of Personality*, 6,5,332.
- Paulhan, I. (1994). *Le coping, Introduction à la psychologie de la santé*. Paris: PUF.
- Paulhan, I., et Bourgeois, M. (1995). *Stress et Coping, les stratégies d'ajustement à l'adversité*. Pairs. PUF.
- Pearlin, L.I., et Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.
- Perreault-Pierre, E. (2000). *La gestion mentale du stress*. Paris: Amphora.
- Plessner, H. (1999). Expectancies-biases in gymnastics judging. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21, 131-144.

- Plessner, H., & Haar, T. (2006). Sports performance judgments from a social cognitive perspective. *Psychology of Sport Exercise, 7*, 555-575.
- Plessner, H., et Schallies, E. (2005). Judging the cross on rings: A matter of achieving shape constancy. *Applied Cognitive Psychology, 19*, 9, 1145-1156.
- Poczwardowski, A., et Conroy, D.E. (2002). Coping responses to failure and success among elite athletes and performing artists. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*, 313-329.
- Popovic, R. (2000). International bias detected in judging rhythmic gymnastics competition at Sydney 2000 Olympic Games. *Physical Education and Sport, 1*(6), 1-13.
- Rainey, D. (1999). Sources of Stress, Burnout, and Intention to Terminate Among Basketball Referees. *Journal of Sport behavior, 22*, 4, 580-590.
- Rascle, N. (2000). Testing the mediating role of appraised stress and coping strategies on employee adjustment in a context of job mobility. *European Review of Applied Psychology, 50*, 301-307.
- Rascle, N., et Irachabal, S. (2001). Médiateurs et modérateurs : Implications théoriques et méthodologiques dans le domaine du stress et de la psychologie de la santé. *Le Travail Humain, 64*, 97-118.
- Rascle, N., Sifakis, Y., Bruchon-Schweitzer, M., Bouley, M., et Koleck, M. (2003). Etude des déterminants de la recherche active de l'emploi et de l'état dépressif de cadres chômeurs : Test d'un modèle structural. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée, 53*, 57-67.
- Rivolier, J. (1989). *L'homme stressé*. Paris: PUF.
- Rivolier, J. (1999). Stress, émotion, anxiété. In C. Le Scanff et J.P. Famose (Eds.), *La gestion du stress*, (pp.6-7), Paris: Revue EPS.
- Roesch, S.C., Wee, C., et Vaughn, A. (2006). Relations between the Big Five personality traits and dispositional coping in Korean Americans: Acculturation as a moderating factor. *International Journal of Psychology, 41*, 2, 85-96.

- Rovira Faixa, T., Fernández Castro, J., et Edo Izquierdo, S.: Influence analysis of action on the illusion of control (2000, vol. 16, n° 1, pp. 13-21) ions and correlates. *Military Psychology, 1*, 35-47.
- Rovira, T., Fernandez-Castro, J., et Edo, S. (2005).K Antecedents and consequences of coping in the anticipatory stage of an exam: A longitudinal study emphasizing the role of affect. *Anxiety, Stress & Coping, 18*, 3, 209-225.
- Rudolph, K. D., Dennig, M. D., et Weisz, J. R. (1995).Determinants and consequences of children's coping in the medical setting: Conceptualization,review, and critique. *Psychological Bulletin, 118*,328–357.
- Scanlan, T. K., Stein, G. L., et Ravizza, K. (1991). An in-depth study of former elite figure skaters: III. Sources of stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 13*, 103-120.
- Scheier, M.F., Carver, C.S., et Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism: Re-evaluation of the L.O.T. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 1063-1078.
- Seligman, M. (1991). *Learned optimism*, Knopf, New-York.
- Selye, H. (1956). *Le stress et la vie*, Paris: Gallimard.
- Servant, D. (2007). *Gestion du stress et de l'anxiété*. Issy les Moulineaux: Masson.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., et Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin, 129*, 216–269.
- Solberg Nes, L., et Segerstrom, S.C. (2006). Dispositional optimism and coping: A meta-analyticreview. *Personality and Social Psychology Review, 10*, 235-251.
- Solomon, Z., Mikulincer, M., et Benbenishty, R. (1989). Combat stress reaction – Clinical manifestations and correlates. *Military Psychology, 1*, 35-47.
- Spielberger, C.D. (1966). *Theory and research on anxiety*, In C.D. Spielberger, *Anxiety and behavior*. New-York: Academic Press.

- Spielberger, C.D. (1972). *Anxiety : Current trends in theory and research: I*. New York : Academic.
- Ste-Marie, D., Valiquette, S.M., et Taylor, G; (2001). Memory-influenced biases in gymnastic judging occur across processing conditions. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72, 4, 420-426.
- Ste-Marie, D. (2003). Memory biases in gymnastic judging: differential effects of surface feature changes. *Applied Cognitive Psychology*, 17 733-751.
- Sordello, J. (2004). *Coaching du Sportif*. Paris: Amphora Sport.
- Smith, T.W., M. K. Pope, F. Rhodewalt and J. L. Poulton (1989), "Optimism,neuroticism, coping, and symptom reports: An alternative interpretation of the Life Orientation Test," *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(4), 640-648.
- Smoll, F.L., Schutz, R.W., Patcek, J.T., et Smith, R.E. (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, 4, 379-415
- .
- Tajfel, H. (2010). *Social identity and Intergroup relations*. New York: Cambridge University Press.
- Taylor, A.H., et Daniel, J.V. (1988). Sources of stress in soccer officiating: An empirical study. In T. Reilly, A.E. Lees, K. Davids, et W.J., Murphy (Eds.), *Science and Football: Proceedings of the First World Congress of Science and Football*. London: E. et F.N. Spon.
- Taylor, A.H., Daniel, J.V., Leith, L., et Burke, R.J. (1990). Perceived stress, psychological burnout and paths to turnover intentions among sport officials. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24, 84-97.
- Thomas, O., Maynard, I., et Hanton, S. (2004). Temporal aspects of competitive anxiety and self-confidence as a function of anxiety perceptions. *The Sport Psychologist*, 18, 172-187.
- Thomas, R., Missoum, G., et Rivolier, J. (1987). *La Psychologie du Sport de Haut Niveau*. Paris : PUF.

## Bibliographie

---

- Thompson, A., et Gaudreau, P. (2008). From Optimism and Pessimism to coping: The mediating role of Academic motivation. *International Journal of Stress Management*, 15, 3, 269-288.
- Thorndike, E. L. (1920). A constant error in psychological ratings. *Journal of Applied Psychology*, 4, 469-477.
- Tran, C. (2004). Why gymnastics judges will never get a perfect "ten". *Journal of Young Investigators*, 1, 14, 16-19.
- Traverse, C., Menaut, A., et El Ali, M. (2002). *La stabilité du coping chez les joueurs de tennis classés seconde série*. Journées Nationales d'Etudes de la Société Française de Psychologie du Sport, Limoges, 21-22 mars.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown.
- Vallières, E.F., et Vallerand, R.J. (1990). Traduction et validation canadienne-française de l'Echelle de l'Estime de Soi de Rosenberg. *International Journal of Psychology*, 25, 305-316.
- Vanden Auweele, Y., Boen, F., De Geest, et A., Feys, J. (2004). Judging biais in synchronized swimming: open feedback leads to nonperformance-based conformity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 561-571.
- Vitaliano, P.P, Russo, J., Carr, J.E., Mairudo, R.D., et Becker, J. (1985). The Ways of Coping Checklist: revision and psychometric properties. *Multivariate Behavioral Research*, 20, 3-26.
- Vollrath, M., Torgensen, S., et Alnas, R. (1995). Personality as long-term predictor of coping. *Personality and Individual Differences*, 18, 117-125.
- Wade, D.G., Trudel, P., et Bloom, G.A. (1995). Intramural Ice Hockey Officiating: A Case Study. *Avante*, 1, 1, 63-76.
- Weil-Barais, A. (1993). *L'homme cognitif*. Paris : PUF.



## Bibliographie

---

- Weinberg, R.S., et Richardson, P.A. (1990). *Psychology of officiating*. Champaign, Illinois: Leisure Press.
- Westen, D. (2000). *Psychologie, pensée, cerveau et culture*. Issy les Moulineaux : De Boeck Université.
- Whissell, R., Lyons, S., Wilkinson, D. and Whissell, C. (1993). National bias in judgments of olympic-level skating. *Perceptual and Motor Skills*, 77, 355-358.
- Wiggins, M.S (1998). Anxiety intensity and direction: Preperformance temporal patterns and expectations in athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 201-211.
- Wilson, G.S., Rglin, J.S., et Pritchard, M.E. (2002). Optimism, pessimism, and precompetition anxiety in college athletes. *Personality and Individual Differences*, 32, 893-902.
- Yzerbyt, V., et Schadron, G. (1996). *Connaître et juger autrui : une introduction à la cognition sociale*. Grenoble : PUG.
- Zeidner, M. (1995). Coping with examination stress: Ressources, strategies, outcomes. *Anxiety, Stress, and Coping*, 8, 279-298

# **ANNEXES**

ANNEXE A QUESTIONNAIRE SUR LES SOURCES DE STRESS

Nous menons actuellement une étude portant sur le stress ressenti par les juges de gymnastique artistique féminine. Or, cette étude ne peut se faire sans la participation des acteurs eux mêmes. C'est pourquoi nous vous sollicitons aujourd'hui, afin de vous demander de remplir ce questionnaire.

Répondez le plus sincèrement possible, le questionnaire ne prend que quelques minutes.

Les données resteront parfaitement anonymes.

Les juges souhaitant recevoir un compte rendu de l'étude peuvent laisser leur e-mail.

Age :

Sexe :

Depuis combien d'années êtes-vous juge :

Niveau de juge, (hors FFG, précisez le niveau jugé départemental, régional, national...etc):

–

Fédération d'appartenance :

Etes vous également entraîneur :      oui                              non

Etes vous également gymnaste :      oui                              non

Email :

*(uniquement pour les juges souhaitant recevoir un compte rendu de l'étude)*

Seriez vous d'accord pour participer à d'autres éléments de notre étude ? :      oui      non

*(répondre à de nouveaux questionnaires, effectuer des jugements...)*

**Dans quelle mesure les éléments suivants contribuent-ils à votre état de stress lorsque vous jugez une compétition ?**

Sur une échelle de 0 à 3, définissez la contribution des éléments suivant à votre stress lorsque vous jugez des compétitions :

Un score de 0 signifie que l'élément ne contribue pas du tout à votre état de stress, un score de 3 signifie que l'élément est pour vous une source importante de stress.

**0** : Ne contribue pas du tout

**1** : Contribue faiblement

**2** : Contribue moyennement

**3** : Contribue fortement

1_Présence d'entraîneur(s)	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
2_Adaptation du code de pointage décidée pendant la réunion de juges	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
3_Compétition individuelle	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
4_Voir des gymnastes exécuter des éléments non maîtrisés	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
5_Devoir faire un long trajet pour aller juger	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
6_Concilier vie familiale et activité de juge	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
7_Juger de jeunes gymnastes	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
8_Devoir porter la tenue officielle	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
9_Compétition de grande importance (compétition internationale, finale nationale...)	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
10_Présence de public	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
11_Crainte d'avoir un score éloigné de celui des autres juges	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
12_Commentaires du public	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>

13_Être fatigué(e) pendant la compétition	0	1	2	3
14_Commentaires des gymnastes	0	1	2	3
15_Confrontation avec des gymnastes	0	1	2	3
16_Surnoter un exercice	0	1	2	3
17_Avoir affaire à un public de connaisseur	0	1	2	3
18_Devoir noter des gymnastes de son propre club ou de sa propre nation	0	1	2	3
19_Se tenir au courant des nouveaux éléments (nouvelles acrobaties...)	0	1	2	3
20_Conflits avec des membres de sa fédération	0	1	2	3
21_Être assigné(e) à un agrès particulier (si réponse 1, 2 ou 3, lequel?)	0	1	2	3
22_Compétition par équipe	0	1	2	3
23_Aucun système de sécurité prévu pour les juges	0	1	2	3
24 Crainte de représailles	0	1	2	3
25_Présence de médias	0	1	2	3
26_Appartenir au jury A	0	1	2	3
27_Compétition longue, présentant plusieurs tours	0	1	2	3
28_Présence d'un juge avec lequel vous avez eu une mauvaise expérience	0	1	2	3
29_Changement d'agrès à juger au dernier moment	0	1	2	3
30_Juger une compétition d'exercices imposés	0	1	2	3
31_Avoir affaire à un public de non connaisseur	0	1	2	3

32_Réclamation de l'entraîneur	0	1	2	3
33_Salle pas ou peu suffisamment équipée pour accueillir une compétition	0	1	2	3
34_Sous-noter un exercice	0	1	2	3
35_Manifestation du public	0	1	2	3
36_Appartenir au jury B	0	1	2	3
37_Commentaires des entraîneurs	0	1	2	3
38_Se tenir au courant des changements de règles du sport	0	1	2	3
39_Retard dans déroulement de la compétition	0	1	2	3
40_Juger avec des juges de niveaux inférieurs	0	1	2	3
41_Juger un exercice en un temps limité	0	1	2	3
42_Affichage des notes pour le public	0	1	2	3
43_Dispute avec entraîneur	0	1	2	3
44_Absence de certains juges	0	1	2	3
45_Retenir toutes les informations nécessaires à la notation	0	1	2	3
46_Jalousie entre juges	0	1	2	3
47_Devoir partager sa chambre avec une autre personne (juge, entraîneur...)	0	1	2	3
48_Avoir affaire à un public homogène	0	1	2	3
49_Compétition à double plateau	0	1	2	3
50 Crainte d'avoir affaire à un entraîneur violent	0	1	2	3

51_Compétition de niveau local	0	1	2	3
52_Être en manque d'expérience	0	1	2	3
53_Présence de d'autres juges	0	1	2	3
54_Crainte de manquer de sommeil	0	1	2	3
55_Peur d'oublier un élément	0	1	2	3
56_Présence d'un juge expert	0	1	2	3
57_Juger avec des juges de niveaux supérieurs	0	1	2	3
58_Qualité des repas servis (sandwich, plats non appréciés...)	0	1	2	3
59_Commettre une erreur de notation	0	1	2	3
60_Être conduit par quelqu'un qui ne respecte pas le code de la route	0	1	2	3
61_Conflits avec des membres de son club	0	1	2	3
62_Devoir dormir ailleurs que chez soi pour une compétition éloignée	0	1	2	3
63_Juger des gymnastes peu expérimentées	0	1	2	3
64_Concilier vie professionnelle et activité de juge	0	1	2	3
65_Juger une compétitions d'exercices libres	0	1	2	3
66_Rester attentif pendant toute la compétition	0	1	2	3
67_Juger des gymnastes très expérimentées	0	1	2	3

**ANNEXE B : Self-Esteem Scale** (Vallières et Vallerand, 1990)

**INSTRUCTIONS** : Pour chacune des caractéristiques ou descriptions suivantes, indiquez à quel point chacune est vraie pour vous en encerclant le chiffre approprié.

1= tout à fait en désaccord

2= plutôt en désaccord

3= plutôt en accord

4= tout à fait en accord

•Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre	1	2	3	4
•Je pense que je possède un certain nombre de qualité	1	2	3	4
•Tout bien considéré, je suis porté à me considérer comme un raté	1	2	3	4
•Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens	1	2	3	4
•Je sens peu de raisons d'être fier de moi	1	2	3	4
•J'ai une attitude positive moi-même de moi-même	1	2	3	4
•Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi	1	2	3	4
•J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même	1	2	3	4
•Parfois, je me sens vraiment inutile	1	2	3	4
•Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien	1	2	3	4



**ANNEXE C : Life Orientation Test-Revised (Trottier, 1999)**

**INSTRUCTIONS** : Répondez à chaque question de manière indépendante, sans vous appuyer sur les réponses que vous avez déjà données. Indiquez si vous êtes en accord ou non avec les déclarations suivantes en entourant le chiffre de votre réponse. Il vous est demandé d'être aussi précis et honnête que possible.

**0**= Pas du tout d'accord

**1**= Pas d'accord

**2**= Neutre

**3**= D'accord

**4**= Tout à fait d'accord

1. Dans des périodes incertaines, je m'attends généralement au mieux	0	1	2	3	4
2. Il est facile pour moi de me détendre	0	1	2	3	4
3. Si quelque chose doit aller mal pour moi, ce sera le cas					
4. Je suis toujours optimiste à propos de mon avenir	0	1	2	3	4
5. J'apprécie beaucoup mes amis	0	1	2	3	4
6. Il m'est important de rester occupé					
7. Je m'attends rarement à ce que les choses aillent dans mon sens	0	1	2	3	4
8. Je ne me vexe pas facilement	0	1	2	3	4
9. Je m'attends rarement à ce que de Bonnes choses m'arrivent					
10. Tout compte fait, je m'attends à ce qu'il m'arrive plus de bonnes que de mauvaises choses	0	1	2	3	4

**ANNEXE D : Echelle Multidimensionnelle de Perfectionnisme** (Labrecque et al., 1998)

**INSTRUCTIONS:** Voici une liste d'affirmations se rapportant à des caractéristiques ou des traits personnels.

Veillez encrer le chiffre qui correspond le mieux à votre degré d'accord ou de désaccord avec chacune de ces affirmations.

Utilisez l'échelle d'évaluation suivant :

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
Totalement	Fortement	Plutôt en	Indécis	Plutôt en	Fortement	Totalement
En désaccord	en désaccord	désaccord		accord	en accord	en accord

1. Lorsque je travaille à quelque chose, je ne parviens pas à me détendre tant que tout n'est pas parfait 1 2 3 4 5 6 7
2. Je ne suis pas porté(e) à critiquer quelqu'un qui abandonne trop facilement 1 2 3 4 5 6 7
3. Il n'est pas important que les gens qui m'entourent aient bien réussi 1 2 3 4 5 6 7
4. Je critique rarement mes amis lorsqu'ils se contentent de qualité inférieure 1 2 3 4 5 6 7
5. Je trouve difficile de satisfaire les attentes des autres à mon égard 1 2 3 4 5 6 7
6. Un de mes buts est d'être parfait(e) dans tout ce que je fais 1 2 3 4 5 6 7
7. Tout ce que les autres font doit être d'excellente qualité 1 2 3 4 5 6 7
8. Je ne vise jamais la perfection dans mon travail 1 2 3 4 5 6 7
9. Mon entourage accepte volontiers que je puisse faire des erreurs 1 2 3 4 5 6 7
10. Il m'importe peu que quelqu'un dans mon entourage ne fasse pas de son mieux 1 2 3 4 5 6 7
11. Plus je réussis, plus on attend de moi 1 2 3 4 5 6 7
12. Je sens rarement le besoin d'être parfait(e) 1 2 3 4 5 6 7
13. Tout ce que je fais qui n'est pas excellent sera jugé de piètre

qualité par mon entourage	1 2 3 4 5 6 7
14. Je fais tout ce que je peux pour être aussi parfait(e) que possible	1 2 3 4 5 6 7
15. Il m'importe beaucoup de réussir parfaitement dans tout ce que j'entreprends	1 2 3 4 5 6 7
16. J'attends beaucoup des personnes qui sont importantes pour moi	1 2 3 4 5 6 7
17. Je m'efforce d'être le (la) meilleure dans tout ce que j'entreprends	1 2 3 4 5 6 7
18. Mon entourage s'attend à ce que je réussisse en tout	1 2 3 4 5 6 7
19. Je n'ai pas d'attentes très élevées des personnes qui m'entourent	1 2 3 4 5 6 7
20. J'exige de moi-même rien de moins que la perfection	1 2 3 4 5 6 7
21. Les autres vont m'aimer même si je n'excelle pas en tout	1 2 3 4 5 6 7
22. Je n'ai que faire des gens qui ne s'efforcent pas de s'améliorer	1 2 3 4 5 6 7
23. Cela me rend malheureux(se) de découvrir une erreur dans mon travail	1 2 3 4 5 6 7
24. Je n'attends pas beaucoup de la part de mes amis	1 2 3 4 5 6 7
25. Avoir du succès signifie pour moi que je dois travailler plus fort pour plaire aux autres	1 2 3 4 5 6 7
26. Si je demande à quelqu'un de faire quelque chose, je m'attends à ce que ce soit fait parfaitement	1 2 3 4 5 6 7
27. Je ne peux pas tolérer que des personnes près de moi fassent des erreurs	1 2 3 4 5 6 7
28. Je tends à la perfection quand j'établis mes objectifs	1 2 3 4 5 6 7
29. Les personnes qui me sont chères ne devraient jamais me laisser tomber	1 2 3 4 5 6 7
30. Les autres m'acceptent comme je suis même quand je ne réussis pas	1 2 3 4 5 6 7
31. Je sens que les gens exigent trop de moi	1 2 3 4 5 6 7
32. Je dois à tout moment donner mon plein rendement	1 2 3 4 5 6 7
33. Même s'ils ne le laissent pas voir, les autres sont bouleversés quand je faillis à ma tâche	1 2 3 4 5 6 7
34. Je n'ai pas besoin d'être le (la) meilleure dans tout ce que je fais	1 2 3 4 5 6 7

- |   |               |
|---|---------------|
| 35. Ma famille s'attend à ce que je sois parfait(e)                                     | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 36. Mes objectifs ne sont pas très élevés   | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 37. Mes parents ne s'attendaient que rarement à ce que j'excelle<br>en tout dans la vie | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 38. Je respecte les gens ordinaires   | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 39. Les gens n'attendent de moi rien de moins que la perfection                         | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 40. Je m'établis des normes très élevées  | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 41. Les gens attendent de moi plus que je peux donner                                   | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 42. Je dois toujours réussir à l'école ou au travail                                    | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 43. Cela m'est égal qu'un bon ami n'essaie pas de faire de son mieux                    | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 44. Mon entourage me croit encore compétent, même si je<br>commets une erreur           | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 45. Je m'attends rarement à ce que les autres excellent en tout                         | 1 2 3 4 5 6 7 |

**ANNEXE E : State Trait Anxiety** (Bruchon-Schweitzer et Paulhan, 1993)

**INSTRUCTIONS** : Voici un certain nombre d'énoncés que les gens ont l'habitude d'utiliser pour se décrire. Lisez chaque énoncé puis marquez d'une croix la colonne appropriée **pour indiquer comment vous vous sentez en général**. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Ne vous attardez pas trop sur chaque énoncé mais donnez la réponse qui vous semble décrire le mieux **les sentiments que vous éprouvez de façon générale**.

**Presque    Quelque-    Souvent    Presque**  
**Jamais    fois                    toujours**

	Presque Jamais	Quelque- fois	Souvent	Presque toujours
1. Je me sens bien				
2. Je me sens fatigué rapidement				
3. Je me sens au bord des larmes				
4. Je souhaiterais être aussi heureux que les autres semblent l'être				
5. Je perds de belles occasions parce que je n'arrive pas à me décider rapidement				
6. Je me sens reposé				
7. Je suis calme, tranquille et en paix				
8. Je sens que les difficultés s'accumulent au point que je ne peux pas en venir à bout				
9. Je m'en fais trop pour des choses qui n'en valent vraiment pas la peine				
10. Je suis heureux				
11. Je suis porté à prendre mal les choses				
12. Je manque de confiance en moi				
13. Je me sens en sécurité				
14. J'essaie d'éviter de faire face à une crise ou à une difficulté				
15. Je me sens mélancolique				
16. Je suis content				
17. Des idées sans importance me passent par la tête et me tracassent				
18. Je prends les désappointements tellement à cœur que je n'arrive pas à me les sortir de la tête				
19. Je suis une personne stable				
20. Je deviens tendu, bouleversé quand je songe à mes préoccupations actuelles.				

**ANNEXE F : Ways of Coping Checklist** (Cousson et al., 1996)

**INSTRUCTIONS** : Indiquez pour chacune des stratégies suivantes, si oui ou non vous l'avez utilisée pour faire face à la situation stressante LORS DE VOTRE DERNIER  
COMPETITION EN TANT QUE JUGE. Pour cela, il vous suffit de cocher la case adéquate.

Non    Plutôt    Plutôt  
Oui  
non    oui

1. J'ai établi un plan d'action et je l'ai suivi				
2. J'ai souhaité que la situation disparaisse ou finisse				
3. J'ai parlé à quelqu'un de ce que je ressentais				
4. Je me suis battu pour ce que je voulais				
5. J'ai souhaité pouvoir changer ce qui est arrivé				
6. J'ai sollicité l'aide d'un professionnel et j'ai fait ce qu'on m'a conseillé				
7. J'ai changé positivement				
8. Je me suis senti mal de ne pouvoir éviter le problème				
9. J'ai demandé des conseils à une personne digne de respect et je les ai suivis				
10. J'ai pris les choses une par une				
11. J'ai espéré qu'un miracle se produirait				
12. J'ai discuté avec quelqu'un pour en savoir plus au sujet de la situation				
13. Je me suis concentré sur un aspect positif qui pourrait apparaître après				
14. Je me suis culpabilisé				
15. J'ai contenu (gardé pour moi) mes émotions				
16. Je me suis senti plus fort de cette situation				
17. J'ai pensé à des choses irréelles ou fantastiques pour me sentir mieux				
18. J'ai parlé avec quelqu'un qui pouvait agir concrètement au sujet du problème				
19. J'ai changé des choses pour tout puisse bien finir				
20. J'ai essayé de tout oublier				
21. J'ai essayé de ne pas m'isoler				
22. J'ai essayé de ne pas agir de manière précipitée ou de suivre la première idée				
23. J'ai souhaité pour changer d'attitude				
24. J'ai accepté la sympathie et la compréhension de quelqu'un				
25. J'ai trouvé une ou deux solutions au problème				
26. Je me suis critiqué ou sermonné				
27. Je savais ce qu'il fallait faire, aussi j'ai redoublé d'efforts et j'ai fait tout mon possible pour y arriver				

**ANNEXE G : Echelles en 10 points sur la difficulté, le contrôle et l'importance perçue  
ainsi que sur la satisfaction avec la performance**

**PAR RAPPORT A VOTRE DERNIER JUGEMENT, ENTOUREZ LE CHIFFRE QUI  
CORRESPOND LE MIEUX :**

**1. A la difficulté à juger cette compétition :**

•Très facile                      facile                      moyen                      difficile                      très  
difficile

1            2            3            4            5            6            7            8            9

10



**2. Au degré de contrôle que vous pensez avoir eu sur cette compétition :**

•Très facile                      facile                      moyen                      difficile                      très  
difficile

1            2            3            4            5            6            7            8            9

10



**3. A l'importance de l'enjeu de cette dernière compétition :**

*a. Pour vous :*

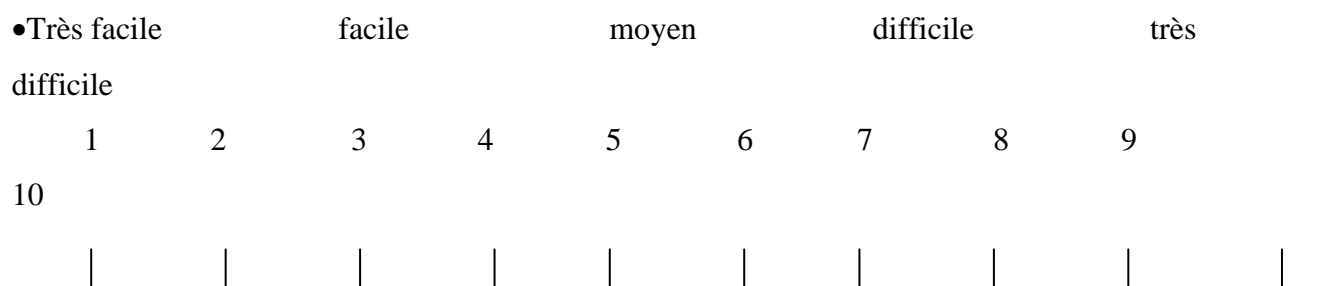
•Très facile                      facile                      moyen                      difficile                      très  
difficile

1            2            3            4            5            6            7            8            9

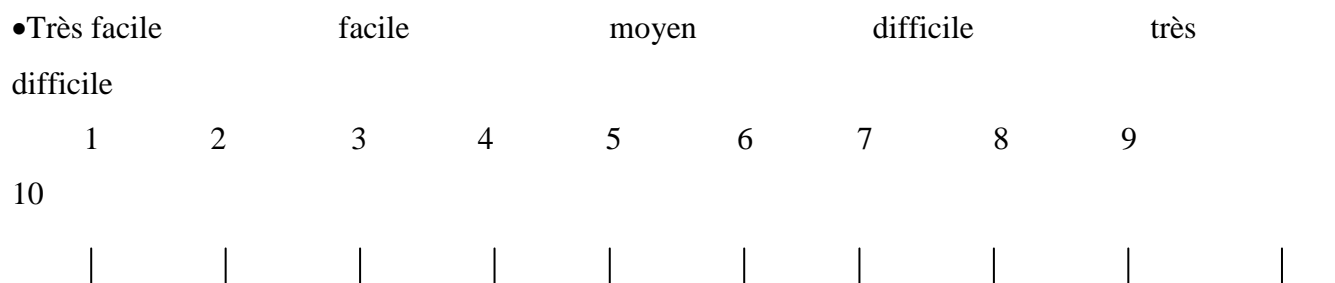
10



*b. Pour les gymnastes :*



**4. Au sentiment de satisfaction concernant votre performance lors de ce dernier match :**





**ANNEXE H : CSAI-2 modifié (Martens et al., 1990)**

## Annexes

**Instructions :** Un certain nombre de formulations que des sportifs ont utilisé pour décrire leurs sensations avant la compétition vous sont proposées ci-après.

1. Lisez chaque formulation
2. Entourez dans la colonne « intensité de ce que vous avez ressenti » le chiffre correspondant à ce que vous avez ressenti **AVANT LA COMPETITION LORS DE VOTRE DERNIER JUGEMENT**
3. **Pour la 2eme colonne, indiquez si ce que vous avez répondu dans la 1ere colonne vous a semblé, avant ce match, défavorable ou favorable pour votre performance à venir.**

	<i>INTENSITE DE CE QUE VOUS AVEZ RESSENTI</i>												
	Pas du tout	Un peu	Assez	Beaucoup									
1. Juste avant l'épreuve, j'étais préoccupé(e) à propos de cette compétition	1	2	3	4									
<b>AVANT LA COMPETITION, COMMENT AVEZ VOUS JUGE LA SENSATION QUE VOUS VENEZ D'INDIQUER PAR RAPPORT A VOTRE PERFORMANCE A VENIR ?</b>					Très défavorable	Assez défavorable	Un peu défavorable	Sans effet sur la performance	Un peu favorable	Assez favorable	Très favorable		
					-3	-2	-1	0	1	2	3		
	<i>INTENSITE DE CE QUE VOUS AVEZ RESSENTI</i>				<b>AVANT LA COMPETITION COMMENT AVEZ-VOUS JUGE LA SENSATION QUE VOUS VENEZ D'INDIQUER PAR RAPPORT A VOTRE PERFORMANCE A VENIR ?</b>								
	Pas du tout	un peu	Assez	Beaucoup	Très défavorable	Assez défavorable	Un peu défavorable	Sans effet sur la Performance	Un peu favorable	Assez favorable	Très favorable		
2. Juste avant l'épreuve, je me sentais énervé(e)	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
3. Juste avant l'épreuve, je me sentais tranquille	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
4. Juste avant l'épreuve, je doutais de moi	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
5. Juste avant l'épreuve, j'avais le trac	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
6. Juste avant l'épreuve, je me sentais à l'aise	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
7. Juste avant l'épreuve, je me faisais du soucis à l'idée que je pourrais ne pas faire aussi bien que j'en étais capable dans cette compétition	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
8. Juste avant l'épreuve, mon corps était tendu	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
9. Juste avant l'épreuve, j'avais confiance en moi	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
10. Juste avant l'épreuve, je me faisais du soucis à l'idée d'échouer	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3		
11. Juste avant l'épreuve, je ressentais un nœud à													

Annexes

l'estomac	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
12.Juste avant l'épreuve, je me sentais sans inquiétude	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
13.Juste avant l'épreuve, je craignais de craquer sous la pression	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
14.Juste avant l'épreuve, mon corps était relaxé	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
15.Juste avant l'épreuve, j'étais sûr(e) de pouvoir me montrer à la hauteur	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3

<i>INTENSITE DE CE QUE VOUS AVEZ RESSENTI</i>				
Pas du tout	Un peu	Assez	Beaucoup	

16.Juste avant l'épreuve, je craignais de faire Une performance médiocre	1	2	3	4
--	---	---	---	---

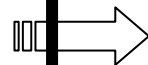
**AVANT LA COMPETITION, COMMENT AVEZ VOUS JUGE LA SENSATION QUE VOUS VENEZ D'INDIQUER PAR RAPPORT A VOTRE PERFORMANCE A VENIR ?**



Très défavorable	Assez défavorable	Un peu défavorable	Sans effet sur la performance	Un peu favorable	Assez favorable	Très favorable
-3	-2	-1	0	1	2	3

<i>INTENSITE DE CE QUE VOUS AVEZ RESSENTI</i>				
Pas du Tout	un peu	Assez	Beaucoup	

**AVANT LA COMPETITION COMMENT AVEZ-VOUS JUGE LA SENSATION QUE VOUS VENEZ D'INDIQUER PAR RAPPORT A VOTRE PERFORMANCE A VENIR ?**



Très défavorable	Assez défavorable	Un peu défavorable	Sans effet sur la Performance	Un peu favorable	Assez favorable	Très favorable
------------------	-------------------	--------------------	-------------------------------	------------------	-----------------	----------------

17.Juste avant l'épreuve, mon cœur battait à tout vitesse	1	2	3	4
18.Juste avant l'épreuve, j'étais sûr(e) de faire une bonne performance	1	2	3	4
19.Juste avant l'épreuve, je me faisais du soucis par rapport à atteindre mon but	1	2	3	4
20.Juste avant l'épreuve, je sentais mon estomac se serrer	1	2	3	4
21.Juste avant l'épreuve, je me sentais calme				

-3	-2	-1	0	1	2	3
-3	-2	-1	0	1	2	3
-3	-2	-1	0	1	2	3
-3	-2	-1	0	1	2	3

Annexes

mentalement	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
22.Juste avant l'épreuve, je craignais que les autres ne soient déçus de ma performance	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
23.Juste avant l'épreuve, mes mains étaient moites	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
24.Juste avant l'épreuve, j'étais confiant car je me voyais mentalement atteindre mon but	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
25.Juste avant l'épreuve, je craignais de ne pas être capable de me concentrer	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
26.Juste avant l'épreuve, mon corps était raide	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3
27.Juste avant l'épreuve, j'étais sûr(e) de dominer la pression	1	2	3	4	-3	-2	-1	0	1	2	3

## Annexes

### **ANNEXE I : Feuille de notation**

Sur cette feuille, reporter les notes de départ et notes finales attribuées aux gymnastes de quatre équipes différentes. Le numéro des gymnastes correspond à leur ordre de passage (1 pour la première gymnaste à passer etc...)

Ces notes serviront uniquement pour un traitement statistique.

**AGRES :**

**Juge n° :**

**Plateau :**

Equipe 1 :

Gymnaste 1 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 2 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 3 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 4 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 5 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 6 ND : .....	Note finale : .....

Equipe 2 :

Gymnaste 1 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 2 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 3 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 4 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 5 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 6 ND : .....	Note finale : .....

Equipe 3 :

Gymnaste 1 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 2 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 3 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 4 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 5 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 6 ND : .....	Note finale : .....

Equipe 4 :

Gymnaste 1 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 2 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 3 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 4 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 5 ND : .....	Note finale : .....
Gymnaste 6 ND : .....	Note finale : .....

**TABLE DES MATIERES**

**Remerciements** p.2

**Introduction** p.8

**PARTIE THEORIQUE**

**Chapitre 1 : Jugement et stress en gymnastique artistique féminine (GAF)** p.14

1. La spécificité du jugement gymnique p.15

1.1 L'apparition du jugement en GAF et son évolution p.15

1.2 Le code de pointage 2005 p.22

1.3 Le code de pointage actuel (2009) p.27

2. Un système soumis à des erreurs p.30

2.1 Les origines du jugement p.30

2.2 L'évaluation, une forme de jugement ? p.31

2.2.1 Quelques définitions p.31

2.2.2 L'évaluation en GAF p.32

2.3 L'évaluation scolaire et le jugement en gymnastique, similarités  
et différences p.36

2.3.1 Quels sont leurs points communs ? p.36

2.3.2 Les biais de notation dans les sports à production de formes p.38

3. Les schémas p.42

3.1 Historique p.42

3.2 Schémas et mémoire p.45

3.3 Les différents types de schémas p.45

3.4 Les schémas de rôle p.47

4. Les sources de stress dans le jugement en GAF p.48

<b>Chapitre2 : Stress et coping</b>	p.52
1. Le stress	p.53
1.1 L’histoire d’un terme	p.53
1.2 Le stress : une conception externe	p.54
1.3 Le stress : une conception interne	p.54
1.4 La théorie transactionnelle du stress	p.58
1.5 Le processus de stress de Mc Grath	p.59
2. Le coping	p.61
2.1 Etymologie	p.61
2.2 Les différentes approches du coping	p.62
2.2.1 Le modèle animal	p.62
2.2.2 Les approches fondées sur la personne	p.62
2.2.2.1 <i>La psychologie du moi</i>	p.62
2.2.2.2 <i>Le modèle selon les traits de personnalité</i>	p.65
2.2.3 L’approche fondée sur la situation	p.66
2.2.4 L’approche transactionnelle du coping	p.67
2.2.5 Le modèle intégratif et multifactoriel du coping	p.69
2.3 Les conceptualisations du coping	p.70
2.3.1 Les différentes dimensions du coping	p.71
2.3.2 Le coping centré sur le problème	p.71
2.3.3 Le coping centré sur les émotions	p.72
2.3.4 Le coping orienté vers l’évitement	p.73
2.3.5 L’engagement et le désengagement	p.74
2.3.6 Les dimensions de contrôle primaire et secondaire	p.76
2.4 Le coping en sport	p.77
2.4.1 Etat des recherches	p.77

2.4.2 Les modèles de coping en sport	p.79
2.4.2.1 <i>Premier modèle</i>	p.79
2.4.2.2 <i>Second modèle</i>	p.80
<b>Chapitre 3 : Consistance et stabilité du coping</b>	p.82
1. Etudes sur le coping dispositionnel	p.84
1.1 Stabilité et consistance du coping	p.84
1.2 Les études menées dans le monde sportif	p.86
1.3 Personnalité et coping	p.87
1.3.1 Névrosisme et stratégies de coping	p.89
1.3.2 Extraversion et stratégies de coping	p.90
1.3.3 Ouverture et stratégies de coping	p.91
1.3.4 Agréabilité et stratégies de coping	p.91
1.3.5 Conscience et stratégies de coping	p.92
1.4 Les traits étudiés par nos travaux	p.93
1.4.1 L'anxiété	p.94
1.4.2 L'estime de soi	p.96
1.4.3 L'optimisme et le pessimisme	p.97
1.4.4 Le perfectionnisme	p.99
2. Le coping comme état situationnel	p.102
2.1 L'instabilité du coping	p.102
2.2 L'inconsistance du coping	p.104
2.3 Les antécédents situationnels du coping	p.105
2.3.1 L'importance donnée à la situation	p.106
2.3.2 Le contrôle perçu	p.107
2.3.3 Les états d'anxiété	p.109
3. La combinaison des facteurs dispositionnels et situationnels sur les stratégies de coping	p.113



3.1 Etudes combinant les effets des facteurs situationnels et dispositionnels dans le sport	p.117
<b>Emergence d'une problématique et les hypothèses qui en sont issues</b>	p.121

**PARTIE EXPERIMENTALE**

<b>Méthodologie</b>	p.128
1. La population	p.129
2. Outils de recueil des données	p.130
2.1 Mesure des sources de stress	p.130
2.2 Mesure des variables dispositionnelles	p.131
2.3 Mesure des variables situationnelles	p.133
2.4 Mesure du coping	p.133
2.5 Mesure de l'effet d'ordre de passage	p.134
3. Procédure	p.134
<b>Etude 1 : Les sources de stress en gymnastique artistique féminine</b>	p.137
<b>Présentation de l'étude 1</b>	p.138
<b>Méthodologie</b>	p.138
1. La population	p.138
2. Outil de recueil des données	p.139
2.1 Conception du questionnaire	p.140
2.2 Pré-test	p.141
2.2.1 Mesure de la cohérence	p.141
2.2.2 Mesure de la puissance	p.148
2.3 Mode de passation du questionnaire	p.148
<b>Résultats</b>	p.149
1. Résultats selon les items	p.149
2. Résultats selon la dimension principale	p.152

## Table de matières

---

2.1 Résultats selon l'expérience	p.152
2.1.1 Résultats selon l'ancienneté	p.152
2.1.2 Résultats selon les autres fonctions dans discipline	p.154
2.2 Résultats selon l'expertise des juges	p.155
3. Résultats selon les sous dimensions	p.157
3.1 Résultats selon l'expérience des juges	p.158
3.1.1 Résultats selon l'ancienneté des juges	p.158
3.1.2 Résultats selon les autres rôles joués par les juges	p.164
3.2 Résultats selon le niveau de juge	p.167
<b>Discussion</b>	p.174
<b>Etude 2 : Sources de stress et les différents agrès de notation</b>	p.178
<b>Présentation de l'étude 2</b>	p.179
<b>Méthodologie</b>	p.179
<b>Résultats</b>	p.180
1. Résultats selon les agrès	p.180
2. Résultats selon l'expérience des juges	p.184
2.1 Résultats selon l'ancienneté des juges	p.184
2.2 Résultats selon les autres rôles joués par le juge dans la discipline	p.189
3. Résultats selon le niveau de juge	p.197
<b>Discussion</b>	p.207
<b>Etude 3 : Etude de certains traits de personnalité des juges de GAF</b>	p.210
<b>Présentation de l'étude 3</b>	p.211
<b>Méthodologie</b>	p.211
1. Participants	p.211
2. Outils de recueil des données	p.213
<b>Résultats</b>	p.214
1. Le trait d'anxiété	p.214

## Table de matières

---

1.1	Trait d'anxiété et expérience des juges	p.214
1.2	Trait d'anxiété et autres rôles joués par les juges	p.215
1.3	Trait d'anxiété et expertise des juges	p.216
2.	L'estime de soi	p.216
2.1	Score d'estime de soi et expérience	p.217
2.1.1	Ancienneté et estime de soi	p.217
2.1.2	Polyvalence dans la discipline et estime de soi	p.218
2.2	Score d'estime de soi et expertise	p.219
3.	Optimisme et pessimisme	p.219
3.1	Expérience et optimisme et pessimisme	p.220
3.1.1	Ancienneté, optimisme et pessimisme	p.220
3.1.2	Polyvalence, optimisme et pessimisme	p.221
3.2	Expertise, optimisme et pessimisme	p.222
4.	Perfectionnisme	p.223
4.1	Expérience et perfectionnisme	p.223
4.1.1	Ancienneté et perfectionnisme	p.224
4.1.2	Polyvalence et perfectionnisme	p.225
4.2	Expertise et perfectionnisme	p.226
	<b>Discussion</b>	p.228
	<b>Etude 4 : Le coping chez les juges en GAF : l'influence des variables dispositionnelles et situationnelles</b>	p.231
	<b>Présentation de l'étude 4</b>	p.232
	<b>Méthodologie</b>	p.233
1.	Participants	p.233
2.	Outils de recueil des données	p.233
	<b>Résultats</b>	p.234
1.	Résultats entre les variables situationnelles	p.236

## Table de matières

---

2.	Résultats entre les variables dispositionnelles	p.237
3.	Résultats entre les variables situationnelles et dispositionnelles	p.237
4.	Résultats entre les stratégies de coping	p.238
5.	Résultats entre les stratégies de coping et les variables situationnelles	p.238
6.	Résultats entre les stratégies de coping et les variables dispositionnelles	p.239
	<b>Discussion</b>	p.240
	<b>Etude 5 : Stress, coping, et biais d'ordre de passage</b>	p.243
	<b>Présentation de l'étude 5</b>	p.244
1.	Participants	p.244
2.	Outils de recueil des données	p.244
	<b>Résultats</b>	p.246
1.	Coping centré sur le problème et biais d'ordre de passage	p.246
2.	Coping centré sur les émotions et biais d'ordre de passage	p.246
3.	Coping centré sur la recherche de soutien social et biais d'ordre de passage	p.247
	<b>Discussion</b>	p.248
	<b>Discussion générale</b>	p.250
	<b>Conclusion</b>	p.256
	<b>Bibliographie</b>	p.260
	<b>Annexes</b>	p.282
	<b>Tables des matières</b>	p.302
	<b>Liste des tableaux</b>	p.309
	<b>Listes des figures et des graphiques</b>	p.314
	<b>Liste des annexes</b>	p.316

**LISTE DES TABLEAUX**

Tableau 1 : Correspondance entre les niveaux de juges FFG et les niveaux de compétitions qu'ils autorisent à juger	p.25
Tableau 2 : Correspondance entre les niveaux de juges UFOLEP et les niveaux de compétitions qu'ils autorisent à juger	p.73
Tableau 3 : Classification des différentes stratégies de coping selon les auteurs	p.75
Tableau 4 : Récapitulatif des stratégies et styles de coping	p.75
Tableau 5 : Effectifs, âge, expérience totale des juges des cinq études en fonction de leur niveau d'expertise	p.129
Tableau 6 : Présentation des juges ayant participé à l'étude 1	p.139
Tableau 7 : Résultats de l'analyse de fiabilité selon les dimensions	p.142
Tableau 8 : Score moyen des items	p.149
Tableau 9 : Résultats généraux selon l'ancienneté	p.152
Tableau 10 : Résultats selon les autres fonctions dans la discipline	p.155
Tableau 11 : Résultats des comparaisons de moyenne en fonction de la polyvalence des juges	p.155
Tableau 12 : Résultats généraux selon l'expertise	p.155
Tableau 13 : Scores moyens selon les sous dimensions	p.157
Tableau 14 : Comparaison des dimensions en fonction de l'ancienneté	p.159
Tableau 15 : Comparaison des dimensions en fonction des autres rôles joués par les juges	p.165
Tableau 16 : Comparaison de moyenne des dimensions en fonction du niveau de juge	p.168

## Liste des tableaux

---

Tableau 17 : Comparaison des agrès en tant que source de stress potentielle	p.181
Tableau 18 : Comparaison des agrès à partir des scores attribués	p.183
Tableau 19 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges du groupe 1	p.184
Tableau 20 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges du groupe 2	p.185
Tableau 21 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges du groupe 3	p.186
Tableau 22 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges du groupe 1 (G1)	p.187
Tableau 23 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges du groupe 2 (G2)	p.187
Tableau 24 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges du groupe 3 (G3)	p.188
Tableau 25 : Comparaison des moyennes en fonction de l'ancienneté	p.189
Tableau 26 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/entraîneurs (J/E)	p.190
Tableau 27 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/non entraîneurs (J/NE)	p.191
Tableau 28 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/gymnastes (J/G)	p. 192
Tableau 29 : Comparaison des agrès en tant que source potentielle de stress pour les juges/non gymnastes (J/NG)	p.193
Tableau 30 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/entraîneurs	p.194
Tableau 31 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/non entraîneurs	p. 194
Tableau 32 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/gymnastes	p.195

## Liste des tableaux

---

Tableau 33 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges/non gymnastes	p.196
Tableau 34 : Comparaison des moyennes selon la polyvalence des juges	p.197
Tableau 35 : Niveau de juge, et agrès comme source de stress	p.198
Tableau 36 : Niveau 1 et agrès considérés comme source de stress	p.199
Tableau 37 : Niveau 2 et agrès considérés comme source de stress	p.199
Tableau 38 : Niveau 3 et agrès considérés comme source de stress	p.200
Tableau 39 : Niveau 4 et agrès considérés comme source de stress	p.201
Tableau 40 : Niveau 5 et agrès considérés comme source de stress	p.202
Tableau 41 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 1	p.203
Tableau 42 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 2	p.203
Tableau 43 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 3	p.204
Tableau 44 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 4	p.205
Tableau 45 : Scores attribués à chaque agrès pour les juges de niveau 5	p.205
Tableau 46 : Comparaisons de moyennes selon l'expertise des juges	p.206
Tableau 47 : Présentation des juges de l'étude en fonction de leur niveau d'expertise	p.212
Tableau 48 : Présentation des juges de l'étude en fonction de leur ancienneté	p.212
Tableau 49 : Présentation des juges de l'étude en fonction de leur polyvalence dans l'activité	p.213
Tableau 50 : Scores moyens obtenus pour le trait d'anxiété en fonction de l'ancienneté des juges	p.214
Tableau 51 : Scores moyens obtenus pour le trait d'anxiété en fonction des autres rôles joués par les juges	p.215

## Liste des tableaux

---

Tableau 52 : Scores moyens obtenus pour le trait d'anxiété en fonction de l'expertise des juges	p.216
Tableau 53 : Scores moyens d'estime de soi en fonction de l'ancienneté	p.217
Tableau 54 : Scores moyens d'estime de soi en fonction de la polyvalence	p.218
Tableau 55 : résultats des comparaisons de moyennes en fonction de la polyvalence des juges	p.218
Tableau 56 : scores moyens d'estime de soi en fonction des niveaux de juge	p.219
Tableau 57 : scores moyens d'optimisme et de pessimisme en fonction de l'ancienneté des juges	p.220
Tableau 58 : Résultats des comparaisons de moyennes de l'optimisme et du pessimisme en fonction de l'ancienneté des juges	p.220
Tableau 59 : Scores moyens d'optimisme et de pessimisme en fonction de la polyvalence des juges dans l'activité	p.221
Tableau 60 : Résultats des comparaisons de moyennes de l'optimisme et du pessimisme en fonction de la polyvalence des juges	p.221
Tableau 61 : Scores moyens d'optimisme et de pessimisme en fonction du niveau de juge	p.222
Tableau 62 : Résultats des comparaisons de moyennes de l'optimisme et du pessimisme en fonction du niveau de juge	p.223
Tableau 63 : Résultats des scores de POS, POA et PPS selon l'ancienneté	p.224
Tableau 64 : Résultats des comparaisons de moyennes de POS, POA et PPS selon l'ancienneté	p.224
Tableau 65 : Résultats des scores de POS, POA et PPS selon la polyvalence	



## Liste des tableaux

---

des juges dans l'activité	p.225
Tableau 66 : Résultats des comparaisons de moyennes de POS, POA et PPS selon la polyvalence des juges dans l'activité	p.226
Tableau 67 : Résultats des scores de POS, POA et PPS selon le niveau de juge	p.226
Tableau 68 : Résultats des comparaisons de moyennes de POS, POA et PPS selon le niveau de juge	p.227
Tableau 69 : Résultats des analyses de corrélations des variables situationnelles et dispositionnelles et des stratégies de coping	p.235

**LISTE DES FIGURES**

Figure 1 : Le syndrome général d'adaptation	p.57
Figure 2 : Le processus de stress de Mc Grath	p.59
Figure 3 : La théorie transactionnelle du coping de Lazarus et Folkman	p.68
Figure 4 : ACP Nature	p.143
Figure 5 : ACP Organisation	p.143
Figure 6 : ACP Craintes	p.144
Figure 7 : ACP Relations entre pairs	p.144
Figure 8 : ACP Difficultés de notation	p.145
Figure 9 : ACP Relations avec entraîneurs/instances dirigeantes/clubs	p.145
Figure 10 : ACP Relations avec les gymnastes	p.146
Figure 11 : ACP Relations avec le public	p.146
Figure 12 : ACP Dispositions personnelles	p.147
Figure 13 : Effets de l'ancienneté sur les moyennes de sources de stress	p.153
Figure 14 : Effets de l'expertise sur les moyennes de sources de stress	p.156
Figure 15 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension craintes en tant que juge	p.160
Figure 16 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations avec entraîneurs/ instances fédérales, clubs	p.160
Figure 17 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations entre pairs	p.161
Figure 18 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension difficultés de notation et réglementation	p.161
Figure 19 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations avec	

## Liste des figures et des graphiques

---

les gymnastes	p.162
Figure 20 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension organisation	p.162
Figure 21 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension nature de la compétition	p.163
Figure 22 : Effet de l'ancienneté sur la sous-dimension relations avec le public	p.163
Figure 23 : Effet du rôle de gymnaste sur la sous dimensions relations avec les gymnastes	p.166
Figure 24 : Effet du rôle de gymnaste sur la sous dimension relations avec le public	p.166
Figure 25 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations avec entraîneurs, instances fédérales, clubs	p.169
Figure 26 : Effet de l'expertise sur la sous dimension difficultés de notation et réglementation	p.169
Figure 27 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations entre pairs	p.170
Figure 28 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations avec les gymnastes	p.171
Figure 29 : Effet de l'expertise sur la sous dimension nature de la compétition	p.171
Figure 30 : Effet de l'expertise sur la sous dimension relations avec le public	p.172

### **LISTE DES GRAPHIQUES**

Graphique 1 : Comparaison des agrès en tant que source de stress potentielle (d'après les juges ayant répondu 1,2, ou 3 à l'item 21)	p.181
Graphique 2 : Comparaison des agrès en tant que source de stress potentielle en fonction du nombre total de juges	p.182

## Liste des annexes

---

Annexe A : Questionnaire sur les sources de stress	p.283
Annexe B: Self-Esteem Scale	p.288
Annexe C: Life Orientation Test-Revised	p.289
Annexe D : Echelle Multidimensionnelle de Perfectionnisme	p.290
Annexe E: State Trait Anxiety	p.293
Annexe F: Ways of Coping Checklist	p.294
Annexe G : Echelles en 10 points sur la difficulté, le contrôle, et l'importance perçue ainsi que sur la satisfaction avec la performance	p.295
Annexe H : CSAI-2 modifié	p.297
Annexe I : Feuille de notation	p.301