COLLEGE DOCTORAL PAYS DE LA LOIRE

ED EDUCATION, COGNITION, LANGAGES, INTERACTIONS, SANTE

Nantes Université

THESE DE DOCTORAT

NANTES UNIVERSITE

ECOLE DOCTORALE N° 603
Education, Cognition, Langages, Interactions, Santé
Spécialité : STAPS

Par
Kevin MAHOT

Le coping collectif dans les équipes sportives

Conditions d'émergence et rôle du leadership identitaire

Thèse présentée et soutenue à Nantes Université, le 1er décembre 2025
Unité de recherche : Motricité, Interactions, Performance - UR 4334

Rapporteurs avant soutenance :

Roberta Antonini Philippe — Maître d'enseignement et de recherche, Université de Lausanne (Suisse)
Gilles Kermarrec — Professeur des Universités, Université de Bretagne Occidentale (France)

Composition du Jury :

Examinateurs :	Mickaël Campo	Professeur des Universités, Université Bourgogne Europe (France)
	Jean-Philippe Heuzé	Professeur des Universités, Université Grenoble Alpes (France)
Dir. de thèse :	Julie Doron	Professeure des Universités, Nantes Université (France)
Co-dir.de thèse :	Noémie Lienhart	Maîtresse de Conférences, Université Grenoble Alpes (France)
Invitée	Chloé Leprince	Psychologue et chercheure en Sciences du Sport, Département Recherche et Enseignement, Fédération Française de Football

Remerciements

L'idée de cette thèse a germé pendant la pandémie de Covid-19, lors du premier confinement. À ce moment-là, il était possible de courir, un peu, pas longtemps, pas loin, et surtout seulement seul. C'est durant ces sorties solitaires que, comme beaucoup de monde, j'ai décidé de changer de petites choses dans ma vie. Parmi celles-ci, je me suis dit que j'aimerais réaliser un de mes rêves : m'engager dans une thèse. Je n'avais pas encore conscience que ce projet ne serait pas une petite chose, et qu'il impacterait non seulement mon quotidien mais aussi celui de mes proches. Indéniablement, l'écriture d'une thèse est une aventure collective. Je souhaite donc ici remercier celles et ceux qui, de près ou de loin, ont participé à cette aventure.

Tout d'abord, je souhaite remercier les membres de mon jury. Merci Madame Roberta Antonini Philippe et Monsieur Kermarrec d'avoir accepté le rôle de rapporteurs pour ce travail. Merci aussi, bien sûr, à Messieurs Mickael Campo et Jean-Philippe Heuzé, à la fois pour avoir accepté le rôle d'examinateurs et pour vos conseils précieux durant mes CSI. La pertinence de vos remarques et de vos orientations a été déterminante pour ce travail. Merci Chloé Leprince d'avoir accepté cette invitation, mais aussi d'avoir défriché avec brio le terrain du coping collectif, et pour ton écoute attentive. Vous êtes tous les cinq des chercheurs qui m'inspirent et que j'aime écouter pour mieux comprendre comment accompagner les athlètes et les staffs dans notre recherche d'excellence.

Je souhaite remercier Julie et Noémie, mes directrices de thèse.

Merci Julie, d'avoir répondu favorablement à mon mail qui a dû te sembler un peu étrange, et d'avoir accepté de m'accompagner alors que mon parcours n'était pas du tout académique. Il t'a fallu tout m'apprendre et je t'en suis profondément reconnaissant. Merci aussi pour ces moments riches que nous avons pu partager, notamment au Canada.

Merci à vous deux pour votre exigence. Je crois que c'est la leçon qui m'a le plus transformé : apprendre à me concentrer sur l'essentiel, alors que j'avais tendance à papillonner. Au-delà de votre exigence et de votre souci du détail, je vous remercie sincèrement pour votre patience. J'ai conscience que mon écart avec vos standards a parfois mis à l'épreuve cette patience, mais vous avez toujours su me le faire savoir dans le but de m'aider à progresser. Enfin et surtout, au-delà des considérations académiques, merci du fond du cœur pour votre attention et votre présence dans les périodes plus difficiles.

Jacques, merci pour tes conseils, ta relecture attentive d'une partie de ce travail, et la qualité de tes retours. Tu as cette manière bien à toi de nous donner l'impression d'avoir fait de bonnes choses, tout en nous poussant à chercher le petit détail qui fait la différence.

Merci à la *Team Communal Coping*. Émilie, merci pour toutes ces heures passées ensemble : réflexions, débats, statistiques parfois interminables, voyages tardifs après des focus groups à Nantes, congrès, et ton aide précieuse à chaque étape. Merci aussi à vous, Fabien et Perrine, pour le relais que vous prenez aujourd'hui et que vous allez faire fructifier.

Chers doctorants et membres du laboratoire MIP, merci pour ces jeudis passés au labo. Je n'ai pas réussi à venir aussi souvent que je l'aurais voulu, mais ces moments étaient pour moi une belle parenthèse dans la semaine : une parenthèse de réflexion, d'écoute et de partage qui a nourri ce travail.

Merci à toutes celles et tous ceux que j'ai rencontrés en congrès. Si je devais donner un conseil aux futurs doctorants, ce serait de participer à des congrès : c'est l'une des vraies richesses de la thèse. On y rencontre des personnes brillantes, on confronte ses idées, on apprend à gérer ses prises de parole, à peaufiner ses protocoles… et des amitiés peuvent y naître : Alan, Pierre, Léo, Sophie, Solène, Laura, Nathan… Merci à vous pour nos réflexions, nos projets, et nos bons moments partagés.

Merci à l'environnement du club qui m'a permis de mener ce travail. Merci François, moteur dans le lancement de ce projet. Merci Simon pour nos longs échanges sur les crises, le stress et le leadership. Tes points de vue d'ancien international, d'ancien coach et de manager actuel ont été précieux. Je n'oublie pas ta phrase : une saison de hockey est une succession de tempêtes de… (je tairai ici la fin de ta maxime). Merci bien sûr à mes collègues Théo, Rémi, Clara, Garance et Florence pour nos franches rigolades quand la coupe était pleine !

Merci aux coachs qui ont guidé ce travail et enrichi certaines réflexions : Brennan, le premier à avoir cru en ce projet – ce fut un honneur de travailler aux côtés d'un coach qui côtoie désormais les sommets ; Ethan, pour notre premier trophée national ensemble. Merci à tous les membres du staff, kinés, médecins, qui sont toujours cachés mais toujours présents, de jour comme de nuit. Nous le savons : sans les anonymes, personne ne gagne rien.

Surtout, merci aux joueurs de l'équipe. Merci pour ces moments de travail à vos côtés, vos témoignages, votre sincérité, vos retours d'expérience qui ont nourri ce travail. Merci pour les joies, les tristesses, les fatigues intenses, les titres, les défaites, les petites et les grandes

victoires, les larmes de peine ou de joie que nous avons partagées au bord de la glace. Merci aussi à tous les athlètes et coachs qui ont participé aux différentes études. Sans vous, la recherche n'avancerait pas.

Merci à mes amis, y compris ceux et celles que j'ai parfois perdus de vue, pris par un quotidien trop dense. Vous savez qu'à chaque fois que nous nous retrouvons, c'est comme si nous nous étions vus la veille. Même de loin, vous étiez là.

Merci à ma famille. Papa, maman, je ne sais pas trop quoi vous dire. Nous n'avons jamais parlé de cette thèse ; sans doute parce que nous sommes trop pudiques, peut-être aussi parce que ce monde est un peu loin du vôtre. Mais sachez que ce travail, que vous ne lirez probablement pas, je l'ai aussi fait pour vous rendre fiers.

Merci à vous, Odile. Sans cette thèse, je ne vous aurais peut-être jamais rencontrée, alors que votre soutien a compté pour moi. Une amitié qui s'affranchit des âges est née entre nous, bâtie autour de nos lasagnes du vendredi, délicieux prétexte pour parler de sciences, de sport, de philosophie, de gâteaux…

Merci Alain et Bernadette pour votre travail invisible. Vous étiez là lorsque je ne l'étais pas. Votre soutien logistique et émotionnel a été sans faille.

Gaston, Rosie, vous êtes mes deux soleils, mes deux phares, de jour comme de nuit. Rosie, tes petits mots gribouillés sur mes brouillons, tes dessins, m'ont mille fois donné du baume au cœur. Votre folie m'illumine. Je vous aime.

Enfin, merci à Suzy. Tu as toujours été là. Si mon nom figure sur la page de garde, c'est parce que tu as été présente dans chacun des moments. Je ne te remercierai jamais assez. Je t'aime.

Publications et communications dans le cadre de la thèse

Publications dans des revues scientifiques internationales à comité de lecture

Mahot, K., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2025). We Know That We Are All Together: A Case Study of The Communal Coping Process in a Professional Ice Hockey Team. *The Sport Psychologist*. *1*, 1-13. https://doi.org/10.1123/tsp.2024-0017

Publications en cours d'expertise dans des revues scientifiques internationales à comité de lecture

Mahot, K., Lienhart, N., & Doron, J. (2025). The Role of Leaders in Team Stress Management:A Social Network Analysis Perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*. Manuscript submitted for publication.

Mahot, K., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2025). Communal Coping in High-Level Sports Teams: A Mixed-Methods Investigation. *Psychology of Sport and Exercise*. Manuscript submitted for publication.

Chapitres d'ouvrages

Mahot, K. & Doron, J. (en cours d'édition). La gestion du stress au sein des équipes sportives : Quel rôle du leadership ? In Martinent, G. (dir.), *« Savoirs Pratiques »*. INSEP-Éditions. France.

Communications dans des congrès nationaux et internationaux avec actes

Mahot, K. (2025) Analyser et comprendre les réseaux sociaux dans les équipes sportives. [Workshop] Congrès de la Société Française de Psychologie du Sport (SFPS), Nantes, France.

Mahot, K., Lienhart, N., & Doron, J. (2024). Standing Together: Are Identity Leaders Important in The Communal coping Process? A Social Network Analysis Perspective. [Communication orale] 4th International Conference on Social Identity in Sport (ICSIS), Dijon, France.

Mahot, K., Varenne, F., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2024). Exploring communal coping in team sports : Key variables influencing collective stress response. . [Communication affichée] 17th FEPSAC European Congress of Sport and Exercise Psychology, Innsbruck, Autriche.

Mahot, K., Lienhart, N., & Doron, J. (2024). La place des leaders dans le processus de coping : une analyse de réseaux sociaux dans le hockey sur glace d'élite. [Communication orale] Journées d'Études de la Société Française de Psychologie du Sport (SFPS), Lyon, France.

Mahot, K., Varenne, F., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2023). Come together: Communal coping process within sports teams in realistic settings. . [Communication orale] 20ème Congrès International de l'Association des Chercheurs en Activités Physiques et Sportives (ACAPS), Reims, France.

Mahot, K., Varenne, F., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2023). Comprendre le rôle des leaders dans la gestion collective du stress : Apports de l'analyse structurelle des réseaux sociaux. [Communication orale] Atelier Sports et Innovation, Centre National du Football, Clairefontaine, France.

Varenne, F., Mahot, K., Pété, E., & Doron, J. (2023). Faire face collectivement à des situations de stress en compétition : du partage du stress aux stratégies d'adaptation. [Communication orale] Journées d'Études de la Société Française de Psychologie du Sport (SFPS), Aix-en-Provence, France.

Mahot, K., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2023). Coping together with the COVID-19 crisis: Does leadership matter? .[Communication orale] 56th North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity Conference (NASPSPA), Toronto, Canada.

Mahot, K., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2023). Faire face collectivement à la crise du Covid-19. Une étude cas dans le sport professionnel. . [Communication orale et affichée] 1ere journées de recherches du pôle Santé. Les étudiants au cœur de la recherche. Nantes Université.

Mahot, K., Pété, E., Doron, J. (2022). Rôle du leadership dans la gestion collective du stress en réponse à la crise de la COVID-19 : étude chez des hockeyeurs sur glace professionnels. . [Communication orale] 7ème Congrès International de la Société Française de Psychologie du Sport (SFPS), Vichy, France.

Table des matières

Introduction Générale **8**

Chapitre 1. Revue de littérature **17**

Le coping collectif en contexte sportif : cadre théorique et état des connaissances 18

1. Les conceptualisations théoriques du coping collectif *18*

2. Le coping collectif en contexte sportif : conceptualisation et contributions empiriques *30*

Leadership et coping collectif : état des connaissances et perspectives de recherche 49

1. Le leadership : définition et lien avec le coping en contexte sportif *50*

2. L'analyse des réseaux sociaux : une approche adaptée à l'étude du leadership et du coping collectif *63*

Chapitre 2. Programme de recherche **68**

Problématique et questions de recherche 69

1. Etude 1. Le coping collectif en situation de crise systémique *71*

2. Etude 2. Le rôle des leaders identitaires dans le coping collectif *72*

3. Etude 3. Le coping collectif auprès d'équipes en situation de compétition réelle *73*

Posture épistémologique et ontologique 76

1. Le réalisme critique : réalité stratifiée et connaissance du réel *76*

2. La démarche adoptée au cours de cette thèse *79*

3. Réflexions sur ma position en tant que doctorant en thèse CIFRE *81*

Chapitre 3. Contributions empiriques **84**

Étude 1 : Le processus de coping collectif dans une équipe professionnelle de hockey sur glace pendant la crise de la covid-19 85

Étude 2 : Le rôle des leaders dans la gestion collective du stress : une analyse de réseaux sociaux 101

Étude 3 : Le coping collectif en contexte compétitif : une approche mixte 128

Chapitre 4. Discussion **165**

Contributions théoriques. La nature sociale et collective du coping : vers un modèle enrichi du coping collectif en sport 169

1. Evaluation partagée des sources de stress et de la mise en œuvre des stratégies : deux éléments au cœur du processus de coping collectif *169*

2. Des facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux à l'œuvre dans le processus de coping collectif *173*

3. Le leadership identitaire au cœur du coping collectif *178*

4. Les conséquences du coping collectif *183*

5. Une approche ancrée dans différents contextes sociaux et de stress *185*

Contributions pratiques : vers des interventions collectives de la gestion du stress 189

1. Module 1. Education au coping collectif : comprendre pour agir collectivement *189*

2. Module 2. Apprendre à faire face collectivement. Identifier et planifier les stratégies de coping collectif..... 190

3. Module 3. Créer et cultiver un sens du « nous » pour faire face ensemble..... 191

Limites et perspectives..... 193

Conclusion..... 200

Bibliographie..... 203

Annexes..... 234

Table des figures

Figure 1. Les différentes modalités de coping selon Lyons et al. (1998) 21

Figure 2. Le Modèle Théorique du Coping Collectif selon Afifi et al. (2020) 23

Figure 3. La relation curvilinéaire entre intensité du stress perçu et l'orientation du coping 25

Figure 4. Le continuum du coping selon la TMCC (Afifi et al., 2020) 26

Figure 5. Les différentes crises selon Tamminen et Cai (2024) 35

Figure 6. Les quatre piliers du leadership identitaire selon Steffens et al. (2014) 59

Figure 7. Exemples de réseaux 65

Figure 8. Vers un modèle enrichi du coping collectif en sport selon le modèle de Afifi et al. (2020) 188

Figure 9. Mise en place d'une intervention et de son évaluation au cours d'une saison 197

Introduction Générale

« Le vestiaire sportif est un endroit où la notion de fraternité est encore une réalité. La fraternité, ça ne veut pas dire qu'on s'aime tous et qu'on se doit tout. Ça veut dire que l'autre n'est pas un problème, qu'il est potentiellement une solution. Le sport est une forme d'harmonie, ce sont des gens qui, ensemble, vont composer une œuvre dont les éléments pris séparément n'auraient pas de sens. »

(*Claude Onesta*, 2016)

Des entraîneurs qui changent en cours de saison. Des effectifs largement remaniés à l'intersaison. Des matchs à fort enjeu à préparer : une finale européenne, deux finales de Coupe de France, deux finales de championnat. Des scandales politico-médiatiques qui éclatent. Des blessures graves dont celle du capitaine qui frappent l'équipe au pire moment de la saison : les séries éliminatoires. Des compétitions annulées en pleine pandémie de COVID-19. Des suspensions prolongées de joueurs clés. Gérer une pression médiatique ordinaire, parfois exacerbée après une élimination précoce. De nouvelles réglementations internationales qui s'appliquent, à la suite du décès d'un joueur professionnel en Angleterre. Tous ces événements sont autant d'exemples de sources de stress auxquelles l'équipe de hockey sur glace des Ducs d'Angers a dû faire face sur la période qui a couvert ce travail de thèse.

Cette succession de sources de stress, définies comme « les exigences environnementales (c'est-à-dire les stimuli) auxquelles un individu est confronté » (Fletcher et al., 2006, p. 359), n'a rien d'exceptionnel dans le quotidien d'une équipe professionnelle. En effet, le milieu sportif présente de nombreuses sources de stress pour les athlètes, notamment en contexte de haut niveau, où la pression pour performer et réussir est particulièrement intense (Arnold & Fletcher, 2021). Le hockey sur glace d'élite, considéré comme un sport à haut risque (Van Pelt et al., 2021), n'échappe pas à cette réalité : les hockeyeurs doivent faire face à une grande variété de sources de stress. La recherche a mis en évidence différentes sources de stress propres au hockey sur glace, telles que la gestion d'exigences physiques intenses (Battochio et al., 2009), ou encore la forte prévalence des blessures (Mosenthal et al., 2017) et des commotions cérébrales (Ruhe et al., 2014 ; Van Pelt et al., 2021). Dans certains cas, les joueurs peuvent être confrontés à des situations potentiellement mortelles, telles que des blessures soudaines ou des décès sur glace (Robson, 2023). Ils doivent également composer avec des pressions liées à la culture viriliste du hockey, caractérisée par la valorisation de la violence, du sexisme et de l'agressivité (Alsarve, 2021 ; Fowler et al., 2023 ; Pappas et al., 2004), mais aussi avec les attentes de l'équipe et les enjeux liées aux évolutions de carrière (Battochio et al., 2009 ; Stambulova et al., 2017).

Au-delà du cas spécifique du hockey sur glace, les athlètes évoluant en contexte compétitif sont régulièrement confrontés à de nombreuses sources de stress, comme l'a largement documenté la littérature en psychologie du sport (e.g., Crocker et al., 2015 ; Nicholls & Polman, 2007). Compte tenu de leur diversité, des travaux ont conduit à classifier ces sources de stress en trois grandes catégories : les sources de stress liées à la compétition, les sources de stress organisationnelles et les sources de stress personnelles (e.g., Arnold & Fletcher, 2012 ; Fletcher & Arnold, 2017 ; Mellalieu et al., 2009 ; Sarkar & Fletcher, 2014).

La capacité à faire face à ces sources de stress, constitue un élément fondamental de l'excellence sportive (Fletcher & Arnold, 2017). Cela est d'autant plus crucial que, lorsqu'elles donnent lieu à des réponses dysfonctionnelles de la part des athlètes, ces sources de stress peuvent se transformer en crises individuelles ou collectives, de gravité variable allant de la crise individuelle à la crise systémique (Tamminen & Cai, 2024). Il est donc essentiel de mieux comprendre ce qui est communément appelé « le stress » terme qui, dans le langage courant, renvoie indistinctement à la fois à ce qui le provoque (les sources de stress) et à ses manifestations. Cette compréhension revêt une importance majeure non seulement sur le plan scientifique, mais également pour les acteurs de terrain, tant la capacité à gérer la variété et la fréquence des sources de stress peut, selon le manager sportif de l'équipe au sein de laquelle cette thèse CIFRE est ancrée, faire la différence sur l'issue d'une saison.

En psychologie du sport, le stress peut être défini comme « un processus dynamique impliquant l'interaction entre les individus et leur environnement, dans lequel ils évaluent les situations auxquelles ils sont confrontés et tentent d'y faire face par divers moyens » (Fletcher, Hanton & Mellalieu, 2006, p. 329). Il est ainsi compris comme un terme générique englobant les sources de stress, les évaluations cognitives, les stratégies de coping et les émotions associées, qui constituent les composantes clés de cette transaction entre l'individu et son environnement (Didymus, 2017, p. 215).

Dans ce cadre, le coping, c'est-à-dire les efforts cognitifs, émotionnels et comportementaux déployés pour gérer ces sources de stress ; est devenu un objet de recherche important en psychologie du sport (e.g., Crocker et al., 2015 ; Nicholls & Polman, 2007). La majorité de ces travaux s'inscrivent dans le cadre théorique de la Théorie Cognitive-Motivationnelle-Relationnelle (TCMR) développée par Lazarus et Folkman (1991).

En effet, Lazarus et Folkman (1984) ont été les premiers à conceptualiser le stress psychologique dans une perspective dynamique. Ces auteurs définissent le stress comme « une

relation particulière entre une personne et son environnement, perçue subjectivement comme excédant ses ressources et menaçant son bien-être » (Lazarus & Folkman, 1984, p. 19). Cette définition a ensuite été développée au sein de la TCMR (Lazarus & Folkman, 1991). Dans sa conception du stress et du coping, la TCMR intègre à la fois le contexte de la situation (i.e., la source de stress), le processus d'évaluation cognitive (appraisal) et les adaptations cognitives et/ou comportementales mises en place pour s'adapter à cette situation perçue comme stressante (stratégies de coping). La TCMR est dite transactionnelle en ce qu'elle considère la personne et l'environnement comme étant en interaction dynamique, mutuellement réciproque et bidirectionnelle. Selon la TCMR, la transaction entre l'individu et son environnement s'opère à travers deux processus : une évaluation cognitive de la situation (i.e., l'évaluation primaire et l'évaluation secondaire) et l'adaptation cognitive et/ou comportementale (i.e., les stratégies de coping).

L'évaluation cognitive comprend deux processus : l'évaluation primaire (permettant d'évaluer : quel est l'enjeu ?) et l'évaluation secondaire (permettant d'évaluer : que puis-je faire ?). Il est important de préciser que l'utilisation du terme « secondaire » ne signifie en rien une moindre importance, ni que les deux évaluations sont indépendantes ou se succèdent de manière linéaire. Au contraire, les perceptions de stress émergent d'un processus dynamique et complexe d'interactions simultanées entre les évaluations primaire et secondaire (Dewe & Cooper, 2007).

Les stratégies de coping sont mobilisées lorsqu'un individu évalue une situation comme excédant ses ressources disponibles et menaçant son bien-être. Elles sont définies comme « des efforts cognitifs et comportementaux constamment changeants que déploie l'individu pour gérer les exigences spécifiques internes/ou externes, évaluées comme consommant ou excédant ses ressources » (Lazarus & Folkman, 1984, p. 141). Ces stratégies visent à modifier la relation de l'individu avec la source de stress et peuvent être orientées soit vers la résolution du problème à l'origine du stress, soit vers la régulation des réponses émotionnelles associées à ce problème, soit vers le désengagement ou le détachement vis-à-vis de la situation (Carver et al., 1989; Endler & Parker, 1994; Lazarus & Folkman, 1984, 1991). Lazarus et Folkman (1991) soulignent que « les efforts pour gérer les exigences stressantes, quel que soit le résultat, signifient qu'aucune stratégie n'est intrinsèquement meilleure qu'une autre » (p. 201). Lazarus (2001) prolonge cette idée en précisant que l'utilisation d'une stratégie n'exclut pas le recours à une autre : plusieurs stratégies peuvent être employées conjointement ou de manière successive, leur pertinence et leur efficacité dépendant étroitement des circonstances.

Le modèle proposé par Lazarus et Folkman (1991) présente ainsi une conception transactionnelle du stress et du coping, où ces derniers ne sont ni des caractéristiques propres à la situation, ni des traits inhérents aux individus, mais des processus impliquant des interactions réciproques, continues et dynamiques entre l'individu et son environnement. Une situation n'est pas stressante par nature, mais elle peut être perçue comme telle à partir du moment où l'individu l'évalue ainsi et perçoit un déséquilibre entre ses ressources et les contraintes de la situation.

Ce cadre théorique a largement orienté les recherches en psychologie du sport, qui ont cherché à caractériser à la fois les sources de stress rencontrées par les athlètes et les stratégies qu'ils mobilisent pour y faire face (Crocker et al., 2015). Ainsi, au-delà de la classification des sources de stress en différentes catégories (e.g., Arnold & Fletcher, 2012 ; Fletcher & Arnold, 2017 ; Mellalieu et al., 2009 ; Sarkar & Fletcher, 2014), certaines études ont également montré que ces sources pouvaient se différencier selon leur intensité, leur fréquence ou encore leur durée d'exposition (pour une synthèse, voir Arnold & Fletcher, 2021). Face à cette diversité de sources de stress, les individus peuvent mobiliser un large éventail de stratégies de coping. Ces dernières ont été regroupées en trois grandes dimensions par Nicholls et al. (2016). Le coping centré sur la maîtrise regroupe les stratégies visant à essayer de maîtriser la situation stressante et à réduire ou éliminer le stresseur, telles que les stratégies orientées vers la tâche, la résolution de problème, ou l'engagement actif. Le coping centré sur la régulation interne comprend les stratégies visant à moduler les réponses internes induites par le stress, comme la gestion des émotions, la distraction ou l'acceptation. Enfin, le coping centré sur le désengagement de l'objectif correspond aux stratégies qui consistent à cesser les efforts pour atteindre l'objectif initial, à travers le retrait mental ou comportemental, ou encore l'expression d'émotions négatives. Par ailleurs, plusieurs travaux ont mis en évidence que la capacité des athlètes à faire face au stress contribue à la fois à leur performance et à leur bien-être psychologique, faisant ainsi du coping un processus à considérer pour quiconque vise l'excellence sportive (Fletcher & Arnold, 2017 ; Tamminen, 2021, pour une revue).

Cependant, un constat majeur se dégage de la littérature scientifique : la majorité des recherches en psychologie du sport a en effet étudié le stress et le coping à travers le prisme de l'individu (Crocker et al., 2015). Pourtant, comme le soulignent Hardy et al., (1996), « les athlètes d'élite ne vivent pas dans un *vacuum social* ; ils évoluent dans un environnement social et organisationnel extrêmement complexe, qui exerce une influence majeure sur eux et sur leurs performances » (pp. 239–240). Cette citation invite à faire tomber le mythe de l'individualisme dans le sport (Wagstaff, 2019). Longtemps, la performance a été pensée comme le produit de

caractéristiques individuelles (efforts individuels, qualités individuelles, « talent »), occultant ainsi le rôle déterminant des dynamiques collectives, des environnements sociaux. Pourtant, aucune performance ne s'obtient véritablement seul (Wagstaff, 2019). Ce même mythe s'étend à la manière dont les athlètes sont supposés faire face au stress. Dans une perspective individualiste, le stress et le coping sont envisagés comme des processus individuels, propres à chaque individu, sans prise en compte de l'environnement social dans lequel ils s'inscrivent. Or, les travaux montrent au contraire que les réponses aux sources de stress s'élaborent dans un tissu relationnel : les athlètes évaluent les situations, mobilisent leurs ressources et adaptent leurs comportements en interaction avec leurs pairs, entraîneurs ou proches. Ainsi, la manière dont les athlètes font face aux sources de stress ne s'opère pas, elle non plus, dans un *vacuum social* (Hardy et al., 1996 ; Staff et al., 2017). De nombreuses sources de stress sont en effet vécues collectivement et affectent simultanément plusieurs membres d'une même équipe (Eckardt & Tamminen, 2023; Staff et al., 2017). Comment imaginer, par exemple, qu'une blessure n'impacte que le joueur concerné, qu'il fera seul face aux incertitudes liées à sa rééducation et à son retour à la compétition ? Comment penser qu'une série de défaites prolongées ne suscite pas de tentatives de gestions collectives du stress, formelles ou informelles au sein de l'équipe ? Ou encore que, lors de la pandémie de Covid-19, les joueurs aient affronté seuls, de manière isolée les diverses sources de stress vécues dans tel un contexte d'incertitude (Mehrsafar et al., 2020; Stambulova et al., 2022a)? Ce type de situations appelle pourtant probablement des réponses collectives (Tamminen & Cai, 2024).

C'est dans ce contexte que Lyons et ses collaborateurs (1998) ont introduit le concept de *coping collectif*, défini comme « la mise en commun des ressources et des efforts de plusieurs individus pour faire face à l'adversité » (p. 580). Si ce concept a fait l'objet de nombre de recherches en psychologie de la santé, notamment dans le contexte de maladies chroniques ou de catastrophes naturelles (Afifi et al., 2019 ; Basinger et al., 2021 ; Kim et al., 2021), il demeure encore peu exploré en contexte sportif (Eckardt & Tamminen, 2023 ; Tamminen & Gaudreau, 2014 ; Woodhead et al., 2024). Les premiers travaux menés à ce jour ont tout de même permis d'identifier et de catégoriser les sources de stress partagées et les différentes stratégies de coping collectif (Leprince et al., 2018), de saisir la nature dynamique du coping collectif (Neely et al., 2017), de proposer des outils de mesure (Leprince et al., 2019 ; Pété, Chanal et al., 2023), ou encore de souligner l'importance de la communication et des émotions dans ce processus (Neely et al., 2017 ; Tamminen et al., 2016).

La présentation de ces travaux lors de réunions préliminaires au début de la thèse a trouvé un écho particulier au sein de la direction sportive du club des Ducs d'Angers. Le club a accueilli cette recherche dans le cadre d'une thèse financée sous Conventions Industrielles de Formation par la REcherche (CIFRE n°2024_00925) en partenariat avec le laboratoire "Motricité, Interactions, Performance", Unité de Recherche (UR 4334) de Nantes Université. Très vite, des questions de terrain ont émergé : pourquoi certaines équipes parviennent-elles à surmonter des situations de stress tandis que d'autres s'effondrent ? Qui sont les leaders dans ces contextes, et jouent-ils un rôle spécifique dans la réponse collective ? Est-il possible d'intervenir sur ces dynamiques pour renforcer la force du collectif et, par là même, optimiser la performance ? Ces interrogations renvoient à l'idée de *gains marginaux* (Hall et al., 2012) : et si de petites améliorations dans la coordination collective face au stress pouvaient générer des bénéfices significatifs en contexte de haute performance ?

Ces questions de terrain renvoient à des limites déjà identifiées dans la littérature scientifique, comme cela sera détaillé dans la revue de littérature, notamment en ce qui concerne le manque de connaissances sur les conséquences du coping collectif sur la performance ou sur les conditions psychosociales favorables à l'émergence du coping collectif. Parmi ces conditions, la question du leadership occupe une place centrale. En effet, qu'ils aient un statut formel ou informel, les leaders jouent un rôle majeur dans le fonctionnement optimal des collectifs (Cotterill, 2017). Leur influence s'étend à des dimensions essentielles telles que la cohésion, la confiance collective, la résilience, le bien-être ou encore la performance (Cotterill et al., 2022 ; Cotterill & Fransen, 2016 ; Loughead, 2017). Certains auteurs ont d'ailleurs suggéré que ces leaders pourraient jouer un rôle important dans le processus de coping collectif (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014), prolongeant ainsi l'idée selon laquelle « le leadership devient le plus nécessaire lorsque les choses vont mal » (Harms et al., 2017, p. 179). Cette question des leaders dans le processus de coping collectif n'interpelle pas seulement le monde académique (Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014). Sur le terrain, elle revient de manière récurrente : qui sont les leaders dans les moments critiques ? Est-ce qu'ils peuvent impulser une réponse collective ? Qui organise, mobilise ou soutient le groupe lorsqu'il est confronté à l'adversité ?

C'est précisément pour combler ce décalage entre les besoins exprimés par les acteurs de terrain et les apports encore partiels de la littérature scientifique que cette thèse a été pensée. Son objectif est de contribuer à une meilleure compréhension du coping collectif au sein des équipes sportives de haut niveau, en tenant compte de l'environnement social dans lequel il émerge. Plus

spécifiquement, ce travail de thèse vise à analyser la manière dont les équipes sportives font face aux situations de stress en tant que collectif, en s'attachant à comprendre le rôle joué par les leaders dans l'émergence de ce processus. Il s'agit également d'identifier les conditions psychosociales et environnementales qui peuvent en faciliter ou en freiner la mise en œuvre, au-delà de l'analyse de ses conséquences.

Cette thèse est structurée en quatre chapitres. Le premier chapitre proposera une revue de littérature sur les concepts de coping collectif et de leadership. Dans un premier temps, il s'agira de présenter le modèle du coping collectif tel qu'il a été développé par Lyons et al. (1998) puis enrichi par Afifi et al. (2020). Il s'agira ensuite de faire état des travaux ayant mobilisé ce cadre théorique en psychologie du sport (e.g., Leprince et al., 2019; Milne & Neely, 2022; Neely et al., 2017) tout en soulignant la rareté des travaux empiriques s'intéressant aux coping collectif au sein des équipes (Eckardt & Tamminen, 2023). Dans un second temps, la revue de littérature se focalisera sur le leadership en sport, en s'attachant particulièrement aux approches centrées sur le leadership identitaire (Haslam et al., 2020 ; Hogg, 2001), qui mettent l'accent sur la capacité des leaders à incarner, représenter et promouvoir une identité sociale partagée. Les liens entre leadership, stress et coping seront ainsi discutés, soulignant le rôle potentiel des leaders dans la gestion collective du stress (Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014). La présentation de ces différents travaux constituera également une occasion de mettre en lumière les limites actuelles de la littérature, et par là même, de souligner la pertinence des questions abordées dans le cadre de ce travail doctoral.

Le deuxième chapitre décrira le programme de recherche. Il s'agira notamment d'exposer la problématique générale de ce travail qui vise à comprendre comment les membres d'une équipe sportive se coordonnent pour faire face collectivement aux sources de stress. Ce chapitre permettra aussi de souligner que ce travail de doctoral s'inscrit dans une posture de réalisme critique (Bhaskar, 1989). Il précisera également la posture épistémologique adoptée, à savoir le réalisme critique (Bhaskar, 1989), ainsi que la spécificité d'une thèse CIFRE conduite en immersion longue au sein d'un club professionnel (les Ducs d'Angers). Ce cadre partenarial entre club et laboratoire de recherche offre un double intérêt : l'accès à un matériau empirique riche et la possibilité de répondre à des préoccupations concrètes formulées par les acteurs de terrain (coachs, dirigeants, joueurs). Il permet ainsi de produire des connaissances scientifiques étroitement articulées aux réalités du haut niveau (Hellec, 2014).

Le troisième chapitre présentera les contributions empiriques de ce travail de thèse. Il sera composé de la première étude de la thèse, menée avec une méthodologie qualitative. À travers

une série d'entretiens semi-directifs réalisés auprès de l'ensemble des joueurs d'une équipe de hockey sur glace professionnelle durant la pandémie de COVID-19, cette étude visera à explorer comment les athlètes ont perçu les sources de stress rencontrées collectivement, ainsi que les stratégies collectives mises en œuvre au sein du groupe pour y faire face. Cette période de pandémie synonyme de mise à l'arrêt des compétitions permettra d'offrir un cadre privilégié pour l'étude du coping collectif. Cette étude visera à identifier les premiers leviers psycho-sociaux, à l'œuvre dans le processus de coping collectif.

Il sera ensuite présenté la deuxième étude. Celle-ci s'appuiera sur une méthodologie quantitative fondée sur l'analyse des réseaux sociaux (Hambrick, 2019). Menée auprès de 15 équipes de hockey sur glace, cette étude cherchera à mesurer l'implication des leaders dans la mise en œuvre du coping collectif. En complément et au-delà de ce rôle, elle s'intéressera également à l'influence du coping collectif sur la performance perçue.

Enfin, il sera présenté la troisième étude. Il s'agira d'une étude mixte mobilisant à la fois des focus-groupes et des questionnaires mesurant la congruence de l'évaluation cognitive de la source de stress ainsi que le recours au coping collectif. Conduite auprès de quatre équipes de sports collectifs de haut niveau, cette étude visera à comprendre comment, et dans quelles conditions psychosociales, le coping collectif s'opérationnalise sur le terrain. En s'ancrant dans l'expérience vécue par les athlètes, elle viendra compléter les enseignements des deux premières études en offrant une compréhension contextualisée et écologique des mécanismes qui favorisent ou entravent la mise en œuvre du coping collectif.

Le dernier chapitre de ce travail propose une discussion des résultats obtenus à travers les différentes études. Il constitue l'occasion de revenir sur les principales contributions théoriques et méthodologiques apportées par ce programme de recherche, dans l'optique d'enrichir la compréhension du coping collectif en contexte sportif. Ce chapitre vise également à formuler des retombées concrètes sous forme de recommandations à destination des acteurs de terrain. Enfin, les limites de cette thèse seront discutées, ouvrant ainsi la voie à de nouvelles pistes de recherche.

Chapitre 1. Revue de littérature

Le coping collectif en contexte sportif : cadre théorique et état des connaissances

Les athlètes et leurs équipes rencontrent tout au long de leur carrière sportive une multitude de sources de stress, telles que la pression pour gagner la rencontre du week-end, les conflits avec les entraîneurs, ou encore les contraintes organisationnelles comme les déplacements fréquents (Fletcher, Hanton, & Mellalieu, 2006). La capacité des athlètes et leurs équipes à faire face à ces dernières (appelée coping en anglais) est une condition nécessaire à l'excellence sportive tant ces sources de stress « exercent une influence majeure sur eux et sur leurs performances » (Arnold & Fletcher, 2021a, p. 30). La majorité des recherches en psychologie du sport s'est longtemps concentrée sur l'athlète en tant qu'individu, sans tenir compte du fait qu'en pratique, de nombreuses sources de stress se vivent en groupe et affectent simultanément plusieurs personnes (Folkman, 2009 ; Lyons et al., 1998). C'est dans ce contexte que Lyons et ses collaborateurs (1998) ont introduit le concept de coping collectif, défini comme « la mise en commun des ressources et des efforts de plusieurs individus pour faire face à l'adversité » (p. 580).

Cette approche collective de la gestion du stress prend tout son sens en sport lorsque l'on considère que les athlètes ne participent pas à des compétitions, ne s'entrainent pas, ni ne vivent même dans un *vacuum* social (Staff et al., 2017 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Ainsi, comme les athlètes ne sont pas seuls lorsqu'ils font face à des sources de stress, il apparaît nécessaire d'élargir l'étude du coping en contexte sportif au niveau collectif, en tenant compte de l'environnement social (Woodhead et al., 2024).

L'objectif de cette première partie de la thèse est de dresser un état de l'art du coping collectif appliqué au sport. Nous commencerons par définir ce concept et par présenter les cadres théoriques existants : d'abord celui issu des travaux pionniers de Lyons et al. (1998), puis le modèle plus récent proposé par Afifi et al. (2006, 2020). Dans un second temps, nous en décrirons les spécificités dans le contexte sportif en faisant état des recherches empiriques consacrées au coping collectif en psychologie du sport, afin de mettre en évidence les avancées réalisées ainsi que les défis théoriques et méthodologiques qui subsistent.

1. Les conceptualisations théoriques du coping collectif

1.1 Le modèle de Lyons et al. (1998)

En postulant que les individus « ne gèrent pas le stress seuls, c'est-à-dire isolés et détachés des autres », Lyons et ses collaborateurs ont développé un modèle du coping interpersonnel,

qu'ils ont appelé «coping collectif » (Lyons et al., 1998, p. 582). Les auteurs définissent le coping collectif comme un processus social au cours duquel « les événements stressants sont évalués et gérés dans le cadre de relations interpersonnelles étroites » (Lyons et al., 1998, p. 583). Cette définition du coping collectif intègre l'aspect transactionnel du stress et du coping proposé par la TCMR tout en opérant une transition de l'intrapersonnel vers l'interpersonnel. Ainsi, on parle de coping collectif lorsque des membres d'un groupe social réalisent une évaluation partagée d'une source de stress vécue communément, communiquent au sujet de cette dernière et mettent en œuvre des actions collectives cognitives et/ou comportementales pour y faire face. Plus spécifiquement, les trois composantes essentielles du coping collectif, s'articulent ainsi :

- *Une orientation vers le coping collectif :* au moins une personne au sein du groupe social doit adopter une attitude de coping collectif, c'est-à-dire croire qu'il est avantageux, nécessaire et/ou attendu de s'unir pour faire face à la situation évaluée comme stressante ;
- *Une communication au sujet de la source de stress* : pour que les efforts de coping soient partagés, il doit exister une forme de communication relative à la situation stressante et à sa signification. Cela implique, par exemple, de communiquer verbalement ou non au sujet de ce qui s'est passé, sur comment la situation affecte actuellement les individus et leurs relations ou même le groupe dans son ensemble, ainsi que l'impact potentiel anticipé sur ces relations ;
- *Une action coopérative* : dans le cadre du coping collectif, les individus collaborent pour élaborer des stratégies collectives visant soit à réduire les exigences de la situation et/ou à augmenter ses propres ressources pour mieux y faire face, ou soit à réguler les réponses émotionnelles associées à cette situation.

Pour résumer, nous parlons de coping collectif lorsqu'au moins un des membres du groupe social considère que la situation de stress est « notre » problème (i.e., *évaluation partagée*) plutôt que « mon » ou « ton » problème (i.e., *évaluation individuelle*), qu'il est de « notre » responsabilité d'y faire face, et que des membres du groupe mettent en place des actions collectives et qu'ils communiquent à propos de la situation. Lyons et al. (1998) précisent, que comme tout processus de coping, le coping collectif n'est pas un simple processus planifié en deux étapes, à savoir : une évaluation et une action. Au contraire, le coping collectif est un processus complexe, non linéaire, impliquant des processus successifs et récursifs d'évaluation et d'action.

Afin de clarifier le périmètre du construit de coping collectif et de le distinguer des autres dimensions du coping, Lyons et al. (1998) ont proposé de représenter les évaluations cognitives

et les actions (i.e., les stratégies) de manière orthogonale (voir Figure 1). Dans cette représentation, la dimension « évaluation » est représentée sur un axe vertical, allant de la perception d'une situation stressante comme étant un problème individuel à résoudre (c'est-à-dire « mon problème ») jusqu'à un problème collectif (c'est-à-dire « notre problème »). La dimension « action », quant à elle, est illustrée sur un axe horizontal, allant de « ma responsabilité » (action individuelle) à « notre responsabilité » (action collective). Ainsi, cette représentation permet de distinguer le coping collectif des autres formes de coping, qu'elles soient de nature individuelle ou interpersonnelle. Cette distinction permet de caractériser quatre types de coping :

- *Le coping individuel* survient lorsque l'individu perçoit la source de stress comme un problème qui le concerne uniquement (« mon problème ») et qu'il assume seul la responsabilité d'y faire face en mobilisant des stratégies de coping personnelles (« ma responsabilité »).
- *L'aide individuelle ou assistance* se manifeste lorsqu'une source de stress est évaluée par plusieurs personnes comme un problème commun (« notre problème »), mais qu'une seule personne assume la responsabilité d'y faire face (« ma responsabilité »).
- *La recherche de soutien* intervient lorsqu'un individu sollicite l'aide d'autrui pour faire face à une source de stress qui le concerne (« mon problème »), tout en impliquant une responsabilité partagée (« notre responsabilité »).
- *Le coping collectif* se caractérise par une évaluation partagée de la source de stress et par une action collective, reflétant ainsi la perception du problème et la responsabilité comme étant partagées (« notre problème » et « notre responsabilité »).

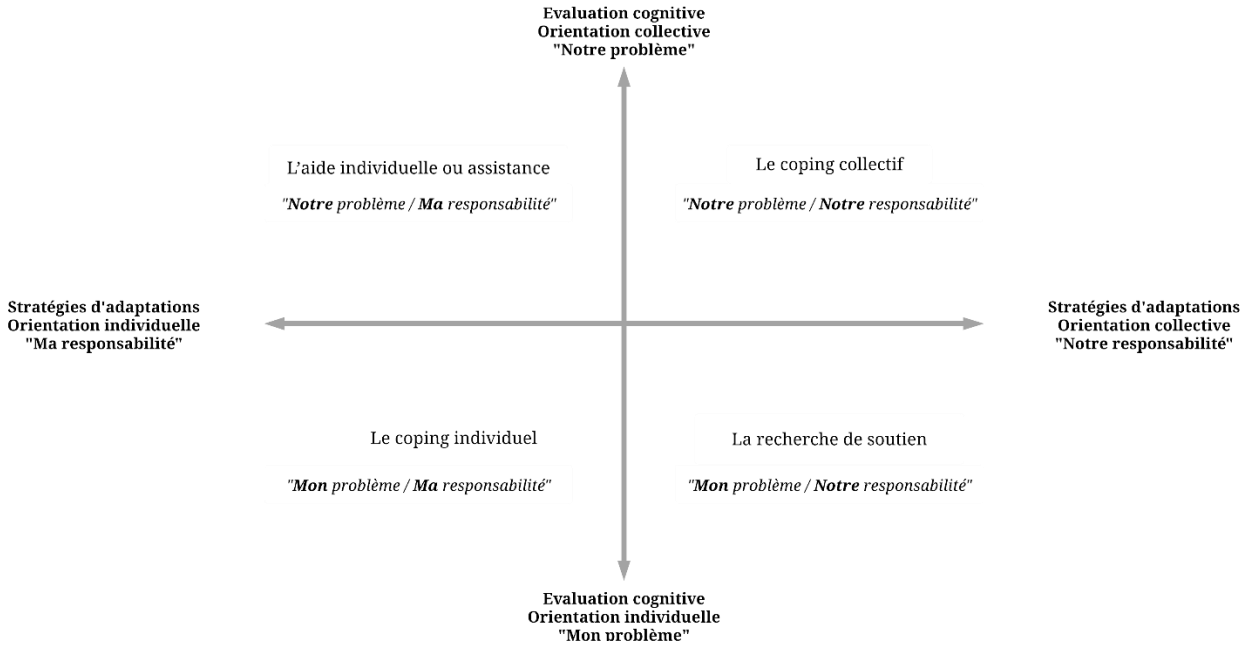


Figure 1. *Les différentes modalités de coping selon Lyons et al. (1998)*

La Figure 1 aide à mieux représenter les différentes modalités de coping : individuelles, interpersonnelles et collectives. Retenons tout de même, que d'après Lyons et al. (1998), vouloir proposer une distinction nette entre les efforts de coping individuels et ceux du coping collectif « n'est pas plus viable que la fausse dichotomie entre l'individu et ses relations interpersonnelles » (p. 582).

Au-delà de cette articulation conceptuelle, une question émerge : pourquoi les individus s'engagent-ils dans des stratégies de coping collectif ? Lyons et al. (1998) proposent que « s'unir pour faire face au stress procure des avantages distincts que l'on ne peut obtenir en agissant seul » (p.587) et que l'engagement dans le coping collectif répond à plusieurs fonctions principales. Ainsi, trois grandes fonctions sont ainsi identifiées : (1) faire face à la situation de stress, (2) maintenir ou renforcer la qualité des relations sociales, et (3) soutenir le bien-être individuel.

Premièrement, le coping collectif permet d'élargir les ressources disponibles (humaines, émotionnelles, cognitives) afin de répondre à des sources de stress partagées. La collaboration entre les membres du groupe favorise la diversité des réponses et la complémentarité des compétences. Le coping collectif contribue également à réduire l'impact émotionnel induit par la situation de stress en partageant la charge emotionnelle et en limitant les effets secondaires (e.g., isolement, perte de contrôle perçue). De plus, s'engager collectivement permet au groupe de constituer un investissement à long terme dans des ressources sociales et symboliques, mobilisables lors de futures situations de stress partagées.

Deuxièmement, Le coping collectif joue un rôle dans le renforcement des liens interpersonnels (e.g., faciliter la solidarité, la confiance mutuelle) et dans le maintien ou le développement de l'unité du groupe et des relations notamment en contexte de crise (e.g., éviter les conflits, maintenir les liens en période difficile). Par ailleurs, le fait de surmonter une épreuve ensemble peut générer du plaisir lié au partage de l'effort, à l'intensité émotionnelle vécue collectivement, ou encore à l'expérience d'une efficacité commune.

Troisièmement, le coping collectif peut offrir aux individus une meilleure intégration sociale en procurant un sentiment d'appartenance, de reconnaissance et de validation par les autres membres du groupe (e.g., partiper à des stratégies collectives alors qu'on vient d'arriver dans le groupe). Ce processus peut contribuer aussi au bien-être personnel, en réduisant le stress perçu, en nourrissant le sentiment d'utilité et en renforçant l'estime de soi.

Dans le but de décrire de manière plus complète le coping collectif, Afifi et al. (2020) ont proposé d'étendre le modèle du coping collectif de Lyons et al. (1998). Ce Modèle Théorique du Coping Collectif (MTCC) est construit sur la base de résultats de travaux publiés dans divers domaines tels que la communication, la psychologie des catastrophes, la gérontologie, la médecine, et la santé publique.

1.2 Le modèle théorique d'Afifi et al. (2020)

Le MTCC (Afifi et al., 2020) vise une meilleure compréhension du coping collectif en prenant en compte trois éléments : (1) considérer le coping collectif comme processus dynamique influencé par les caractéristiques de la source de stress, (2) identifier des facteurs psycho-sociaux et environnementaux qui l'influencent et (3) identifier les conséquences du coping collectif (voir Figure 2).

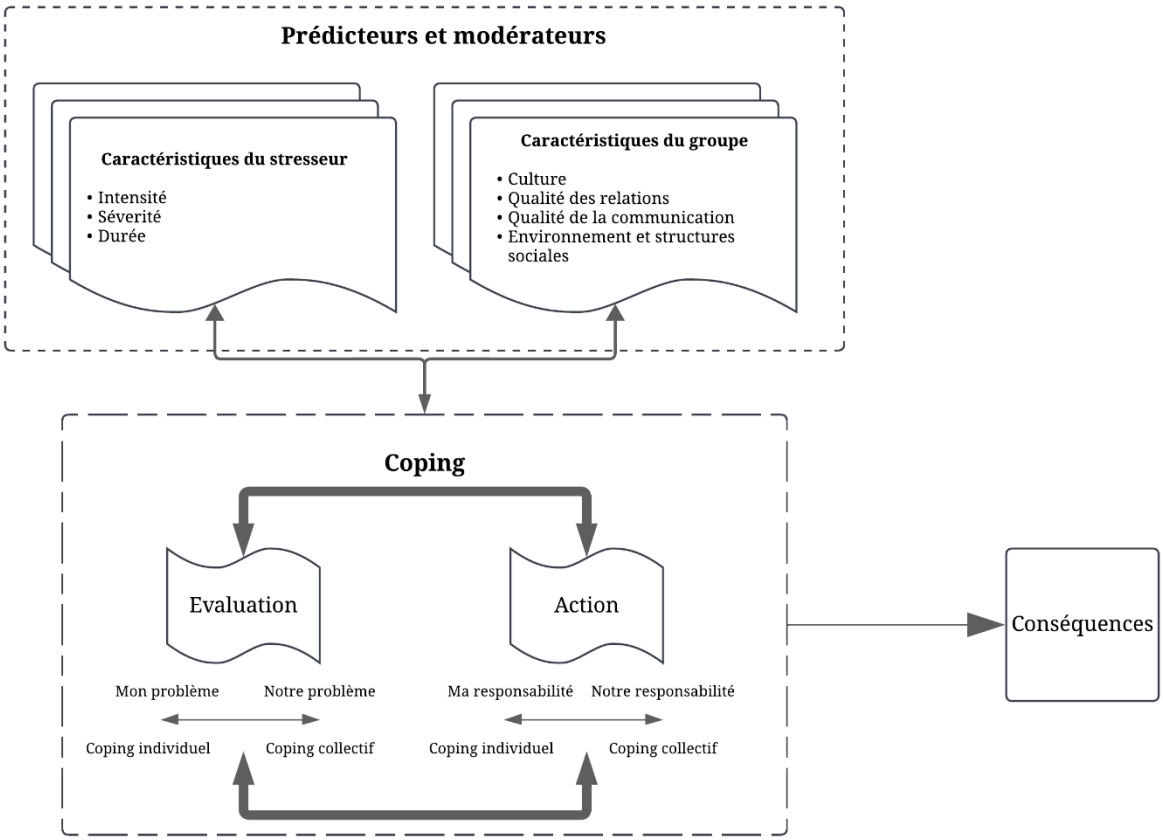


Figure 2. *Le Modèle Théorique du Coping Collectif selon Afifi et al. (2020)*

1.2.1 Le coping collectif en tant que processus dynamique influencé par les caractéristiques de la source de stress

Le premier élément mis en avant par le modèle MTCC (Afifi et al., 2020) concerne le caractère dynamique du coping collectif. Les individus peuvent passer d'une gestion du stress individuelle à une gestion collective, et inversement, en fonction du temps qui s'écoule par rapport à la confrontation avec la source de stress. Par exemple, lors de la pandémie de COVID-19, certaines situations de stress ont pu être perçues comme relevant d'une responsabilité individuelle (« mon problème, ma responsabilité »), donnant lieu à des stratégies de coping individuelles (faire de l'exercice, cuisiner, s'accorder de la bienveillance, etc.), tandis que les ces mêmes sources de stress pouvaient aussi être vues comme étant « notre problème, notre responsabilité », suscitant alors des stratégies collectives de coping (comme la fabrication de masques en groupe ou l'organisation d'activités sociales à distance) (Zanin et al., 2021).

Ainsi, selon le modèle MTCC (Afifi et al., 2020), le processus de coping collectif évolue dans le temps et selon les situations de stress. Pour expliquer cette dynamique au cours du temps, les auteurs proposent de prendre en compte les différentes caractéristiques de la situation (voir

Figure 2). La situation peut être caractérisée selon sa nature, sa chronicité, la perception de contrôle que les membres du groupe pensent avoir sur elle, ou encore sa gravité/intensité (réelle ou supposée).

- *La nature de la situation* influence l'engagement dans le coping collectif. Par exemple, certains types de situations comme les catastrophes naturelles ou les situations de précarité extrême peuvent favoriser l'engagement dans une gestion collective du stress. Cela s'explique souvent par le fait que les membres du groupe partagent la même géographie, le même espace ou la même réalité, ce qui facilite à la fois une évaluation partagée et la mise en commun des ressources pour y faire face. (Afifi et al., 2014; Kam et al., 2018).
- *La chronicité de la situation* influence l'engagement dans le coping collectif. Les situations chroniques, telles que la gestion à long terme d'une maladie, nécessitent souvent une gestion collective continue (Basinger, 2018).
- *La perception de contrôle de la situation* influence l'engagement dans le coping collectif. La perception du contrôle que les individus ont sur la situation de stress affecte également leur décision à s'engager dans le coping collectif. Plus les membres du groupe estiment avoir un certain contrôle sur la situation, plus ils sont susceptibles de s'engager dans une gestion collective du stress (Afifi et al., 2006).
- *La gravité de la situation* influence l'engagement dans le coping collectif. Par exemple, dans le cas de maladies touchant un membre de la famille, la gestion du stress peut être individuelle ou collective selon la gravité perçue. Lorsque la maladie est jugée peu grave, les individus ont tendance à y faire face seul. Si elle devient plus grave, la responsabilité est davantage partagée entre la personne malade et ses proches favorisant le coping collectif. En revanche, lorsque gravité devient extrême, une forme de repli vers le coping individuel peut réapparaître. Ainsi, pour un niveau de gravité modéré à élevé, le coping collectif est privilégié car il permet de partager la charge émotionnelle et de mobiliser davantage de ressources pour faire face. En revanche, pour une gravité perçue comme trop extrême, la gestion collective peut être reconsidérée voire réorientée vers une gestion individuelle (Basinger, 2018). Cela serait expliqué par le risque de surcharge émotionnelle qu'elle induit auprès des autres membres du groupe ainsi que par la crainte d'une contagion émotionnelle (Afifi et al., 2015; Maguire & Parcell, 2015). Certaines caractéristiques contextuelles ou relationnelles modulent le niveau de stress perçu, comme la prévisibilité de la situation, le niveau de contrôle perçu, la proximité

émotionnelle avec la personne affectée ou encore le bagage d'expériences passées du groupe face à des situations similaires. Ainsi, une maladie soudaine et grave chez un proche très impliqué émotionnellement, combinée à une faible perception de contrôle, génère un stress plus intense que des situations jugées maîtrisables ou plus distantes sur le plan relationnel. Ces caractéristiques influencent donc à la fois l'intensité du stress perçu et les modalités de coping mobilisées. Sur la base de ces observations, le modèle MTCC suggère l'existence d'une relation curvilinéaire entre l'intensité du stress perçu et l'orientation intra- versus interpersonnelle du coping (voir Figure 3). Pour un stress perçu faible ou intense, les individus gèrent le stress individuellement, tandis que lorsque le stress perçu est modéré, ils ont tendance à s'orienter vers du coping collectif.

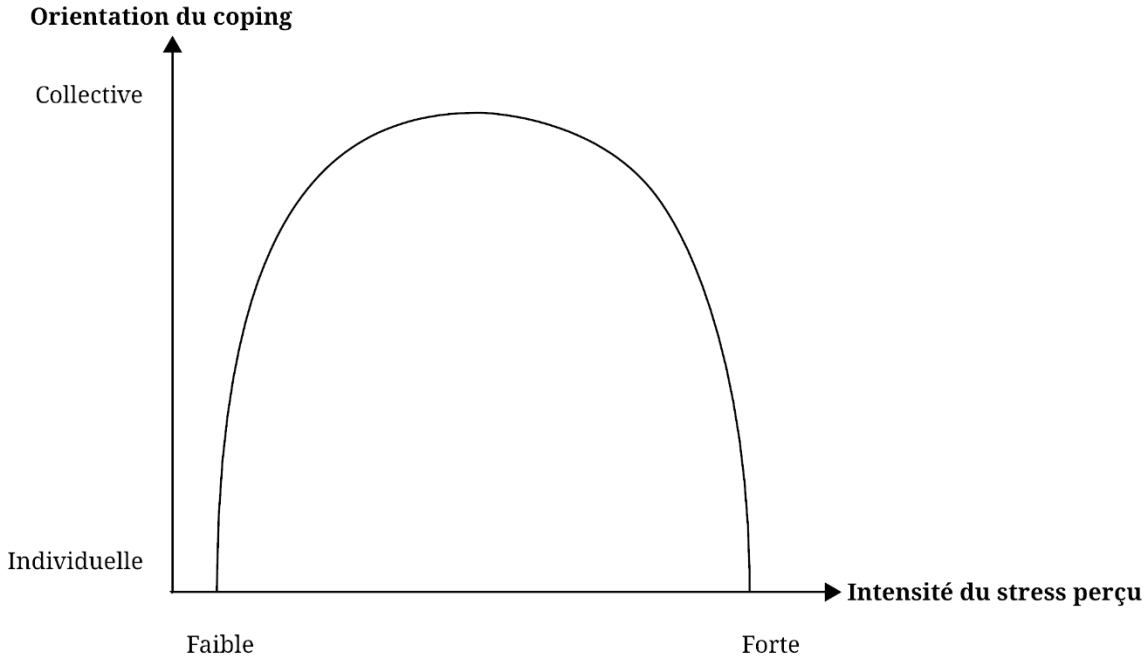


Figure 3. *La relation curvilinéaire entre intensité du stress perçu et l'orientation du coping*

Pour résumer ce point relatif à l'aspect dynamique du coping collectif, retenons qu'alors que Lyons (1998) proposait une vision orthogonale distinguant l'évaluation du stress (individuelle ou collective) et l'action entreprise (individuelle ou collective), le modèle MTCC d'Afifi et al. (2020) conçoit le coping davantage comme un continuum allant du coping individuel au coping collectif (Figure 4). De ce fait, selon Afifi et al. (2020), la gestion du stress peut osciller entre ces deux pôles en fonction de la nature et de l'intensité de la source de stress, ainsi que de la perception de contrôle des individus. Toujours selon le modèle MTCC (Afifi et al., 2020), les sources de stress peuvent ainsi être perçues selon différentes modalités « notre problème » et gérées de manière conjointe, en fonction de l'évaluation et de l'évolution de la

situation stressante. Bien que Lyons et al. (1998) proposaient une représentation schématique orthogonale pour distinguer les différentes modalités de coping, ils reconnaissent néanmoins que dans la réalité, les processus de coping intra- et interpersonnels ne sont pas aussi cloisonnés que ne le suggère leur schématisation.

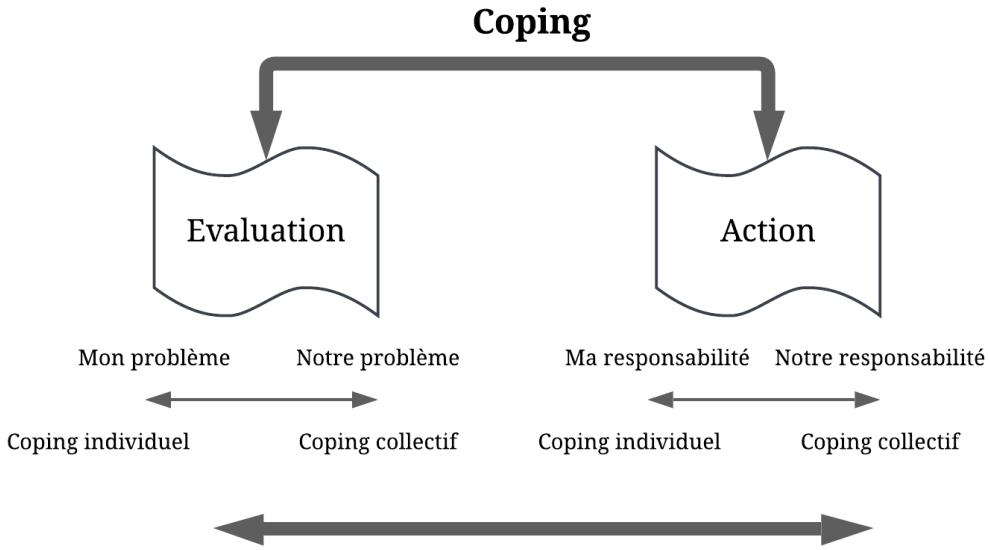


Figure 4. *Le continuum du coping selon la TMCC (Afifi et al., 2020)*

1.2.2 *Les facteurs influençant le coping collectif*

Le modèle MTCC (Afifi et al., 2020) met également en avant les facteurs psycho-sociaux qui influencent le processus de coping collectif, soit en facilitant, soit en entravant sa mise en œuvre (voir Figure 2).

a. Le rôle de la communication dans le processus de coping collectif

Lyons et al. (1998) avaient déjà souligné l'importance de la communication (verbale ou non verbale) dans le processus de coping collectif en expliquant qu'elle sert à partager les informations relatives à la situation de stress et à donner un sens commun à celle-ci. Le modèle MTCC (Afifi et al., 2020) approfondit cette idée en mettant en avant que le coping collectif est par essence un processus communicatif. La communication permet non seulement d'échanger des informations sur la source de stress, mais également de construire et de maintenir une vision partagée de la situation, facilitant ainsi sa perception comme un « problème commun » et l'organisation d'une réponse collective pour y faire face (Afifi et al., 2020, p. 427). En revanche, les normes de communication rigides limitent la mise en œuvre du coping collectif (Afifi et al., 2018). Selon Afifi et al. (2020), les deux dimensions du coping collectif (l'évaluation et l'action)

sont intrinsèquement liées à la communication. Cette dernière permet de coordonner les efforts et d'aider à l'ajustement mutuel du groupe en réponse aux situations de stress.

b. Rôle des facteurs psycho-sociaux et de la qualité des relations interpersonnelles dans le processus de coping collectif

La qualité des relations (e.g., confiance mutuelle, proximité, engagement, satisfaction) au sein du groupe jouent un rôle considérable sur la mise en place et l'efficacité du coping collectif (Afifi et al., 2020). Par exemple, dans des environnements sociaux caractérisés par un haut niveau de confiance mutuelle et de soutien émotionnel les individus sont plus enclins à partager leur stress et à le gérer de manière collective. Un niveau élevé de confiance mutuelle favorise une communication ouverte, honnête et efficace entre les membres, ce qui rend plus facile le partage d'informations, d'émotions et de stratégies pour faire face au stress. De plus, la proximité, l'engagement réciproque ou la satisfaction à l'égard des relations sont d'autres facteurs psycho-sociaux qui influencent directement le coping collectif (Afifi et al., 2020 ; Helgeson et al., 2018 ; Kim et al., 2022). A contrario, les conflits, le manque de confiance mutuelle limitent la mise en œuvre du coping collectif (Romo, 2015 ; Afifi et al., 2018).

Par ailleurs, le coping collectif dépend aussi de la culture du groupe. Des travaux ont ainsi étudié l'influence des dimensions culturelles, notamment l'opposition entre cultures collectivistes et individualistes, sur les stratégies de coping (Wlodarczyk et al., 2016). Les cultures collectivistes y sont définies comme celles qui accordent une importance « primordiale à la loyauté envers le groupe, aux devoirs, aux normes et aux relations sociales, et qui tendent à percevoir autrui comme faisant partie intégrante du soi. À l'inverse, dans les cultures plus individualistes, les individus valorisent l'unicité et privilégient les relations interpersonnelles choisies de manière volontaire » (Wlodarczyk et al., 2016, p. 330). Ces recherches montrent que les cultures collectivistes favorisent davantage les stratégies de coping collectif, dans la mesure où le partage des émotions et des responsabilités est socialement valorisé (Wlodarczyk et al., 2016). À l'inverse, dans les cultures individualistes, les individus peuvent être moins enclins à partager leurs difficultés avec autrui, préférant gérer les situations de stress de manière plus individuelle (Lyons et al., 1998; Wlodarczyk et al., 2016).

Enfin, le partage d'un sentiment d'identité partagée et d'expériences communes (Afifi et al., 2020 ; Kim et al., 2022) constitue un levier favorable à la mise en œuvre du coping collectif. Afifi et al. (2020) soulignent que « les personnes qui partagent des expériences et des identités similaires sont susceptibles d'être perçues comme des membres du groupe, pouvant ainsi être

incluses dans le processus de coping collectif » (p. 436), insistant sur le rôle de l'identification au groupe dans le processus de coping collectif.

Ainsi, la qualité des relations interpersonnelles, la culture du groupe, les expériences communes et un sentiment d'identité partagée encouragent les individus à percevoir les sources de stress comme partagées et à se sentir responsables collectivement de faire face à la situation de stress, renforçant ainsi leur orientation vers du coping collectif. La partie suivante vise à examiner l'efficacité et les conséquences potentielles du processus de coping collectif.

1.2.3 Conséquences et efficacité du coping collectif

Le MTCC (Afifi et al., 2020) prolonge le modèle proposé par Lyons et al., (1998) en soulignant plusieurs conséquences positives associées au coping collectif. En premier lieu, le coping collectif peut permettre de favoriser les comportements de santé. Dans le champ de la santé, s'engager des stratégies de coping collectif, par exemple partager des informations sur une maladie, accompagner un proche à un rendez-vous médical, discuter collectivement des effets de la maladie ou encore évaluer ensemble les risques, favorise l'engagement des familles face à des maladies chroniques. Le coping collectif permettrait une meilleure adhésion aux traitements, ainsi qu'un dépistage plus précoce dans le cas de maladies génétiques (e.g., Burke et al., 2022; Helgeson et al., 2017). En psychologie des catastrophes, notamment dans le contexte du COVID-19, le coping collectif a également été associé à une plus grande adoption de comportements préventifs (port du masque, distanciation sociale), dans une logique de protection collective (e.g., Kim et al., 2021).

En second lieu, le coping collectif peut permettre d'améliorer la perception de contrôle et diminuer la perception de menace. L'accès partagé à un ensemble plus large de ressources de coping permet de réduire l'incertitude perçue et d'augmenter le sentiment de contrôle face à une situation stressante (e.g., Afifi et al., 2006; Basinger, 2018; Koehly et al., 2008)

En troisième lieu, le coping collectif peut permettre d'améliorer la santé mentale et réduire l'anxiété. Dans des contextes de stress extrême (e.g., camps de réfugiés, catastrophes naturelles), le coping collectif contribue à atténuer les effets de l'incertitude et à préserver la santé mentale des personnes concernées (e.g., Afifi et al., 2012 ; 2018). Dans le cas de maladies chroniques, il permet également de réduire l'anxiété liée à la maladie et de diminuer le sentiment d'isolement (e.g., Koehly et al., 2008).

Enfin, le coping collectif peut permettre de renforcer la qualité des relations et favoriser la résilience. En contexte familial, l'adoption de stratégies collectives de coping (e.g., la

planification, la résolution de problème ou la gestion émotionnelle) face à des sources de stress telles qu'un divorce ou une maladie permet d'améliorer la qualité des relations, la cohésion et l'humeur des membres de la famille (e.g., Berg et al., 2008 ; Helgeson et al., 2017). Dans le cadre de traumatismes collectifs (e.g., catastrophes naturelles), la participation à des rituels collectifs ou à des formes d'expression émotionnelle partagée favorise également la résilience, le bien-être social et la qualité des interactions au sein du groupe (e.g., Wlodarczyk et al., 2016).

Ainsi selon ce modèle du MTCC (Afifi et al., 2020), les effets positifs du coping collectif s'expliquent notamment par le sentiment partagé que les individus ne sont pas seuls pour faire face aux situations de stress. Lorsque les membres d'un groupe échangent à propos des sources de stress qu'ils rencontrent, ils ne se contentent pas de verbaliser leurs expériences ou émotions : ils mettent également en commun leurs ressources et leurs pistes de solution. S'engager dans le coping collectif contribue à modifier la perception de la situation stressante, qui apparaît alors moins menaçante, notamment parce que la charge à supporter est distribuée entre plusieurs membres et les moyens d'y faire face (i.e., le panel de stratégies collectives) sont plus nombreux. Notons tout de même que si ces travaux rapportent des effets bénéfiques du coping collectif, ils n'explorent pas son efficacité en lien avec des fonctions spécifiques (e.g., la régulation émotionnelle interpersonnelle, la résolution collective du problème ou le désengagement collectif). Cette absence de différenciation limite notre compréhension des mécanismes précis à travers lesquels le coping collectif influence de manière positive l'adaptation des groupes face aux sources de stress qu'ils rencontrent.

Néanmoins, le coping collectif n'est pas exempt de limites, et ses effets ne sont pas systématiquement positifs. S'engager dans le coping collectif peut parfois exacerber certaines réactions négatives, un sentiment de pression à devoir participer au coping collectif ou encore un risque de contagion émotionnelle notamment lorsque les membres du groupes sont très proches (e.g., Afifi et al., 2015 ; Basinger et al., 2018). Dans certaines configurations, notamment au sein du groupe familial lorsque l'un des proche est malade, les stratégies de coping collectives de types partage d'informations liées au risque de cancer génétique, peuvent même renforcer les symptômes de somatisation (e.g., Koehly et al., 2008). Ces éléments rappellent que le coping collectif n'est pas toujours fonctionnel et peut produire des effets indésirables. Le modèle proposé par Afifi et al. (2020) rejoint ici Lyons et al. (1998), lorsqu'il proposait qu' il est « nécessaire de ne pas considérer le processus de coping collectif comme uniquement avantageux ou désavantageux, mais plutôt comme un mélange de bénéfices et de coûts » (p.595). Après avoir

présenté les conceptions théoriques du coping collectif, la partie suivante portera plus précisément sur l'application de ce modèle dans le contexte sportif.

Pour résumer

Des auteurs ont mis en évidence que les sources de stress affectent rarement une seule personne et qu'il est essentiel de prendre en compte l'environnement social dans lequel elle évolue pour saisir pleinement la complexité des mécanismes d'adaptation au stress (Lyons et al., 1998). C'est ainsi qu'a été développé le modèle du coping collectif (Lyons et al., 1998). Selon ce modèle, on parle de coping collectif lorsque la situation de stress est perçue comme étant « notre problème », qu'elle relève d'une responsabilité partagée, qu'elle fait l'objet d'échanges et que des actions collectives sont mises en œuvre pour y faire face. Cette conception a ensuite été enrichie par le modèle théorique étendu du coping collectif (MTCC) proposé par Afifi et al. (2020), qui offre une vision dynamique et contextuelle de ce construit. Dans ce modèle le coping est conçu davantage comme un continuum allant du coping individuel au coping collectif. Ce modèle met aussi en évidence que la gestion collective du stress est un processus évolutif, influencé par la nature de la source de stress (intensité, nature, chronicité, perception du contrôle) et par divers facteurs psycho-sociaux (qualité de la communication, relations interpersonnelles, contextes culturels). Enfin, le coping collectif constitue un processus mêlant bénéfices et coûts (Lyons et al., 1998), dans la mesure où le fait de s'y engager contribue notamment à renforcer le sentiment partagé de ne pas être seul face au stress. De ce fait, le coping collectif peut générer des effets positifs (e.g., amélioration des comportements de santé, perception accrue de contrôle, diminution du sentiment de menace, amélioration de la santé mentale et de la résilience), des avantages qu'il convient toutefois de pondérer à la lumière de ses effets potentiellement délétères (e.g., contagion émotionnelle négative, somatisation). Ainsi, comprendre ces facteurs et leurs interactions permet d'appréhender la complexité du coping collectif et de mieux cerner ses mécanismes de mise en œuvre.

2. Le coping collectif en contexte sportif : conceptualisation et contributions empiriques

La majorité des recherches en psychologie du sport s'est longtemps concentrée sur la gestion du stress de l'athlète en tant qu'individu, sans tenir compte du fait qu'en pratique, de nombreuses situations de stress se vivent en groupe et affectent simultanément plusieurs personnes (Eckardt & Tamminen, 2023; Staff et al., 2017). En considérant que les athlètes

n'évoluent pas dans un *vacuum social* (Staff et al., 2017 ; Tamminen & Gaudreau, 2014), il est apparu nécessaire d'élargir l'étude du coping au niveau collectif (Woodhead et al., 2024).

Cette partie s'attachera à présenter le coping collectif en contexte sportif. Il s'agira d'abord d'exposer comment ce concept a été défini et conceptualisé dans le champ de la psychologie du sport, avant de revenir sur les travaux portant sur les sources de stress partagées, les stratégies de coping collectif mises en œuvre pour y faire face, les facteurs susceptibles de faciliter ce processus, ainsi que les conséquences du coping collectif en sport.

2.1 Conceptualisation du coping collectif en contexte sportif

Il s'avère nécessaire de clarifier la manière dont le coping collectif s'opérationnalise dans les équipes sportives. Dans un chapitre théorique consacré entre autres au coping collectif, Tamminen et Gaudreau (2014) ont proposé de distinguer le « coping dans l'équipe » du « coping de l'équipe ». Le « coping dans l'équipe » renvoie à la somme des stratégies individuelles déployées pour faire face à une situation de stress, ainsi qu'à la manière dont ces stratégies impactent les autres membres du groupe, la performance ou la cohésion de l'équipe. Tandis que le « coping de l'équipe » renvoie à la manière dont l'équipe dans son ensemble fait face aux situations de stress partagées, autrement dit les perceptions des athlètes sur la façon dont eux-mêmes et leurs coéquipiers gèrent collectivement ces défis en tant qu'équipe. Le « coping de l'équipe » implique une congruence des perceptions individuelles dans la manière d'évaluer la situation (c'est-à-dire « notre problème ») et des actions de faire face (i.e., « notre responsabilité »). Cette manière de concevoir le coping fait écho à la définition du coping collectif proposé par Lyons et al. (1998).

A ce jour, les études ayant exploré le « coping de l'équipe » ont utilisé le modèle du coping collectif proposé par Lyons (1998) comme cadre théorique de référence (Eckardt & Tamminen, 2023). Bien qu'il ne soit pas encore possible de développer un modèle spécifique du coping collectif en sport, une lecture approfondie des différents travaux publiés à ce jour permet néanmoins de mieux cerner les mécanismes à l'œuvre lorsqu'il s'agit de comprendre ce processus en contexte sportif. La partie suivante présentera les contributions empiriques ayant permis d'approfondir la compréhension du coping collectif en contexte sportif.

2.2 Le processus de coping collectif en contexte sportif : contributions empiriques

Les études visant à mieux comprendre le processus de coping collectif en contexte sportif se développent depuis ces dix dernières années. En se basant sur la littérature existante, il est

possible de :(a) décrire les différentes sources de stress partagées, (b) identifier et classer les stratégies de coping collectives mises en place pour y faire face selon leur fonction respective, (c) identifier les facteurs facilitant la mise en place du coping collectif, et enfin, de (e) discuter de l'efficacité et des conséquences du coping collectif en sport.

2.2.1 Sources de stress partagées en sport

Investiguer le processus de coping collectif en sport demande tout d'abord de s'intéresser à la question des situations de stress partagées et de leur évaluation. Lors d'une étude exploratoire, Doron et Bourbousson (2017) ont mené des entretiens individuels d'auto-confrontation auprès de neuf joueurs de basket-ball d'une même équipe. Ce travail a permis de montrer qu'il existait entre les joueurs une synchronisation dans l'évaluation des situations de stress rencontrées en match. Ce premier travail ne permet pas encore de dire que les sources de stress rencontrées en match sont « notre problème, notre responsabilité » (Lyons et al., 1998), mais il montre que les athlètes perçoivent la même source de stress au même moment, ouvrant ainsi la voie aux travaux sur les sources de stress partagées. Par ailleurs, Neely et al. (2017) se sont intéressés au processus d'évaluation collective dans des familles confrontées à la non-sélection de leur enfant-athlète dans une équipe sportive (football, basketball, volleyball ou hockey sur glace). Les résultats de cette étude ont d'abord montré que les participants évaluaient la non-sélection de manière partagée, c'est-à-dire que les athlètes et leurs parents considéraient la source de stress comme étant « notre problème ». De plus, ils ont mis en lumière l'aspect dynamique du processus d'évaluation collective de la situation de stress. En effet, les résultats montrent que le partage de la responsabilité de faire face à la situation évoluait au cours du temps. Juste après la non-sélection, les parents assumaient seuls la responsabilité de protéger leur enfant (i.e., « notre problème », « ma responsabilité »). Par la suite, parents et enfants s'engageaient dans du coping collectif puisque la situation était alors perçue comme étant « notre problème », « notre responsabilité ». Enfin, quelques semaines après la non-sélection, les jeunes athlètes s'engageaient dans un processus de coping individuel en prenant seul la responsabilité de faire face à celle-ci (c'est-à-dire « mon problème », « ma responsabilité »). Cette étude met ainsi en évidence l'existence d'un processus d'évaluation collective dynamique et propose une première caractérisation de la notion de « notre problème/notre responsabilité », considérée comme un prérequis essentiel à l'émergence du coping collectif (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). Par ailleurs, ce passage progressif du coping individuel des parents au coping collectif, puis au coping individuel de l'athlète, illustre également le continuum décrit par Afifi et al. (2020), où le coping collectif peut émerger, se renforcer ou se déliter au cours du temps.

En s'appuyant sur une approche qualitative, les travaux de Leprince et al. (2018) ont permis d'identifier les principales sources de stress partagées rencontrées par les athlètes en compétition. À travers une série d'entretiens semi-directifs menés auprès d'athlètes de sports collectifs, leurs résultats ont permis de distinguer quatre catégories de sources de stress partagées:

(1) *Les pressions sociales :* cette catégorie englobe les sources de stress associées à la pression que l'environnement social de l'équipe peut générer. Elle regroupe des sources de stress telles que des comportements irritants d'un entraîneur, un arbitre qui commet des erreurs, un adversaire qui provoque. Cette catégorie est aussi relative aux sources de stress partagées issues des attentes de résultats communiquées par les médias, les spectateurs, les dirigeants ou la famille

(2) *Les problèmes relationnels avec les coéquipiers :* cette catégorie comprend les sources de stress associées aux comportements négatifs des coéquipiers (répétition d'erreurs, manque d'engagement, arrogance) et aux interactions sociales négatives entre les coéquipiers. Ces interactions peuvent être verbales (reproches, communication négative) ou non verbales (comportement agressif, manifestations physiques de désapprobation);

(3) *Les problèmes de performance de l'équipe* : cette catégorie englobe les sources de stress associées au niveau de performance de l'équipe. Elle comprend les sources de stress liées à la faible contrôlabilité de la situation et du score, à la domination des adversaires et à la diminution de la perception de l'efficacité de l'équipe et

(4) *Les problèmes logistiques et organisationnels :* cette catégorie regroupe les sources de stress associées aux aspects organisationnels des compétitions, tels que les déplacements de l'équipe ou la logistique des équipements.

Cette étude a ainsi permis de mieux cerner les sources de stress de l'équipe, ce qui contribue à une première caractérisation des situations susceptibles de favoriser le recours à une gestion collective du stress. Elle présente cependant une limite méthodologique importante : l'absence de mesure du caractère réellement partagé de ces sources de stress. L'analyse repose en effet uniquement sur le point de vue individuel d'un seul athlète dans l'équipe, ce qui ne permet pas de déterminer dans quelle mesure ces sources de stress sont perçues collectivement par l'ensemble du groupe.

À la lecture de ces travaux, il apparaît pertinent d'élargir l'étude des sources de stress de l'équipe à d'autres contextes que celui de la compétition sportive. Si les recherches ont jusqu'à ce jour permis de mieux comprendre les sources de stress vécues collectivement au sein des équipes, elles laissent en partie de côté des situations plus durables ou structurelles, qui peuvent

également générer des sources de stress au niveau collectif. Dans un récent chapitre, Tamminen et Cai (2024) proposent qu'en cas de réponse dysfonctionnelle, une source de stress peut devenir une crise. Les auteurs de ce chapitre proposent de considérer des situations de crises qui varient autant par leur intensité que par leur temporalité : certaines crises peuvent survenir sur quelques heures ou semaines (e.g., un enchaînement de contre-performances), tandis que d'autres s'étendent sur plusieurs mois, voire plusieurs années (e.g., la pandémie de COVID-19 ou les violences sexistes et sexuelles dans le milieu sportif) (Voir Figure 5). Parmi ces situations à long terme et intenses, on retrouve notamment des crises systémiques, c'est-à-dire des bouleversements majeurs touchant de larges pans de la société (e.g., pandémies, enjeux climatiques, problématiques de violences institutionnelles) et qui affectent en profondeur le fonctionnement du système sportif. Alors que les travaux existants sur le coping collectif permettent notamment de catégoriser les différentes sources de stress partagées en contexte sportif (e.g., une non-sélection, une défaite, une décision arbitrale, l'organisation d'un déplacement), ces recherches ne couvrent pas certaines situations de stress, entre autres, celles dont l'ampleur peut être inédite dans le vécu des équipes sportives (e.g., une pandémie). Pour reprendre la classification proposée par Tamminen et Cai (2024), les études menées jusqu'à ce jour se sont donc essentiellement concentrées sur des situations de crises individuelles ou d'équipes, tandis que les situations de crises systémiques souffrent d'un manque de recherche. Pour autant, les athlètes sont régulièrement confrontés à des crises systémiques telles que celles liées aux violences psychologiques, sexistes et sexuelles (e.g., Constandt et al., 2024; Fisher & Anders, 2020; Pankowiak et al., 2023), aux effets de l'anthropocène (e.g., Kellison et al., 2023; Orr, 2020; Watts et al., 2019) ou encore aux risques de pandémies (e.g., Evans et al., 2020; Samuel et al., 2020; Stambulova et al., 2022; Timpka, 2020).

À titre d'illustration, la pandémie de COVID-19, déclarée pandémie par l'Organisation Mondiale de la Santé le 11 mars 2020 (Jebril, 2020), a radicalement transformé l'organisation du sport en raison des mesures de santé publique destinées à limiter la propagation du virus (Evans et al., 2020 ; Samuel et al., 2020 ; Timpka, 2020). Décrite comme une « période transitoire de crise » (Schinke et al., 2020, p. 410), elle a eu des répercussions importantes sur le développement de la carrière des athlètes (Stambulova et al., 2022b) ainsi que sur leur santé psychologique (Jia et al., 2022 ; Schinke et al., 2020 ; Shukla et al., 2023). Examiner ce type de crises au prisme du coping collectif permettrait de mieux comprendre comment elles sollicitent les ressources d'adaptation au niveau collectif ce qui enrichirait nos connaissances au-delà des seules situations de stress à court terme étudiées jusqu'à présent.

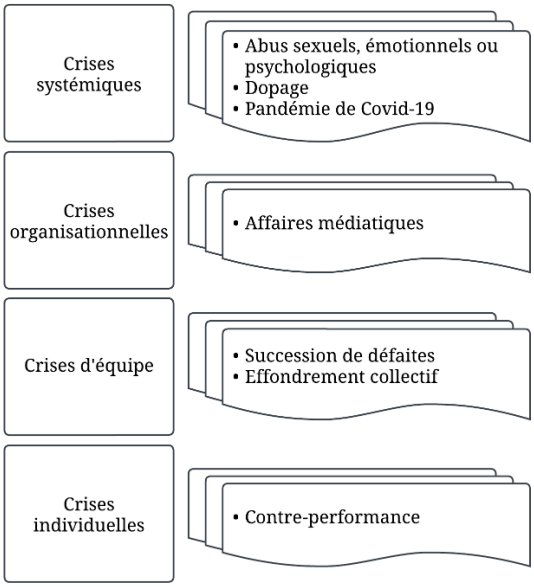


Figure 5. *Les différentes crises selon Tamminen et Cai (2024)*

2.2.2 Stratégies de coping collectif en sport

Après avoir présenté les différents travaux relatifs aux sources de stress partagées, cette partie a pour objectif de faire un état des lieux des recherches ayant porté sur la dimension « action » du coping collectif, c'est-à-dire les stratégies de coping collectives utilisées en contexte sportif. Les travaux de Leprince et al. (2018) ont permis d'identifier et de classifier les stratégies de coping collectives en utilisant à la fois une « approche micro-analytique » et une « approche macro-analytique » (Crocker et al., 2015). Tout d'abord, les autrices de cette étude, ont adopté une « approche micro-analytique » qui consiste à identifier les types spécifiques de stratégies de coping collectives. Dans un premier temps, les autrices ont mené une analyse thématique inductive des verbatim d'entretiens individuels, afin d'identifier des unités de sens correspondant à des stratégies de coping collectives. Ce codage a permis d'identifier cent vingt-neuf stratégies de coping collectives, ensuite regroupées en 13 catégories, sur la base de la similarité de contenu et de fonction apparente nommées : analyse et planification d'actions, partage d'informations, reconcentration, retour aux fondamentaux, déploiement d'efforts, soutien motivationnel, compensation, *social joining*[1], régulation émotionnelle interpersonnelle, réassurance, dédramatisation, désengagement face à la tâche et expression des émotions négatives. Les autrices ont ensuite adopté une « approche macro-analytique » afin de regrouper

[1] Le terme *social joining* n'ayant pas été traduit dans la thèse de Chloé Leprince, nous avons choisi de le conserver dans sa forme originale. Il désigne un comportement de rassemblement physique entre membres d'un groupe (comme s'asseoir ensemble, se regrouper, partager un espace).

les stratégies de coping collectives qui répondent aux mêmes fonctions. Elles ont ainsi identifié quatre dimensions de stratégies de coping collectives : (1) **la résolution collective du problème**: regroupe des stratégies visant à mettre en place des actions collectives pour faire face à la situation de stress (e.g., analyse et planification de l'action, partage d'informations, re-concentration, déploiement des efforts et retour aux fondamentaux) ; (2) **la régulation collective des émotions** regroupe des stratégies visant à gérer, réduire ou supprimer les émotions induites par la situation de stress (e.g., régulation émotionnelle interpersonnelle, réassurance et dédramatisation) ; (3) **le désengagement collectif de l'objectif** regroupe des stratégies visant à diminuer ou cesser les efforts nécessaires à l'atteinte de l'objectif collectif (e.g., désengagement et expression des émotions négatives) ; et (4) **la régulation des relations** regroupe des stratégies visant à réguler et maintenir la qualité des relations entre les membres de l'équipe lors d'une situation de stress (e.g., soutien motivationnel, compensation et *social joining*).

Bien que ces travaux pionniers dans le champ du sport aient constitué une avancée significative dans la compréhension du coping collectif, la méthodologie employée, des entretiens individuels menés auprès d'un seul membre par équipe sportive, soulève une limite conceptuelle majeure. Pour rappel, le coping collectif repose sur deux dimensions continues : (a) l'évaluation, qui concerne la perception de la situation de stress comme un problème individuel ou partagé (mon vs. notre problème), et (b) l'action qui désigne l'engagement dans des comportements individuels ou collectifs pour y faire face (ma vs. notre responsabilité) (Afifi et al., 2020 ; Lyons et al., 1998). Pour qu'un processus de coping collectif s'enclenche, la source de stress doit être perçue comme un problème partagé, marquant un certain degré de responsabilité collective dans l'évaluation cognitive de la situation. Le rôle de l'évaluation est donc central dans la conceptualisation du coping collectif (Basinger, 2018). Toutefois, les recherches empiriques menées en contexte sportif restent limitées et laissent en suspens plusieurs défis conceptuels, notamment sur la question de l'évaluation collective et la nature partagées des stratégies collectives mises en place.

En effet, les études existantes sur le coping collectif ont le plus souvent mobilisé une approche interpersonnelle, en recueillant séparément les perspectives de plusieurs membres d'une équipe, mais en se limitant à un traitement individuel des données (e.g., Leprince et al., 2018 ; Pété et al., 2021). Autrement dit, les auteurs ont saisi uniquement des points de vue individuels sur un processus fondamentalement collectif, sans chercher à évaluer de manière explicite si ces points de vue convergeaient. Or, s'appuyer exclusivement sur des récits individuels empêche de saisir pleinement le degré de congruence ou de divergence dans

l'évaluation d'une situation stressante au sein d'un groupe et donc, de vérifier si cette situation est véritablement perçue comme un problème partagé plutôt qu'un problème individuel (Badr, 2004; Wolf, 2015). Plus précisément, Wolf (2015) montre dans le cadre d'une étude que lorsqu'un seul membre d'un groupe familial confronté à la maladie grave est interrogé, celui-ci peut qualifier la situation de coping collectif, en affirmant par exemple que la maladie est « notre problème – notre responsabilité ». Toutefois, en croisant ces propos avec ceux d'autres membres de la famille, l'auteur met en évidence qu'il ne s'agissait pas d'un véritable processus de coping collectif, mais plutôt d'une forme de soutien social, où la maladie restait perçue comme « ton problème – notre responsabilité ». Cette distinction souligne l'importance d'adopter une approche collective, en interrogeant l'ensemble des membres concernés, afin de ne pas surestimer le caractère partagé du stress et des réponses apportées.

Or, les recherches existantes à ce jour dans le champ du sport n'ont pas systématiquement vérifié si l'ensemble des membres du groupe percevaient la source de stress comme une responsabilité collective et si les stratégies déployées relevaient réellement du coping collectif. Pourtant, cette reconnaissance partagée, cette congruence est un prérequis au coping collectif (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014). Cela renvoie à une distinction essentielle soulignée par Tamminen et Gaudreau (2014) entre le « coping dans l'équipe », c'est-à-dire des stratégies individuelles déployées dans un contexte collectif, et le « coping de l'équipe », qui renvoie lui à un processus réellement collectif, émergeant au niveau du groupe. Ne pas prendre en compte cette distinction revient à étudier le coping collectif sans en interroger la nature véritablement partagée.

Pour surmonter cette limite, plusieurs pistes méthodologiques peuvent être envisagées. Il est par exemple possible d'interroger l'ensemble des membres d'un groupe en leur demandant d'évaluer l'implication de chacun de leurs pairs dans le processus de coping collectif. Ce type d'approche est notamment rendu possible grâce aux méthodologies issues de l'analyse des réseaux sociaux, qui permettent de saisir les dynamiques relationnelles entre l'ensemble des membres d'une équipe, tout en adoptant un niveau d'analyse véritablement collectif. (Beauguitte, 2016 ; Borgatti et al., 2009 ; Wäsche et al., 2017). Il est aussi possible de recueillir quantitativement les évaluations individuelles de tous les membres d'une même équipe à propos d'une même source de stress, puis d'analyser la convergence ou divergence de leurs évaluations pour identifier la présence (ou l'absence) d'un processus collectif. Une autre piste complémentaire consisterait à utiliser des méthodes collectives de recueil de données, telles que les focus-groupes, permettant de faire émerger une parole construite collectivement. Cette

approche permettrait alors de prendre en compte une perspective construite collectivement, et non simplement un agrégat de points de vue individuels (Tamminen & Gaudreau, 2014). Ainsi, la mobilisation de méthodes mixtes avec des analyses quantitatives visant à mesurer le niveau de congruence ou de perception partagée combinées à des analyses qualitatives pourrait offrir une compréhension riche du processus de coping collectif. En somme, dépasser une lecture strictement individuelle des récits permettrait de mieux comprendre dans quelles conditions un coping devient réellement collectif, et de clarifier le passage du coping « dans » l'équipe à un coping « de » l'équipe (Tamminen et Gaudreau., 2014).

Les travaux de Neely et al. (2017) ont également montré que lorsque les parents et leur enfant-athlète considéraient que la non-sélection était « notre problème, notre responsabilité », alors ils engageaient des stratégies de coping collectif orientées vers la rationalisation de la situation (e.g., comprendre et discuter la décision de non-sélection prise par l'entraîneur) et vers la restructuration cognitive positive (e.g., voir les côtés positifs de cette non-sélection telles l'expérience et la résilience). Toujours sur le thème de la non-sélection comme source de stress partagée, Milne et Neely (2022) ont montré que les danseuses ont perçu la non-sélection à un casting comme un facteur de stress partagé qu'elles devaient essayer de gérer ensemble en déployant des stratégies de coping collectives au sein de la communauté de la danse. Ces stratégies consistaient à partager l'expérience vécue avec d'autres danseuses, dans le but d'extérioriser collectivement les émotions négatives et de se rassurer mutuellement sur le fait qu'elles n'étaient pas seules à traverser cette épreuve.

Bien que ces travaux (Leprince et al., 2018 ; Milne & Neely, 2022 ; Neely et al., 2017) aient permis des avancées notables dans l'identification des stratégies de coping collectives des limites subsistent quant à l'identification de stratégies collectives mobilisées dans des contextes spécifiques (e.g., crises systémiques). Comme le proposent Tamminen et Cai (2024), il serait pertinent d'identifier et d'analyser les stratégies de coping collectif selon l'ampleur, la temporalité et l'intensité des situations. Par exemple, ces autrices proposent qu'il semblerait légitime de penser que les stratégies qu'une équipe adopte pour faire face à une source de stress ponctuelle diffèrent sensiblement de celles mobilisées par des instances dirigeantes ou des équipes confrontées à une crise mondiale, telle que la pandémie de COVID-19. Considérer ces situations à l'aune de leur durée, de leur intensité ou de leur gravité offre ainsi un cadre pertinent pour explorer la diversité des réponses collectives de coping possibles. En effet, comme souligné par Afifi et al. (2020), il est important de prendre en compte les caractéristiques contextuelles pour investiguer l'émergence et la nature des réponses collectives aux sources de stress. Or, en

se référant à la classification proposée par Tamminen et Cai (2024), on constate que les recherches actuelles sur le coping collectif se sont principalement centrées sur des situations de crise individuelle ou d'équipe, tandis que les stratégies de coping collectif mises en œuvre face à des crises systémiques restent encore inexplorées en contexte sportif.

Une seconde limite apparait au sujet de l'étude des stratégies de coping collectif. Il serait intéressant de mieux comprendre leur mise en œuvre, leur complexité, leur diversité, même lorsqu'elles sont déployées pour répondre à une même source de stress. Certes, les travaux de Neely et al. (2021) montrent déjà comment une variété de stratégies peut être mobilisée sur des périodes allant de quelques jours à plusieurs semaines après la confrontation à une source de stress. De même, l'étude de Leprince et al. (2018) a permis une première classification des stratégies de coping collectives utilisées en contexte sportif. Toutefois, ces approches restent majoritairement centrées sur des descriptions générales de stratégies, sans toujours considérer la manière dont elles émergent, se mettent en place dans le feu de l'action collective. Dans cette perspective, une approche plus microscopique et en contexte écologique mériterait d'être adoptée (Eckardt & Tamminen, 2023). Il s'agirait, par exemple, d'examiner à l'échelle d'un match, voire d'une séquence de jeu, comment les membres d'une équipe ajustent leurs stratégies collectives face aux exigences du contexte. Une telle approche permettrait de mieux comprendre comment les stratégies de coping collectif émergent au cours de l'action collective et ce en lien avec des événements stressants du match. En somme, cette perspective plus fine offrirait des clés pour comprendre non seulement quelles stratégies sont mobilisées, mais aussi comment et pourquoi elles le sont à un moment donné, au sein d'un collectif en action.

Troisièmement, une autre limite concerne la manière dont les athlètes sont interrogés sur leurs stratégies de coping collectif. Dans les études antérieures (e.g., Leprince et al., 2018) , les données ont été recueillies à travers des entretiens individuels menés auprès d'un seul membre par équipe, sans que les stratégies évoquées soient nécessairement rattachées à une situation de stress précise, vécue en contexte de compétition. Cette approche tend à produire des discours décontextualisés, centrés sur des représentations générales du fonctionnement collectif, sans permettre d'identifier comment le coping collectif s'organise concrètement dans des épisodes spécifiques de situations de stress. Dans cette perspective, il serait intéressant, comme certains auteurs suggèrent d'aller sur le terrain, au plus près des situations de stress rencontrées, afin de recueillir des données plus ancrées dans la réalité de la compétition et du quotidien des athlètes (Crocker et al., 2015 ; Eckardt & Tamminen, 2023 ; Tamminen & Gaudreau, 2014 ; Tamminen & Neely, 2021). Dans ce sens, l'observation in situ, l'utilisation de rappel vidéo de situations

vécues, ou encore l'emploi de méthodes mixtes permettraient d'aborder le coping collectif de façon plus contextualisée tel qu'il se déploie au sein des équipes sportives (Eckardt & Tamminen, 2023 ; Tamminen & Gaudreau, 2014 ; Tamminen & Neely, 2021). Si ces approches ne permettent pas toujours d'éviter le biais rétrospectif, elles augmentent toutefois la validité écologique des données recueillies, en replaçant le coping collectif dans les situations concrètes. Afin de limiter ce biais, il serait par exemple intéressant de chercher à réduire au maximum le délai entre l'événement stressant et la collecte de données, de manière à préserver la fidélité des récits au plus près de l'action.

Pour terminer cette revue des travaux sur les stratégies de coping collectif, soulignons que des travaux ont permis de développer et de valider un outil de mesure des stratégies de coping collectives en sport (Leprince et al., 2019; Pété, Chanal, et al., 2023). Alors qu'il existe de nombreux questionnaires pour évaluer le coping individuel en sport (e.g., l'Athletic Coping Skills Inventory-28 [ACSI-28 ; Smith, Schultz, Smoll, & Ptacek, 1995], le Modified COPE [MCOPE ; Crocker & Graham, 1995], le Coping Style in Sport Survey [CSSS ; Anshel, William, & Williams, 2000] ou encore l'Inventaire des Stratégies de Coping en Compétition Sportive [ISCCS ; Gaudreau & Blondin, 2002]), un seul outil est disponible pour mesurer le coping collectif en contexte compétitif : le *Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports* (CCSICTS ; Leprince et al., 2019). Plus récemment, Pété et al. (2023) ont poursuivi le processus de validation de cet outil, aboutissant à une version révisée (CCSICTS-R) validée à la fois au niveau individuel et au niveau de l'équipe. Ce questionnaire représente une réelle avancée puisqu'il permet de situer les analyses au niveau de l'équipe. Le CCSICTS-R constitue ainsi un outil pertinent pour les chercheurs et les professionnels du sport (e.g., entraîneurs, psychologues), en permettant de mesurer de manière rigoureuse les différentes dimensions et stratégies du coping collectif dans des contextes sportifs.

Pour résumer, si ces travaux (Leprince et al., 2018 ; Milne & Neely, 2022 ; Neely et al., 2017) ont permis des avancées notables dans l'identification des stratégies de coping collectif et dans leur mesure (Leprince et al., 2019 ; Pété, Chanal, et al., 2023), certaines limites ressortent. Celles-ci concernent notamment : (1) l'identification des stratégies de coping collectif mobilisées dans des contextes spécifiques, (2) la compréhension des conditions dans lesquelles elles sont mises en œuvre au sein d'un collectif en action, et (3) les approches conceptuelles et méthodologiques utilisées. À la lecture de ces limites, il semblerait donc pertinent d'aller investiguer au plus près du terrain différents contextes de stress (de la source de stress vécue en match à la crise systémique) et d'employer des méthodes (e.g., qualitatives) pour chercher à

comprendre comment le processus de coping collectif se met en place. En outre, des limites conceptuelles et méthodologiques persistent quant au caractère réellement partagé des stratégies mobilisées (et des sources de stress). En effet, le fait de questionner les individus de manière isolée ne permet pas de s'assurer que les réponses recueillies relèvent véritablement d'un processus partagé à l'échelle du groupe, ce qui fragilise l'interprétation du coping comme phénomène collectif. Il serait donc pertinent de concevoir des études et de déployer des méthodes qui permettent de s'assurer de cet aspect collectif et partagé (e.g., analyse de réseaux sociaux, traitement des données au niveau collectif, focus groupes).

Ces limites constituent autant d'enjeux pour approfondir la compréhension du coping collectif, et soulignent notamment la nécessité d'identifier les facteurs qui en facilitent ou freinent l'émergence. C'est dans cette perspective que s'inscrit la partie suivante, en s'intéressant plus particulièrement aux facteurs influençant la mise en place du coping collectif en sport.

2.2.3 Facteurs influençant la mise en place du coping collectif en sport

Après avoir mis en évidence le caractère partagé de certaines situations de stress en contexte sportif ainsi que les stratégies collectives déployées pour y faire face, il apparait important d'examiner les facteurs susceptibles de faciliter ou d'entraver la mise en œuvre du coping collectif. Une revue de littérature récente (Woodhead et al., 2024) propose une distinction entre facilitateurs et modérateurs du coping interpersonnel. Les facilitateurs désignent des conditions initiales ou des caractéristiques du contexte qui « préparent le terrain » pour l'émergence du coping collectif tandis que les modérateurs affectent la force ou la direction de cette relation, c'est-à-dire la manière dont ces conditions débouchent (ou non) sur la mise en œuvre de stratégies de coping collectif. Ensemble, ces éléments peuvent être considérés comme des antécédents du coping collectif, car ils précèdent et influencent son apparition.

Bien que le TMCC souligne que le coping collectif dépend de facteurs contextuels et relationnels (Afifi et al., 2020), les travaux dans le champ du sport ayant mis en évidences ces facteurs sont rares. Cependant, notons tout de même que les premiers travaux disponibles permettent d'identifier certains facteurs essentiels à la mise en œuvre du coping collectif. Par exemple, la communication apparaît comme un élément central tant son absence peut limiter la mise en place ou l'adhésion au processus de coping collectif (Neely et al., 2017 ; Tamminen et al., 2016), ou au contraire si elle est présente, contribuer activement à l'élaboration de stratégies de coping collectives via un échange continu d'informations (Leprince et al., 2018 ; Tamminen et al., 2016). Cela confirme l'importance donnée à la communication dans le processus de coping

collectif telle que envisagée dans les modèles théoriques du coping collectif (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998).

Par ailleurs, en ce qui concerne les éléments qui peuvent influencer la mise en œuvre du coping collectif, Tamminen et al. (2016) ont montré, dans une étude portant sur les émotions d'athlètes universitaires canadiens, que l'expérience d'émotions collectives jouait un rôle dans le processus de coping collectif. Les auteurs expliquent que les émotions collectives, en tant que « phénomène social », remplissent différentes fonctions, dont certaines sont essentielles dans le processus de coping collectif (p. 13). En effet, les résultats montrent que les émotions collectives ont des fonctions dites affiliatives, c'est-à-dire qu'elles permettent de tisser des liens forts entre les membres du groupe et de développer une identité sociale partagée. Les auteurs ont aussi mis en évidence que les leaders, par leurs normes implicites ou explicites (e.g., interdire de sourire après une défaite), façonnent les émotions collectives. Ces observations illustrent l'impact des leaders sur les émotions collectives, mais aussi leur rôle potentiel dans la promotion du coping collectif. En effet, les émotions collectives ne sont pas de simples agrégats d'états émotionnels individuels ; elles sont construites socialement, influencées par des normes de groupe, des hiérarchies et des comportements d'influence notamment de la part des leaders. Ainsi, en tant que phénomène social, les émotions collectives seraient « essentielles » dans le processus de coping collectif (Tamminen et al., 2016, p. 13). Elles permettraient aux athlètes de considérer les sources de stress rencontrées comme étant des sources de stress partagées et d'améliorer la perception de pouvoir faire face en tant qu'équipe. Les auteurs précisent que l'association entre l'expérience d'émotions collectives et le coping collectif est réciproque. En effet, les athlètes percevaient que l'adaptation à des sources de stress partagés contribuait à des expériences émotionnelles collectives et, par la suite, à des liens sociaux plus forts avec leurs coéquipiers.

Enfin, l'étude de Pété et al. (2022) sur les profils de coping des athlètes pendant le premier confinement suggère que dans le contexte de pandémie, les athlètes ayant un profil engagé (i.e., niveaux élevés de restructuration cognitive et de résolution de problème, niveaux modérés de distraction), ou un profil actif et social (i.e., niveaux élevés de restructuration cognitive, de résolution de problème, et de distraction, niveaux modérées de recherche de soutien) ont une propension plus grande à s'orienter vers des stratégies de coping interpersonnelles pour faire face cette situation inédite. Bien que ces résultats ne permettent pas d'établir un lien de causalité, ils soulèvent l'hypothèse que la manière dont les athlètes font face au stress sur le plan individuel pourrait influencer leur propension à s'engager dans du coping collectif. Ces profils pourraient donc être envisagés en complément des antécédents psycho-sociaux évoqués précédemment.

En résumé, si certains travaux ont permis d'identifier des facteurs susceptibles de faciliter ou d'influencer le coping collectif, tels que la communication, les émotions collectives ou encore certains profils individuels de coping, les connaissances sur les antécédents du coping collectif demeurent encore partielles en contexte sportif. La littérature peine encore à proposer un panorama complet de ces antécédents, à clarifier leur statut (facilitateur ou modérateur), et à saisir les conditions dans lesquelles ces facteurs contribuent, ou non, à l'émergence du coping collectif. Cette limite constitue un point d'ancrage essentiel pour les recherches futures.

Cette première limite est d'autant plus manifeste que des travaux menés sur le coping dyadique permettent au contraire d'identifier les facteurs favorables à la mise en œuvre de ce processus. Parmi les facilitateurs les plus fréquemment rapportés dans ces contextes figurent la qualité de la relation (e.g., proximité, engagement mutuel, perçue dans les rôles ou les réactions) (Braun & Tamminen, 2019 ; Neely et al., 2017 ; Nicholls & Perry, 2016 ; Staff et al., 2017), et la communication ouverte et régulière (Jowett & Cramer, 2009 ; Staff et al., 2020). D'autres travaux soulignent l'importance du soutien social (Williams et al., 2013 ; Potts et al., 2019), du partage des responsabilités (Didymus, 2017), et des valeurs culturelles communes (Friesen et al., 2013). Parmi les modérateurs recensés toujours dans le coping dyadique notons :la capacité à reconnaître et réguler ses propres émotions ainsi que celles des autres (Friesen et al., 2013) ainsi que le rôle des coachs dans la facilitation ou l'inhibition du processus de coping (Didymus, 2017).

Cette asymétrie dans la littérature constitue une véritable limite, car il serait insuffisant, voire réducteur, de simplement transposer les conclusions issues du coping dyadique au coping collectif. En effet, le passage à une échelle collective introduit des dynamiques supplémentaires propres aux groupes (e.g., les hiérarchies informelles, les normes collectives, les processus d'identification social, le leadership), qui pourraient influencer le processus de coping collectif (Staff et al., 2017 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Parmi les facteurs susceptibles de jouer un rôle déterminant, le leadership a été théoriquement mis en avant par Tamminen et Gaudreau (2014). Ils avancent que le coping collectif peut être « initié ou soutenu par les leaders en fonction de la structure hiérarchique du groupe » (p. 231). Cette hypothèse demeure toutefois peu étayée empiriquement, alors qu'elle ferait écho aux propos de Lyons et al. (1998) indiquant que tous les individus ne jouent pas nécessairement un « rôle égal dans le processus de coping collectif » (p. 585). Dès lors, le leadership apparaît comme un des leviers à investiguer pour mieux comprendre comment les équipes sportives développent et orchestrent leurs stratégies de coping collectives face aux défis rencontrés.

La seconde limite concerne cette fois le niveau conceptuel de l'étude des antécédents du coping collectif. En effet, si ce dernier est défini comme un processus social (Lyons et al., 1998), impliquant l'influence mutuelle des membres d'un groupe, la plupart des recherches actuelles n'ont pas réellement cherché à comprendre comment les différents acteurs interagissent et se co-influencent dans la mise en place du coping collectif. Pourtant, l'environnement social joue un rôle déterminant dans la manière dont les athlètes perçoivent et gèrent ensemble les situations de stress (Staff et al., 2017 ; Tamminen & Gaudreau, 2014 ; Tamminen & Neely, 2021). Pour dépasser cette limite, il serait pertinent de repenser les objectifs des futures recherches en visant à identifier les rôles sociaux et les interactions concrètes qui sous-tendent la co-construction du coping collectif au sein d'une équipe. Dans cette optique, Tamminen et Neely (2021) suggèrent d'avoir recours à des méthodes comme l'analyse des réseaux sociaux (*Social Network Analysis* ; Borgatti et al., 2009 ; Clemente et al., 2016), afin d'examiner les structures relationnelles qui facilitent ou freinent ce processus. Comprendre si, et comment, certaines relations sociales influencent la mise en œuvre du coping collectif, permettrait de mieux saisir les dynamiques sociales à l'œuvre dans l'émergence du coping collectif, et représenterait une avancée significative dans la compréhension fine de ce phénomène.

En définitive, l'étude des antécédents du coping collectif se révèle cruciale pour mieux appréhender les mécanismes à l'œuvre dans le processus de coping collectif en contexte sportif. Il semble notamment important de centrer notre attention sur la manière dont les dynamiques interpersonnelles (notamment de leadership) peuvent faciliter ou orienter le processus de coping collectif au sein des équipes sportives (Crocker et al., 2015 ; Eckardt & Tamminen, 2023 ; Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Après avoir passé en revue, les travaux sur les antécédents du coping collectif, la prochaine partie s'attachera à faire état des travaux ayant cherché à identifier les conséquences et l'efficacité du processus de coping collectif.

2.2.4 Conséquences et efficacité du coping collectif en sport

Dans le champ de la psychologie du sport, l'une des questions centrales demeure celle des retombées concrètes des mécanismes psychosociaux sur la performance et le fonctionnement collectif des équipes. En effet, alors que la performance est au cœur de toutes les attentions dans le domaine sportif (Weinberg & Gould, 2024), et bien que les conséquences du coping collectif en sport est supposé théoriquement (Lyons et al., 1998), ses conséquences sur la performance en contexte sportif restent encore peu étudiées empiriquement.

Les premières recherches menées dans ce domaine ont principalement mis en évidence des effets positifs sur la qualité des relations. C'est notamment le cas des travaux de Tamminen

et al. (2016), qui ont montré que, chez des athlètes universitaires, le fait de faire face collectivement à une situation de stress renforçait la confiance entre les membres de l'équipe. Ces résultats sont confirmés dans le contexte de la non-sélection de jeunes athlètes, où Neely et al. (2017) ont observé que le recours à des stratégies de coping collectives telles que la rationalisation et la restructuration cognitive positive contribuait à renforcer les liens affectifs au sein des familles. Par ailleurs, cette étude suggère que ces stratégies collectives, en particulier la restructuration cognitive positive, peuvent également favoriser une relecture de la non-sélection comme une opportunité de développement personnel.

Du point de vue de la performance, les données empiriques sont encore plus rares. À ce jour, seule l'étude de Pété, Goisbault et al. (2023), menée auprès d'une équipe de nageuses artistiques en préparation pour les Jeux Olympiques, a exploré les liens entre des stratégies de coping collectif centrées sur la régulation interpersonnelle des émotions et la performance collective perçue. Les données ont été recueillies une fois par semaine, via un questionnaire en ligne, dans un contexte particulièrement incertain en raison de la pandémie de COVID-19. Les résultats ont mis en évidence une relation positive entre l'utilisation de stratégies de régulation interpersonnelle des émotions et la performance collective subjective. Cependant, cette étude présente des limites. D'abord, l'étude a été menée auprès d'un seul collectif, évoluant dans un seul sport, ce qui limite la généralisation des résultats à d'autres disciplines ou configurations d'équipe. Le fait de ne disposer que d'un unique groupe empêche par ailleurs, comme le soulignent les auteurs, de saisir la nature réellement collective du processus de coping ainsi que des perceptions subjectives de la performance collective. Ces limites appellent à la prudence dans l'interprétation des résultats et soulignent la nécessité de recherches complémentaires, menées dans d'autres contextes compétitifs et auprès d'un échantillon plus large d'équipes, afin de valider et approfondir ces premiers résultats.

Les limites relatives à l'étude des conséquences du coping collectif en sport apparaissent donc manifestes. Alors que des recherches dans d'autres domaines (familles, camps de réfugiés, catastrophes naturelles) mettent en avant les conséquences positives du coping collectif (Afifi et al., 2006, 2019; Basinger, 2018; Wlodarczyk et al., 2016), très peu de travaux en psychologie du sport ont véritablement exploré si, et dans quelles conditions, le coping collectif pouvait contribuer à la performance. Ce point est d'autant plus pertinent que la performance demeure une priorité pour les équipes sportives (Weinberg & Gould, 2024). Ce constat souligne la nécessité d'approfondir cette question à l'aide d'outils validés et dans des contextes de compétition. Cela reste vrai même si l'évaluation de l'efficacité constitue l'un des enjeux les plus complexes dans

le domaine de la recherche sur le coping (Folkman & Moskowitz, 2004). À ce titre, la variété des méthodologies développées dans la littérature témoigne des efforts pour capter la complexité du coping collectif, efforts que nous examinerons dans la section suivante.

2.2.5 Etudier le coping collectif : une pluralité de méthode

Pour décrire, évaluer et comprendre le processus de coping collectif en sport, les chercheurs ont mobilisé un large éventail de méthodologies. Dans leur scoping review, Eckardt et Tamminen (2023) relèvent que la majorité des travaux sur le coping interpersonnel et collectif ont adopté une approche qualitative. Woodhead et al. (2023) confirment cette tendance : parmi 28 études analysées, 22 (soit 78 %) étaient qualitatives, cinq quantitatives, et une seule était mixte. Ces études se répartissent en outre entre des approches transversales (75 %), longitudinales (14 %) et des études de cas (11 %). La forte prévalence des approches qualitatives dans les recherches sur le coping collectif en sport s'explique notamment par la nature sociale de ce phénomène (Lyons et al., 1998 ; Tamminen et al., 2016). Les méthodes qualitatives sont en effet recommandées pour répondre aux questions « comment » et « pourquoi » (Levitt et al., 2017), offrant la possibilité d'explorer en profondeur les processus d'évaluation ou encore la coordination des actions des athlètes en situation de stress (Crocker, 2015 ; Crocker et al., 2015). Les travaux de Tamminen et al. (2016), Neely et al. (2017), Leprince et al. (2018), Johnson et al. (2020), ou Milne et Neely (2022) en témoignent. Le recours dans ces travaux à des entretiens semi-directifs, a permis de comprendre, par exemple, le rôle des émotions collectives, la façon dont les athlètes s'organisent pour faire face à des sources de stress partagées, ou encore les stratégies de coping spécifiques déployées pour y faire face. D'autres études ont adopté des approches quantitatives notamment à travers le développement et l'utilisation de questionnaires pour mieux comprendre le coping collectif en sport (Leprince et al., 2019; Pété, Chanal, et al., 2023). Ces approches sont complémentaires aux recherches qualitatives. En effet, comme le soulignent les travaux théoriques et méthodologiques sur le coping (Crocker et al., 2010; Crocker et al., 2015), les questionnaires constituent la méthode d'évaluation quantitative du coping la plus courante, car ils offrent plusieurs avantages : ils permettent d'évaluer la validité des scores pour des populations spécifiques, de comparer les résultats entre les études, et d'utiliser diverses stratégies d'analyse pour modéliser et évaluer des questions théoriques spécifiques.

Pour conclure, notons que, malgré cette diversité méthodologique et les premiers travaux novateurs sur le coping collectif en sport, des défis conceptuels et méthodologiques demeurent, comme cela a été mis en évidence tout au long de cette revue de littérature. Relever ces défis en

mobilisant une pluralité d'approches méthodologiques (e.g., approches qualitatives, analyses de réseaux sociaux, méthodes mixtes) permettrait de faire progresser la compréhension du coping collectif : en étudiant les stratégies de coping collectif mises en œuvre dans une variété de contextes de stress, en approfondissant l'analyse des conditions psychosociales et environnementales favorables ou défavorables à son émergence, ou encore en évaluant empiriquement ses conséquences, notamment en lien avec la performance collective.

Pour résumer

Les sportifs évoluent dans des environnements marqués par des sources de stress et des crises de magnitudes variables (Arnold & Fletcher, 2021 ; Tamminen & Cai, 2024). Des auteurs insistent sur la dimension sociale et collective du coping appelant à un « changement d'attention vers l'orientation interpersonnelle du coping » (Woodhead et al., 2024, p. 26). Parmi la littérature émergente sur le coping collectif en contexte sportif, Tamminen et Gaudreau (2014) distinguent le « coping dans l'équipe » (somme des coping individuels) du « coping de l'équipe » (coping collectif). Ce travail de thèse s'inscrit dans cette seconde perspective, en mobilisant le cadre théorique du coping collectif (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998).

Cette littérature a permis d'identifier les sources de stress partagées et les stratégies de coping collectif (Leprince et al., 2018), de mettre en évidence la dynamique du processus (Neely et al., 2017), de développer des outils de mesure (Leprince et al., 2019 ; Pété, Chanal, et al., 2023), ainsi que de souligner le rôle central de la communication et des émotions (Tamminen et al., 2016 ; Neely et al., 2017). Cependant, en raison de la jeunesse du champ, la recherche en sport peine encore à saisir la complexité du coping collectif, et appelle à des travaux permettant de mieux comprendre les mécanismes de sa mise en œuvre (Eckardt & Tamminen, 2023).

Ces limites concernent par exemple les sources de stress et les stratégies de coping collectif déployées : peu de recherches se sont penchées par exemple sur les crises systémiques (Arnold & Fletcher, 2021; Tamminen & Cai, 2024). D'autres concernent les conséquences du coping collectif, il reste encore à confirmer dans quelle mesure le coping collectif peut influencer la performance sportive de l'équipe. Enfin, il semble également nécessaire de dépasser des limites concernant les facteurs qui facilitent ou freinent l'émergence du coping collectif, en portant une attention particulière à l'influence des leaders. En effet, tout le monde ne joue pas nécessairement le même rôle dans le processus de coping collectif et, compte tenu de leur statut ou de leur expérience, ces derniers pourraient être à l'origine du coping collectif (Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014).

Si une diversité de méthodes a déjà été mobilisée pour mieux comprendre le coping collectif (Eckardt & Tamminen, 2023 ; Woodhead et al., 2024), les cadres conceptuels et dispositifs méthodologiques actuels ne permettent pas encore de dépasser certaines limites (e.g., s'assurer de la nature collective du construit). Plusieurs pistes ont néanmoins été proposées pour les surmonter. Par exemple, interroger l'ensemble du groupe via des focus-groupes, permettrait d'accéder à une évaluation véritablement partagée des situations stressantes et des réponses collectives apportées. De plus, mener des études en situation réelle de match, ou recourir à des méthodes innovantes comme l'analyse des réseaux sociaux (qui permet d'identifier les positions et relations d'influence entre les membres d'un groupe) contribuerait à une meilleure compréhension des mécanismes par lesquels les équipes sportives font face collectivement au stress.

La revue de littérature sur le coping collectif a permis de mettre en évidence l'importance de considérer les facteurs susceptibles de favoriser ou d'entraver l'émergence du processus de coping collectif au sein des équipes sportives. Parmi ces facteurs, le rôle des leaders apparaît particulièrement digne d'attention. En effet, le coping collectif ne se déploie pas dans un *vacuum social* : il s'inscrit dans des dynamiques relationnelles où certaines personnes, par leur statut, leur expérience ou leur position dans le groupe, peuvent jouer un rôle important. Dès lors, s'intéresser aux leaders et notamment à la manière dont ils peuvent influencer ce processus, offre des perspectives prometteuses pour mieux comprendre l'opérationnalisation du coping collectif en contexte sportif. C'est dans cette perspective que s'inscrit la revue de littérature suivante, consacrée aux liens entre leadership et coping.

Leadership et coping collectif : état des connaissances et perspectives de recherche

> « Favoriser un environnement dans lequel chacun joue un rôle de leader, du débutant le moins expérimenté à la superstar vétérane. Si l'objectif principal est de conduire l'équipe vers un état d'harmonie et d'unité, il n'est pas cohérent d'imposer son autorité de manière rigide. »
> Phil Jackson (Jackson & Delehanty, 2014)

La revue de la littérature a mis en évidence plusieurs limites, notamment en ce qui concerne l'étude des facteurs d'influence et du rôle des interactions sociales dans le processus de coping collectif. Parmi les facteurs d'influence potentiels du coping collectif en contexte sportif, la question du leadership a été évoquée dès les premiers travaux sur le coping collectif. En effet, Lyons et ses collaborateurs (1998) postulent que les leaders peuvent jouer un rôle essentiel dans ce processus. De manière similaire, Tamminen et Gaudreau (2014) avancent que certaines personnes au sein de l'équipe, qu'elles soient des leaders informels ou formels, compte tenu de leurs expériences face à des situations de stress ou de leur statut au sein du groupe, pourraient être à l'initiative du processus de coping collectif. Ces propositions rejoignent les conclusions d'études menées dans d'autres contextes que le coping en sport. Par exemple une étude menée auprès de pilotes de chasse suggère qu'il existe « une relation étroite entre leadership et gestion du stress » (Alarcon, Lyons et al., 2012, p. 35). Cependant, à ce jour et à notre connaissance, aucune étude portant sur le coping collectif en sport n'a investigué si les leaders influençaient le coping collectif des équipes sportives. Ainsi, cette partie vise à définir le leadership en contexte sportif et à présenter les premiers résultats empiriques qui suggèrent la pertinence d'examiner les interactions potentielles entre le leadership et le coping collectif en sport.

Après avoir défini le leadership comme un processus central dans la performance sportive, cette partie présentera, dans un premier temps, les travaux ayant exploré le coping des leaders. Dans un second temps, elle introduira l'approche du leadership identitaire, cadre théorique retenu dans ce travail doctoral pour étudier plus spécifiquement l'influence potentielle du leadership sur le coping collectif en contexte sportif.

1. Le leadership : définition et lien avec le coping en contexte sportif

1.1 Définition générale du leadership

Le leadership est généralement défini comme un « processus d'influence à travers lequel un individu (ou plusieurs) s'assure le concours et l'aide des autres membres du groupe pour atteindre l'objectif collectif du groupe » (Chemers, 2001, p. 376). Dans le domaine sportif, le leadership des athlètes est spécifiquement défini comme « un athlète occupant un rôle formel ou informel au sein d'une équipe qui influence les membres de l'équipe pour atteindre un objectif commun » (Loughead et al., 2006, p. 144). Ce rôle peut être assumé par le capitaine, considéré comme le leader formel de l'équipe et perçu comme jouant une fonction de leadership importante dans de nombreuses équipes sportives. Mais, d'autres athlètes peuvent également atteindre un statut de leader de manière informelle grâce à leurs interactions naturelles avec leurs coéquipiers (Cotterill et al., 2022). Dans certaines équipes, le leadership est partagé parmi les membres, et ce sont les leaders informels plutôt que les leaders formels (i.e., capitaine et assistants) qui prennent les initiatives tant sur le terrain qu'en dehors, faisant ainsi tomber le mythe du capitaine assumant seul la fonction de leader l'équipe (Fransen et al., 2014).

La littérature actuelle en psychologie du sport souligne l'importance du leadership des athlètes en tant que composante intégrante du fonctionnement des équipes (Loughead, 2017). Son efficacité est considérée comme un ingrédient crucial pour la performance et le bon fonctionnement des équipes sportives (Bucci et al., 2012). En effet, au-delà des relations positives établies entre le leadership des athlètes et la satisfaction des athlètes (Paradis & Loughead, 2012) ainsi que la performance (Cotterill & Fransen, 2016), il est reconnu que le leadership des athlètes dans les sports d'équipe a un impact positif sur le fonctionnement collectif. En effet, un leadership de qualité est par exemple fortement lié à une amélioration de l'efficacité collective de l'équipe (Fransen et al., 2017; Price & Weiss, 2011) et à la cohésion de l'équipe (Bandura et al., 2019; Hirsch & Loughead, 2024; Vincer & Loughead, 2010). Ainsi, les leaders athlètes, qu'ils soient formels ou informels, jouent un rôle clé dans l'amélioration du fonctionnement des équipes. C'est pourquoi le leadership des athlètes est aujourd'hui largement reconnu comme un déterminant fondamental de la performance des équipes sportives (Cotterill & Fransen, 2016).

Pourtant, un aspect crucial demeure à ce jour peu exploré : celui des interactions potentielles entre le leadership et le coping. Cette relative absence d'attention est d'autant plus surprenante que la capacité à gérer le stress est largement reconnue comme une compétence essentielle à l'excellence sportive (Arnold & Fletcher, 2021a ; Morgan et al., 2015). Si les recherches menées dans d'autres champs (e.g., psychologie organisationnelle) ont mis en évidence des liens entre ces deux construits (Harms et al., 2017), force est de constater que les travaux explorant ces relations dans le contexte sportif restent rares. Ainsi, la prochaine section vise à présenter les travaux ayant investigué les liens entre le leadership et le coping intrapersonnel, tant du côté des entraîneurs que des athlètes. Nous pourrons constater qu'alors que les leaders peuvent influencer les stratégies de coping individuelles des athlètes ainsi que leurs émotions, aucune recherche à ce jour ne s'est explicitement intéressée à comprendre l'influence des athlètes leaders sur le coping collectif.

1.2 Leadership et coping en contexte sportif

1.2.1 Capacités de coping des entraîneurs leaders

Nous commencerons par présenter des travaux portant sur la capacité de coping des entraîneurs leaders dans le contexte sportif. Bien que ce travail doctoral soit centré sur les athlètes leaders, cette étape introductive apparaît pertinente, dans la mesure où les entraîneurs sont traditionnellement considérés comme « les leaders de leurs équipes respectives » (Loughead, 2017, p. 58), en raison de l'influence déterminante qu'ils exercent sur les dynamiques collectives (pour une revue, voir Hague et al., 2021).

Des travaux sur le coping intrapersonnel ont mis en évidence que les entraîneurs évoluant au haut niveau ou dans le sport professionnel sont confrontés à un environnement particulièrement stressant, caractérisé par une variété de sources de stress telles que les pressions de performance, les responsabilités organisationnelles, les attentes financières, la gestion des ressources humaines, ou encore l'équilibre entre vie professionnelle et personnelle (Arnold et al., 2018; Didymus, 2017; Levy et al., 2009; Olusoga et al., 2010; Thelwell et al., 2010). Compte tenu de cette exposition à cet environnement stressant, il est apparu pertinent d'examiner leur capacité à y faire face. C'est dans cette perspective que dans leur revue systématique, Norris et al. (2017) ont souligné la diversité des stratégies de coping individuelles utilisées par les entraîneurs, parmi lesquelles figurent notamment: la recherche de soutien social, la résolution de problèmes, la recherche d'information, ainsi que certaines stratégies d'évitement.

Au-delà de l'études des compétences des entraîneurs à faire face aux sources de stress qu'ils rencontrent, des travaux montrent que les entraîneurs en tant que leaders influencent le

processus de coping individuel des athlètes qu'ils accompagnent et ce, de l'évaluation de la situation de stress à la mise en place des stratégies de faire face en passant par leur une influence sur le vécu émotionnel des athlètes suite à la confrontation avec la source de stress. En effet, des études telles que celles de Wu et al. (2024) ont exploré le lien entre les styles de leadership des entraîneurs et les niveaux de stress perçus par les athlètes. Leurs résultats suggèrent que l'adoption d'un leadership transformationnel, défini comme inspirant, fondé sur des valeurs, stimulant intellectuellement et encourageant le développement personnel (Bass & Avolio, 1993), peut contribuer à atténuer les perceptions de stress au sein de l'équipe. À l'inverse, un style de leadership autocratique, caractérisé notamment par une prise de décision centralisée (Loughead & Hardy, 2005), tend à accentuer ces perceptions. D'autres travaux soulignent aussi qu'un entraîneur incapable de réguler son propre stress et ses émotions peut involontairement induire du stress chez ses athlètes, compromettant leur propre capacité à le gérer efficacement (Thelwell et al., 2017). Aussi, des études ont montré que ces mêmes leaders pouvaient être des sources de stress pour les athlètes (Pensgaard et al., 2018) et cela notamment lorsqu'ils se montrent inflexibles ou trop exigeants (Cosh & Tully, 2015), ou bien en raison de comportements abusifs qu'ils commettent à l'encontre de leurs athlètes (Kavanagh et al., 2017).

Au-delà de ces résultats suggérant que le leadership peut jouer un rôle dans le vécu émotionnel des athlètes, des études suggèrent que les leaders influencent également la manière dont les athlètes font face au stress. Par exemple, González-García et al. (2022) ont montré que des profils de leaders engagés (i.e., entraîneurs caractérisés par des scores élevés en matière d'entraînement physique, de compétences techniques, de préparation mentale, de fixation d'objectifs, de stratégies de compétition et de relations personnelles) favorisent l'usage de stratégies de coping actives et plus adaptatives (dépense d'effort ; contrôle de la pensée ; recherche de soutien ; relaxation ; analyse de la situation ; distanciation et évacuation des émotions désagréables à distance de la compétition). Ces résultats suggèrent donc qu'au niveau individuel les entraîneurs en tant que leaders, jouent un rôle tout au long des processus de coping individuel de leurs athlètes.

Après avoir présenté comment les compétences des entraîneurs leaders peuvent influencer les processus de coping en contexte sportif, la suite de cette revue s'intéresse aux travaux portant sur les compétences des athlètes leaders eux-mêmes. Ces derniers, constituant les acteurs centraux des enjeux abordés dans cette thèse.

1.2.2 Capacités de coping des athlètes leaders

a. Les capacités de coping des athlètes leaders sur le plan intrapersonnel

La littérature actuelle s'est penchée sur le vécu des athlètes leaders en analysant non seulement les sources de stress auxquelles ils sont confrontés, mais également les stratégies de coping individuelles qu'ils mobilisent pour y faire face. Tout d'abord, des travaux ont mis en évidence des exigences spécifiques associées au rôle de leader, qui constituent autant de sources de stress. Parmi ces exigences figurent : la gestion des interactions avec les coéquipiers, la pression médiatique, le manque de soutien, l'accompagnement des jeunes joueurs, ou encore la transition vers le rôle de capitaine (Cotterill & Cheetham, 2017; Smith et al., 2018; Voelker et al., 2011). Ces recherches ont aussi révélé que le rôle de capitaine en tant que tel peut être une source de stress en raison des attentes élevées associées à cette position (Voelker et al., 2011). Dans le cas spécifique des leaders formels de hockey sur glace d'élite (i.e., capitaines), Camiré (2016) a identifié des sources de stress particulièrement exigeantes comme la prise en charge émotionnelle des défaites, la responsabilité accrue dans la performance collective, ou encore la gestion des relations avec des joueurs plus expérimentés. Ces contraintes soulignent la nécessité pour les athlètes leaders de mettre en place des stratégies de coping individuelles. Ainsi, des travaux tels que ceux menés par Bryant et Clement (2015) ont mis en lumière les stratégies de coping employées par les athlètes leaders (qu'ils occupent un rôle formel ou informel). Leurs travaux ont montré que des athlètes leaders issues de six disciplines sportives (football, rugby, escrime, lacrosse, volley-ball, équitation) mobilisaient à la fois des stratégies individuelles centrées sur le problème et des stratégies centrées sur les émotions. Parmi les stratégies orientées sur le problème, la recherche de soutien social instrumental ou informationnel a été particulièrement mise en avant. Du côté des stratégies centrées sur les émotions, les athlètes leaders ont évoqué des stratégies telles que le recours au soutien social émotionnel, à l'évitement ou encore au repos.

Au-delà des compétences des athlètes leaders à gérer les sources de stress qu'ils rencontrent, la recherche sur le coping intrapersonnel suggère que tout comme les entraîneurs, les athlètes leaders peuvent influencer le coping individuel des autres athlètes qui les entourent, laissant ainsi transparaitre que gérer les situations de stress ne se fait jamais totalement seul (Lyons et al., 1998). Par exemple, des recherches menées lors du Festival olympique de la jeunesse européenne ont montré que les athlètes leaders contribuent à soutenir leurs coéquipiers en les aidant à mettre en œuvre des stratégies de coping individuelles telles que : se calmer et rester confiants face aux sources de stress tant compétitives qu'organisationnelles. (Kristiansen & Roberts, 2010). Ces travaux suggèrent que les leaders peuvent aider les individus à faire face à des sources de stress au-delà de leur propre expérience individuelle. Au-delà de l'influence des

athlètes leaders sur les stratégies de coping individuelles des athlètes, certaines études se sont également penchées sur l'influence des athlètes leaders sur les émotions d'autrui à la suite de la confrontation avec une source de stress. Ce point mérite d'être approfondi, d'autant plus que les émotions et les processus de gestion du stress s'inscrivent dans « une relation dynamique et réciproque », dans laquelle les émotions influencent les stratégies de coping, tout en étant elles-mêmes modulées par ces dernières (Folkman & Lazarus, 1988, p. 311). Les auteurs soulignent notamment que le coping peut moduler entre autres l'intensité, le type et l'évolution des émotions, en modifiant la signification subjective de la situation ou en agissant sur la relation personne-environnement elle-même. Des travaux montrent que les leaders influencent directement les émotions vécues par les autres membres de l'équipe, mettant en lumière « le rôle important que jouent les athlètes leaders sur les émotions de leurs coéquipiers » (Cotterill et al., 2020, p. 4). Ces résultats trouvent aussi un premier écho au niveau interpersonnel avec les travaux de Tamminen et Neely (2016) sur les émotions collectives et leurs fonctions sociales. Leurs résultats montrent que les leaders, en influençant la manière dont les émotions sont vécues, exprimées et utilisées au sein du groupe, favorisent l'expérience et l'expression d'émotions collectives. Et, selon les hypothèses de ces autrices, l'une des fonctions sociales des émotions collectives est de jouer un rôle dans la facilitation de la gestion collective du stress. Ainsi, un des rôles des leaders dans ce contexte consisterait à favoriser l'expérience et l'expression d'émotions collectives, ce qui pourraient contribuer à la mise en œuvre d'une gestion collective du stress.

Si les travaux existants montrent que les leaders peuvent influencer les stratégies de coping individuelles des athlètes ainsi que leurs réponses émotionnelles, le rôle que peuvent jouer les athlètes leaders dans la mise en place du coping collectif reste encore inexploré par la littérature. Pourtant, leur position centrale au sein des dynamiques relationnelles d'équipe suggère qu'ils pourraient jouer un rôle clé dans l'initiation, la structuration ou la facilitation de ces processus collectifs.

b. Une facette encore inexplorée en sport : les athlètes leaders dans le processus de coping collectif

À ce jour, et à notre connaissance, aucune recherche ne s'est spécifiquement intéressée à l'influence des athlètes leaders sur le processus de coping collectif, que ce soit dans sa phase d'évaluation (i.e., perception et interprétation des source de stress) ou dans sa phase d'action (i.e., réponse collective mise en place pour faire face). Parmi les facettes encore peu explorées du coping collectif, certaines concernent en particulier le rôle des athlètes leaders dans la phase d'évaluation des sources de stress. Pourtant, cette question semble particulièrement pertinente.

En effet, des travaux menés dans d'autres contextes dits « extrêmes », définis comme des situations pouvant « entraîner des conséquences physiques, psychologiques ou matérielles d'une ampleur considérable et intolérable pour les membres de l'organisation ou dans leur proximité physique ou psychosociale » ont mis en évidence le rôle central des leaders dans la manière dont les groupes perçoivent et interprètent la situation (Hannah et al., 2009, p. 898). Notamment menées dans le domaine militaire, ces recherches soulignent que les leaders (e.g., chefs d'unité) peuvent influencer la signification donnée à la source de stress, le niveau de contrôle perçu, et atténuer l'impact émotionnel de la source de stress vécue collectivement (Hannah et al., 2009). Des recherches menées en psychologie des organisations soutiennent cette idée. Par exemple, des études récentes ont montré que les situations de crise peuvent générer des émotions collectives au sein des groupes, et que les leaders jouent un rôle déterminant dans la manière dont les organisations réagissent à ces situations de stress (Nesse et al., 2024). Zaccaro et al., (2001) argumentent dans ce sens lorsqu'ils proposent que « les équipes dont les leaders définissent clairement les objectifs de performance, les rôles de chacun et les stratégies à suivre réagissent de manière moins émotionnelle face à des circonstances stressantes et présentent un niveau plus faible de contagion émotionnelle que celles dont les leaders fournissent peu ou pas de structure ni de direction » (p. 473). Un autre apport essentiel de ces travaux est de souligner que les leaders jouent un rôle préparatoire dans la gestion collective du stress, notamment en préparant le groupe à prendre conscience des sources de stress potentielles que le groupe peut affronter et de la vigilance requise pour s'y préparer. Hannah et al. (2009) insistent sur l'idée que les leaders doivent être considérés comme des « ressources sociales » à préparer en amont, car la gestion collective des crises repose sur des processus qui s'élaborent dans le quotidien de l'équipe, et non dans l'urgence (p. 904). D'autres recherches (e.g., Nesse et al., 2024) soulignent également l'importance de former les leaders à la gestion des situations de crise, renforçant ainsi l'idée qu'ils jouent un rôle dans le processus de coping collectif.

Ces travaux, menés dans des domaines tels que la psychologie des organisations ou la gestion des situations extrêmes, ont mis en évidence une « relation étroite entre leadership et gestion du stress » (Alarcon, Lyons et al., 2012), y compris à l'échelle collective. Ces résultats invitent à envisager que de tels mécanismes puissent être transposables au contexte sportif. Cependant, dans le champ du sport, les recherches ont surtout porté sur les compétences individuelles des leaders à faire face au stress, sans explorer de manière explicite leur rôle dans les processus de coping collectif (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Les résultats des études présentées précédemment suggèrent pourtant que le leadership ne constitue

pas seulement une ressource individuelle, mais peut également jouer un rôle structurant dans la manière dont les équipes sportives font face collectivement au stress. Cette perspective ouvre la voie à des recherches visant à mieux comprendre l'influence des leaders sur le processus de coping collectif dans les équipes sportives. Il semblerait, par exemple, pertinent de considérer l'influence des leaders sur la mise en place des stratégies collectives au regard des différentes fonctions qu'ils endossent, telles que le leadership orienté vers la tâche (fournir à ses coéquipiers des conseils tactiques et les ajuster si nécessaire), le leadership de motivation (encourager ses coéquipiers à donner le meilleur d'eux-mêmes sur le terrain), le leadership social (favoriser une bonne atmosphère d'équipe en dehors du terrain) et le leadership externe (gérer la communication avec la direction du club, les médias et les sponsors) (Fransen et al., 2014).

Toutefois, au-delà d'explorer l'influence des leaders sur le coping collectif au seul prisme des seules caractéristiques des leaders, il semblerait également important de comprendre comment le leadership s'opère. En effet, les travaux issus de la psychologie des organisations suggèrent que lorsque l'on veut étudier les processus de gestion du stress il est préférable de comprendre comment le leadership s'opère plutôt que de se focaliser uniquement sur le style ou les caractéristiques des leaders plaidant ainsi en faveur d'une compréhension du leadership en tant que processus relationnel et contextuel (Nesse et al., 2024). Pour explorer l'influence du leadership sur le coping collectif, il convient ainsi de mobiliser une conception du leadership qui prenne en compte ses dimensions sociales, relationnelles et co-construites. Parmi les cadres théoriques disponibles, l'approche du leadership identitaire apparaît particulièrement pertinente (Haslam et al., 2020 ; Hogg, 2001). Elle conçoit le leadership comme un processus émergent de l'interaction entre le leader et les membres du groupe, reposant sur la création, la représentation et l'activation d'une identité sociale partagée (Hogg et al., 2001). Dans cette optique, le leadership n'est pas simplement exercé par un individu charismatique ou autoritaire, et il ne se limite pas à une position ou à une personne ; c'est un processus d'influence collective (Haslam et al., 2011, 2020 ; Platow et al., 2006). Dans le contexte du coping collectif, cette approche offre un cadre d'analyse adapté pour comprendre comment le leadership peut influencer le coping collectif, notamment afin qu'une situation de stress soit évaluée comme étant « notre problème », « notre responsabilité » et que notre objectif commun soit d'y faire face ensemble.

Dans cette perspective, la section suivante propose d'explorer le lien entre le leadership identitaire et le coping collectif, en s'appuyant sur trois axes : (1) une présentation des fondements théoriques du leadership identitaire ; (2) une analyse de son influence sur la

performance et la santé des équipes et de ses membres ; et (3) un état des connaissances sur les liens entre le leadership identitaire et la gestion du stress.

1.3 Leadership identitaire et coping collectif

1.3.1 Le leadership identitaire

L'approche de l'identité sociale repose sur l'idée fondamentale que les individus peuvent se définir à la fois en termes d'identité personnelle (« je », « moi ») et d'identité sociale (« nous »), en tant que membre des groupes auxquels ils appartiennent (Tajfel & Turner, 1979). L'identité personnelle renvoie à la perception intériorisée de son individualité ou de son unicité (un sentiment de « je » et de « moi »), tandis que l'identité sociale correspond au sentiment de soi que l'on tire de son appartenance à un groupe (un sentiment de « nous » et de « nous tous ») (Haslam, Reicher, et al., 2020). Dans cette perspective, les groupes ne constituent pas uniquement un cadre dans lequel s'exprime le comportement individuel ; les groupes façonnent et transforment en profondeur la psychologie des individus, dans la mesure où ils peuvent être intériorisés comme une composante centrale du concept de soi. Selon la théorie de l'identité sociale, se reconnaître comme membre d'un groupe, par exemple, comme joueur au sein d'une équipe sportive, et intégrer cette appartenance jusqu'à ce qu'elle devienne une part essentielle de son identité (« qui je suis ») modifie la manière dont les individus pensent, ressentent et agissent. En d'autres termes, le développement d'une identité sociale forte influe directement sur les processus cognitifs, émotionnels et comportementaux des membres du groupe, et constitue ainsi un levier central dans les dynamiques et les processus collectifs (Haslam, 2004; Rees et al., 2015; Stevens et al., 2024). Concrètement, dans le domaine du sport, l'identité sociale constitue le lien psychologique qu'un athlète entretient avec son équipe, lui permettant de percevoir ses coéquipiers non plus comme un simple agrégat d'individus, mais comme un « nous » cohérent. Cette perception influence la manière d'agir et de ressentir des membres de l'équipe.

Le leadership identitaire souligne que l'efficacité d'un leader réside dans sa capacité à renforcer et mobiliser l'identité collective du groupe, à créer un véritable « sens du nous » (Haslam et al., 2020 ; Stevens et al., 2021). Ici, le leadership ne se réduit ni à une qualité personnelle, comme le charisme ou l'autorité, ni à un statut formel détenu par un individu. Il s'agit plutôt d'un processus d'influence partagé, qui émerge et se déploie au sein du collectif (Haslam et al., 2011, 2020 ; Platow et al., 2006). Cette approche postule aussi que c'est grâce à leurs efforts à favoriser une identité commune que les leaders incitent les autres membres du groupe à contribuer à la réalisation d'objectifs collectifs (Platow et al., 2015 ; Steffens et al., 2014). Pour qu'il soit effectif, le leadership identitaire s'appuie sur quatre piliers, à savoir : « Être l'un de

nous » (*Being one of us*), « Le faire pour nous » (*Doing it for us*), « Créer un sentiment d'appartenance » (*Crafting a sense of us*) et « Faire en sorte que nous soyons importants » (*Making us matter*) (Steffens et al., 2014) (voir Figure 6). Au regard de ces quatre piliers, pour qu'un membre soit reconnu comme leader, il doit :

1. *Être l'un de nous* (Being one of us). Le leader doit représenter le groupe en étant prototypique, c'est-à-dire en incarnant ses valeurs et son identité commune. Plus un individu est perçu par les autres membres comme « l'un des nôtres », plus il est représentatif d'une identité sociale donnée et, par conséquent, plus son influence sera forte et plus il sera suivi. La prototypicalité est ainsi une condition *sine qua non* du leadership (Platow et al., 2006). Les leaders, quels que soient leur statut formel ou informel, ne sont pas définis par des caractéristiques individuelles exceptionnelles, mais par le degré avec lequel ils sont perçus comme les représentants authentiques du « nous » (Haslam, Reicher, et al., 2020).
2. *Le faire pour nous* (Doing it for us). Le leader doit faire avancer les intérêts du groupe. Il doit agir dans l'intérêt du groupe, en défendant et promouvant l'identité collective. Il place les objectifs communs au-dessus de ses intérêts personnels, renforçant ainsi la cohésion et l'engagement collectif.
3. *Créer un sentiment d'appartenance* (Crafting a sense of us). Le leader doit créer et façonner l'identité du groupe. Il contribue activement à définir ce que signifie « nous » pour le groupe : il établit une vision commune, donne du sens à l'appartenance et façonne l'identité partagée en définissant activement ce que signifie appartenir au groupe – et ce que cela n'implique pas.
4. *Faire en sorte que nous soyons importants* (Making us matter). Le leader doit mobiliser le groupe en tant que "nous". Il puise son pouvoir dans l'identité sociale partagée : il motive et influence les membres en renforçant le sentiment d'appartenance. Cela renvoie à sa capacité à organiser des événements et des activités concrètes permettant aux membres de vivre et d'exprimer leur identité partagée dans le quotidien du groupe.

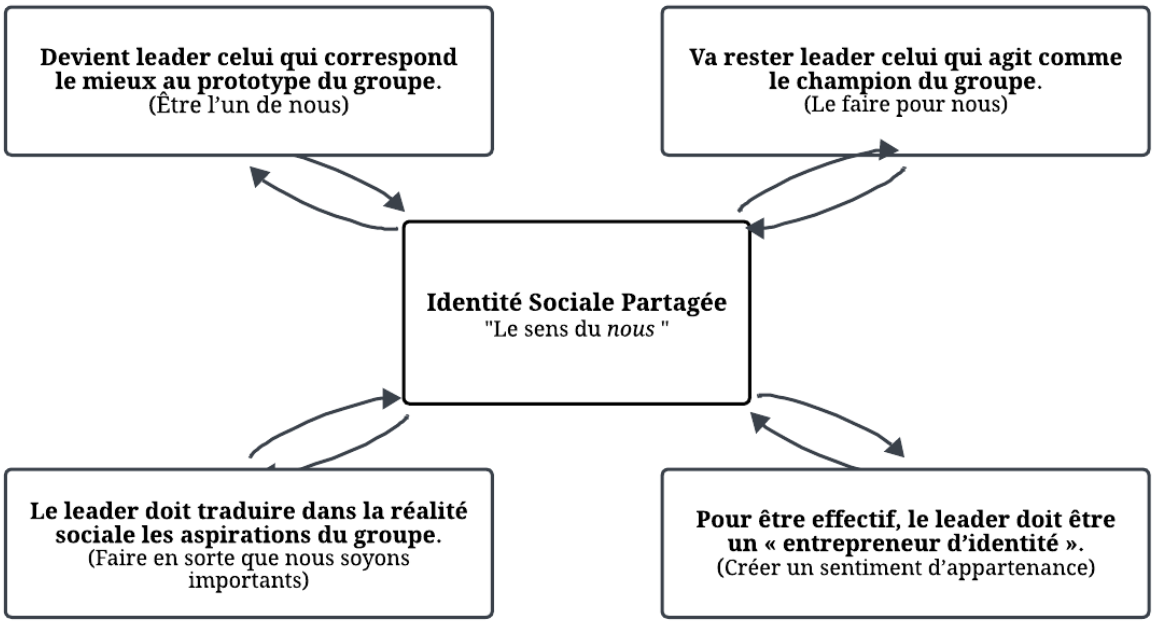


Figure 6. *Les quatre piliers du leadership identitaire selon Steffens et al. (2014)*

Une fois ces fondements théoriques posés, il est important de souligner dans la prochaine section ses effets dans le contexte sportif, notamment à travers ses retombées positives sur la performance et la santé des équipes et de ses membres.

1.3.2 Le leadership identitaire : influence sur la performance et la santé des équipes et de ses membres

Les recherches sur le leadership identitaire en contexte sportif ont montré que les leaders contribuent à créer un environnement propice à la haute performance en favorisant l'émergence d'une identité sociale partagée, en renforçant un sentiment commun de « nous » au sein de leurs équipes (Fransen et al., 2023 ; Slater et al., 2013, 2015). Parmi les facteurs favorisant cet environnement, il apparaît que lorsque les leaders, qu'ils soient entraîneurs ou athlètes, adoptent des comportements conformes aux principes du leadership identitaire, les membres de l'équipe présentent :

- Des intentions plus fortes de fournir des efforts, ainsi qu'un engagement individuel et collectif accru envers l'effort (mesuré notamment par le nombre d'heures d'entraînement hors des séances collectives) (Cotterill & Fransen, 2016; Fransen, McEwan, & Sarkar, 2020; Slater & Barker, 2019; Stevens et al., 2019, 2021)

- Des niveaux plus élevés de satisfaction vis-à-vis des performances de leur équipe, de sentiment de contrôle et d'auto-efficacité sur la performance à venir (Butalia et al., 2025; Fransen et al., 2016, 2023 ; Miller et al., 2020 ; Stevens et al., 2019).

L'adoption d'un leadership identitaire favorise aussi la mise en place d'environnements psychologiquement sécurisants, propices à la prise de risque interpersonnelle (Fransen, McEwan et al., 2020) ainsi qu'un climat motivationnel centré sur la tâche, encourageant l'effort, la progression et la collaboration plutôt que la comparaison sociale ou la rivalité entre les membres (Fransen et al., 2023). Par ailleurs, lorsque les leaders adoptent des comportements alignés avec les principes du leadership identitaire, cela semble également soutenir la santé psychologique des athlètes (Fransen et al., 2023 ; Fransen, McEwan et al., 2020). Des études ont montré que les athlètes évoluant dans des équipes où l'identité sociale est particulièrement forte (i.e., ce que le leadership identitaire cherche à construire) présentent une meilleure santé mentale, un bien-être accru, un risque réduit de burnout et de fatigue ainsi qu'une plus grande résilience collective (Butalia et al., 2025; Fransen, Haslam, Steffens, Mallett, et al., 2020; Fransen, McEwan, et al., 2020; Fransen et al., 2023; Stevens et al., 2019, 2024). Pour expliquer ces résultats, Haslam et al. (2018) ont proposé le concept de « cure sociale » (ou remède social), qui repose sur l'idée que l'appartenance à des groupes peut produire des effets bénéfiques sur la santé mentale et physique des individus. Selon ce concept, le sentiment d'appartenance à un groupe, et la participation à la co-construction d'une identité sociale, constitue une ressource protectrice face aux difficultés psychologiques. Le concept de cure sociale désigne ainsi les effets positifs que peuvent avoir les identités sociales partagées sur la santé mentale. En d'autres termes, ces identités offrent un socle de soutien, de sens et de solidarité, qui agit comme un facteur de protection dans le quotidien des individus. Dans cette perspective, les leaders identitaires, en favorisant la construction et le renforcement d'une identité sociale partagée, contribuent à développer le sentiment de connexion sociale entre les membres de l'équipe. Ils enrichissent ainsi les ressources sociales des individus appartenant à ces groupes, ce qui constitue en soi un facteur de santé pour les athlètes (Bruner et al., 2022; Fransen, McEwan, et al., 2020; Hartley et al., 2020; Haslam et al., 2012, 2018).

Au-delà de ses effets bénéfiques sur la performance, et la santé des équipes, plusieurs travaux soulignent également le lien entre la capacité des leaders à renforcer une identité sociale partagée et la manière dont les individus et les groupes font face au stress. La partie suivante s'intéresse ainsi aux recherches qui montrent que « l'identité sociale est au cœur des expériences et des réactions des individus face aux facteurs de stress » (Haslam & Reicher, 2006, p. 1037). Nous examinerons les travaux ayant exploré le rôle du leadership identitaire dans les processus

de gestion du stress et des émotions au sein des groupes. Cette section permettra de mieux comprendre dans quelle mesure cette approche théorique offre un cadre pertinent pour investiguer le coping collectif au sein des équipes en contexte sportif.

1.3.3 État des connaissances sur le leadership identitaire et la gestion du stress

Dans le cadre des questionnements abordés dans cette thèse, le leadership identitaire a particulièrement retenu l'attention étant donné que « l'identité sociale joue un rôle clé dans les processus de gestion du stress » (Haslam et al., 2005, p. 365). Des travaux visant à explorer le lien entre l'identité sociale et le coping individuel et collectif, menés dans des domaines tels que la psychologie de la santé, des organisations et du sport ont mis en évidence que l'identité sociale joue un rôle central dans le processus d'évaluation de la situation de stress. En effet, il a été démontré que l'identité sociale est déterminante lors de l'évaluation primaire des situations de stress, puisque celles-ci sont vécues au sein du groupe (Haslam et al., 2005; Haslam & Reicher, 2006). Ainsi, l'importance, la signification et les impacts des situations sont évalués non seulement en fonction des valeurs personnelles, des objectifs, des croyances et des intentions de l'individu, mais également au regard de ceux du groupe auquel il s'identifie (Haslam et al., 2005; Haslam & Reicher, 2006 ;Tamminen et al., 2016).

Par conséquent, s'identifier au groupe influence l'évaluation de la situation et permet de déterminer quelles sources de stress seront considérées comme les plus significatives par ses membres. Par exemple, des travaux menés au sein d'une académie de rugby ont montré qu'une situation pouvait être perçue comme une source de stress partagée dans certains groupes, tandis que les membres qui ne s'identifiaient pas à ces groupes ne la considéraient pas comme telle (Hartley et al., 2022). Ces résultats ont été confirmés auprès de divers groupes d'athlètes, tels que ceux s'identifiant comme athlètes autochtones en Australie (Nicholson et al., 2011) ou auprès de professeures d'EPS (Levine & Reicher, 1996). D'autres études ont démontré que des mauvais résultats d'une équipe de football étaient perçus comme source de stress selon le degré d'identification de la personne à cette équipe (Rees et al., 2015). L'identité sociale joue également un rôle important lors de l'évaluation secondaire. Des travaux récents menés auprès de joueurs de volley-ball ont montré qu'une identité sociale forte améliore la perception de contrôle face aux sources de stress (McKimmie et al., 2020). Notamment parce que celle-ci offre aux athlètes la conviction de disposer de ressources pour y faire face (Hartley et al., 2022 ; Tamminen et al., 2016).

En outre, en dehors du contexte sportif, certains travaux montrent que l'identité sociale influence également les stratégies de coping mises en œuvre, en leur conférant une orientation

collective. Par exemple, dans le champ de la santé et du travail, l'étude de Haslam et al. (2005) a montré que l'identité sociale pouvait jouer un rôle protecteur chez des individus exposés à des sources de stress intenses, tels que des patients cardiaques opérés, des démineurs et leurs proches. Les participants qui s'identifiaient fortement à leur groupe social déclaraient notamment un niveau de stress plus faible que ceux dont l'identification au groupe était plus faible. L'une des explications avancées par les auteurs est que « l'identification sociale produit ses effets parce qu'elle constitue une base permettant de recevoir et de bénéficier du soutien des autres membres du groupe » (p. 365). L'étude souligne également que cette forte identification facilite la mobilisation de ressources cognitives et matérielles permettant de « faire face aux sources potentielles de stress » (p. 366). D'autres travaux, réalisés notamment auprès de membres de communautés religieuses, ont montré que les croyants s'identifiant fortement à leur groupe (dans le cas présent, les musulmans) avaient tendance à adopter un style de coping interpersonnel face à l'adversité, tandis que ceux s'identifiant de manière plus individuelle (dans le cas présent, les chrétiens) privilégiaient des stratégies de coping individuelles dans des situations comparables (Fischer et al., 2010). Une étude expérimentale soutient ces résultats en montrant que des participants présentant une identification sociale plus forte au sein de leur groupe étaient moins affectés par une situation de stress et étaient beaucoup plus enclins à « travailler collectivement pour résister et faire face à ces mêmes facteurs de stress » (Haslam & Reicher, 2006, p. 1048). Enfin, d'autres travaux, cherchant à comprendre le processus de coping collectif durant la pandémie de COVID-19, ont montré que plus les individus s'identifiaient à leur communauté, plus leur orientation vers une gestion collective du stress était prononcée (Kim et al., 2022). Ces résultats sont en phase avec le modèle MTCC (Afifi et al., 2020), qui postule que l'identification au groupe prédit positivement l'orientation vers une gestion collective du stress.

Après avoir présenté les fondements du leadership, et plus spécifiquement ceux du leadership identitaire et ses implications dans les processus de coping, une question émerge : est-ce que les leaders influencent la mise en œuvre du coping collectif au sein des équipes sportives ? Plus précisément, est-ce que les leaders identitaires au sein de l'équipe, qu'ils soient des leaders formels ou informels sont impliqués dans l'initiation de stratégies de coping collectif ? Répondre à ces questions suppose de disposer d'outils méthodologiques capables de saisir à la fois les perceptions partagées de leadership, les interactions sociales et leur lien avec des processus collectifs. Comprendre l'influence du leadership sur le coping collectif nécessite en effet de s'interroger sur les outils méthodologiques mobilisables pour appréhender cette relation et ainsi identifier l'influence des leaders identitaires dans le processus de coping collectif. À ce titre, les

analyses de réseaux sociaux (*ARS*) apparaissent comme une approche particulièrement prometteuse.

2. L'analyse des réseaux sociaux : une approche adaptée à l'étude du leadership et du coping collectif

2..1 Mesurer le leadership identitaire

Pour évaluer le leadership identitaire, deux approches principales sont aujourd'hui mobilisées : les questionnaires standardisés et les ARS. Pour rappel, selon Steffens et al., (2014) le leadership identitaire repose sur quatre dimensions théoriques : « Être l'un de nous » (*Being one of us*), « Le faire pour nous » (*Doing it for us*), « Créer un sentiment d'appartenance » (*Crafting a sense of us*) et « Faire en sorte que nous soyons importants » (*Making us matter*) (voir Figure 6). Afin de mesurer ces dimensions, Steffens et al. (2014) ont développé l'Identity Leadership Inventory (*ILI*), un questionnaire en 16 items validé dans différents contextes, notamment organisationnels et sportifs. L'usage de cet outil a permis de documenter empiriquement les bénéfices du leadership identitaire dans le domaine du sport (voir Haslam, Fransen et al., 2020, pour une revue complète). Une version abrégée, le *ILI-Short Form* (ILI-SF), composée de quatre items, est également disponible (Steffens et al., 2014). Plus récemment, une version spécifiquement adaptée aux jeunes athlètes, le *Identity Leadership Inventory for Youth Sport* (ILI-Y), a été développée, en versions longue (16 items) et courte (5 items), afin de mieux répondre aux spécificités de cette population (Butalia et al., 2024).

Cependant, les questionnaires ne constituent pas la seule méthode pour mesurer le leadership identitaire. Des travaux récents (e.g., Bruner et al.,2022) ont eu recours aux ARS. Dans le champ des sciences du sport, et plus particulièrement dans l'étude de l'influence du leadership sur d'autres construits, l'usage de l'ARS connaît un développement croissant (Hambrick, 2019; Wäsche et al., 2017). Cette méthode permet de cartographier les relations entre les membres d'un groupe afin de visualiser et quantifier les structures d'interactions, d'influence et de communication. Les ARS offrent un avantage majeur : elles permettent d'identifier les leaders reconnus par leurs pairs, de repérer des formes de leadership informel et d'analyser les structures réelles d'influence au sein de l'équipe (Fransen et al., 2015). En particulier, elles permettent de croiser les dimensions du leadership identitaire avec d'autres variables, ouvrant ainsi la voie à une compréhension plus fine de la manière dont ce leadership est perçu, exercé sur le terrain, et de l'influence qu'il peut avoir sur d'autres processus collectifs. Cette approche a notamment été mobilisée par l'étude de Bruner et al. (2022) lorsqu'ils ont cherché à comprendre les relations entre leadership identitaire et identification sociale, en analysant les réseaux respectifs à deux

moments distincts d'une saison sportive. Les résultats montrent que les coéquipiers qui favorisent activement un sentiment partagé de « nous » sont également perçus comme fortement identifiés à l'équipe. De plus, les athlètes qui perçoivent leurs coéquipiers comme des leaders identitaires sont plus enclins à les considérer comme ayant une forte identification sociale. Les auteurs concluent à l'existence d'une relation mutuellement renforcée entre leadership identitaire et identification sociale.

Cette étude de Bruner et al. (2022) s'inscrit dans une lignée de recherches plus larges portant sur l'analyse du leadership au moyen des ARS (Hambrick, 2019). Cette méthode s'avère particulièrement pertinente pour saisir les dynamiques relationnelles complexes qui sous-tendent l'exercice du leadership identitaire dans des contextes collectifs. En offrant une représentation fine des interactions sociales, elle permet de mieux comprendre comment le leadership se structure et influence le fonctionnement du groupe (Hambrick, 2019). La section suivante présentera les principes fondamentaux de cette approche méthodologique, afin de montrer en quoi elle peut constituer une méthodologie pertinente pour explorer le lien entre le leadership identitaire et le coping collectif.

2.2 Analyse des réseaux sociaux : définition et concept

L'ARS est définie comme une combinaison de théories et de méthodes permettant l'analyse systématique des structures sociales et des relations au sein d'un réseau social (Bidart & Degenne, 2005). Selon cette approche, le réseau social est défini comme l'ensemble des « unités sociales et des relations que ces unités sociales entretiennent les unes avec les autres, directement ou indirectement [...] Les relations entre les éléments désignent des formes d'interactions sociales qui peuvent être elles aussi de natures extrêmement diverses : il peut s'agir d'échanges de services, de transmissions d'informations, de perceptions ou d'évaluations interindividuelles [...] et plus généralement de toutes sortes d'interactions verbales, gestuelles, ou encore la participation commune à un même événement » (Mercké, 2004, p. 4). En ARS, les relations sociales sont comprises à la fois comme un canal pour un transfert ou un échange de ressources (cognitives ou comportementales), mais aussi comme un engagement (moral, symbolique ou intentionnel) entre les membres du réseau (Bidart et al., 2011 ; Lazega, 2014).

L'ARS cherche notamment à étudier les comportements des membres d'un réseau social et leurs conséquences en prenant en compte simultanément les caractéristiques des acteurs (au regard de leurs caractéristiques individuelles et de leur place dans le réseau), les caractéristiques des relations qu'ils entretiennent entre eux, ainsi que les caractéristiques de l'ensemble du système (sa structure) (Borgatti et al., 2009 ; Hambrick., 2019 ; Lazega, 2014). Pour ce faire,

l'ARS peut s'appuyer sur différentes procédures et outils. L'un des outils dont dispose l'ARS est le sociogramme. Ce dernier permet une représentation graphique du réseau, de ses membres (appelés nœuds) et de leurs relations (appelés liens ou arêtes). L'avantage des sociogrammes est de permettre une représentation visuelle et graphique d'un réseau, de rendre l'invisible visible. Ces sociogrammes permettent de représenter facilement la forme ou la structure d'un réseau et de se représenter si ce réseau semble centralisé, dense mais non centralisé ou encore fragmenté (Voir Figure 7). Les sociogrammes permettent aussi de visualiser la position des membres au sein de ce réseau et de voir si, par exemple, certains individus sont isolés ou en dehors d'un réseau (Hambrick, 2019). Si les sociogrammes permettent une première lecture visuelle des relations, l'ARS s'appuie aussi sur des indicateurs mathématiques avancés pour étudier les dynamiques individuelles et structurelles (Hambrick, 2019 ; Lazega, 2014). Ainsi, des outils mathématiques issus de la théorie des graphes (Borgatti et al., 2009) permettent d'analyser les réseaux aux niveaux individuels et structurels (Hambrick, 2019 ; Lazega, 2014). Lorsqu'on se place au niveau individuel, les acteurs du réseau sont analysés à l'aide de mesures individuelles qui permettent de quantifier la centralité ou encore le prestige d'un individu dans le réseau (Zhang & Luo, 2017). Au niveau structurel, les différentes mesures permettent par exemple de quantifier la densité ou la centralisation d'un réseau, d'objectiver l'existence de sous-groupes et de cliques au sein des réseaux, ou encore de comparer des réseaux entre eux (Hambrick, 2019) (voir Figure 7).

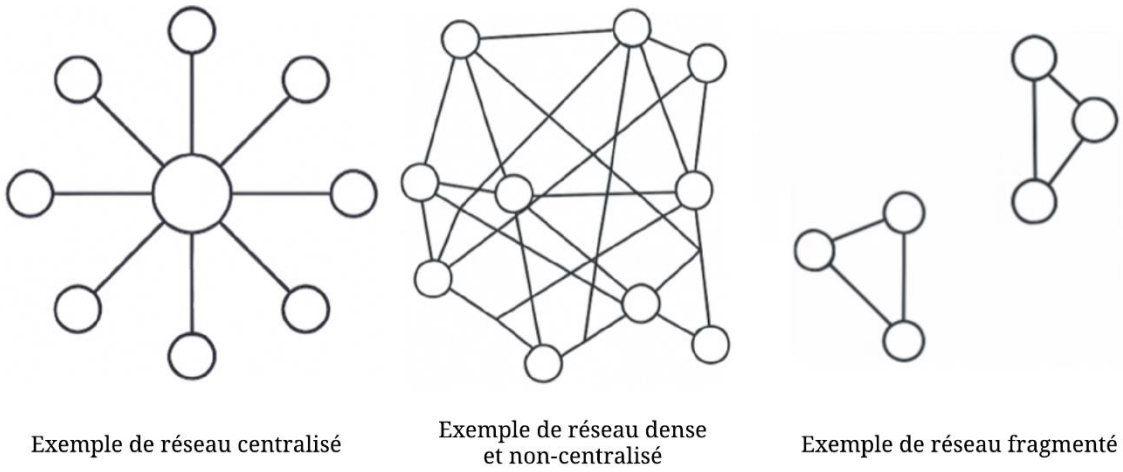


Figure 7. *Exemples de réseaux*

Cette approche doit son succès notamment à la fois pour sa capacité à représenter visuellement des structures invisibles, mais aussi pour ses qualités statistiques. En effet, les méthodologies statistiques traditionnelles présupposent l'indépendance des données, cependant, cette condition n'est pas satisfaite dans les groupes sociaux tels que les équipes sportives où les

membres sont interdépendants. L'ARS apparait comme une alternative efficace, car elle permet d'étudier les structures sociales et les relations au sein des équipes en tenant compte de cette interdépendance, ce qui en a fait un outil pour étudier diverses questions telles que celles relatives au leadership dans les équipes sportives (Flemington et al., 2023).

Cette approche, qui vise à comprendre comment la structure d'un réseau social (à travers la forme qu'il prend, les relations qui le composent et leur qualité) influence différents processus (Degenne & Forsé, 2004), a déjà fait ses preuves dans l'étude du leadership (e.g., Flemington et al., 2023), et plus particulièrement du leadership identitaire (e.g., Bruner et al., 2022). Or, dans la mesure où le coping collectif constitue lui aussi un processus social, relationnel et interpersonnel (Lyons et al., 1998), l'ARS apparaît comme une approche méthodologique pertinente pour en approfondir la compréhension. Comprendre le processus de coping collectif suppose de s'intéresser non seulement aux comportements individuels, mais aussi à la manière dont ces comportements s'inscrivent dans un tissu relationnel, façonné par la position sociale de chacun et par les dynamiques d'influence à l'œuvre dans le groupe. Ceci fait écho aux recommandations méthodologiques récentes de la littérature sur le coping collectif, qui soulignent la pertinence des ARS pour étudier ce type de processus (Tamminen & Neely, 2021).

Dans ce cadre, les ARS offrent des outils particulièrement adaptés pour cartographier ces relations, identifier les Figures d'influence, et analyser comment les leaders identitaires pourraient faciliter ou freiner la mise en œuvre du coping collectif. En articulant les apports théoriques du leadership identitaire avec les outils structurels de l'ARS, il deviendrait ainsi possible de mieux comprendre comment se construit le coping collectif au sein des équipes sportives.

Pour résumer

Des auteurs suggèrent que les leaders peuvent jouer un rôle clé dans le processus de coping collectif (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Pourtant, force est de constater que l'influence des leaders sur le coping collectif reste jusqu'ici inexplorée : la littérature s'étant principalement concentrée sur les capacités individuelles de coping des leaders. Pourtant, des éléments convergents invitent à interroger le rôle que les leaders pourraient jouer dans la mise en œuvre du coping collectif.

Certaines études suggèrent qu'il est plus pertinent, pour étudier la gestion du stress, de s'intéresser à la manière dont le leadership s'exerce plutôt qu'aux seuls styles ou caractéristiques des leaders (Nesse et al., 2024). Dans cette perspective, l'approche du leadership identitaire apparaît adaptée, en ce qu'elle postule que les leaders influencent leur groupe en construisant et mobilisant une identité partagée, un véritable « nous ». Cette identité constitue une base d'influence et de coordination vers des objectifs communs, deux dimensions clés d'un leadership efficace (Haslam et al., 2020 ; Steffens et al., 2014).

Des travaux montrent que le sentiment d'appartenance au groupe influence l'évaluation primaire et secondaire du stress, en renforçant la perception de contrôle et d'accès à des ressources de coping. La construction d'un sens du « nous » joue ainsi un rôle clé dans l'évaluation collective, en amenant les membres à percevoir les situations comme « notre problème » plutôt que « mon problème », une condition essentielle à l'émergence du coping collectif (Lyons et al., 1998). En développant une identité sociale partagée, les leaders peuvent transformer la manière dont les athlètes abordent le stress, en passant d'une réflexion individuelle (« Est-ce mon problème ? ») à une perspective collective (« Est-ce notre problème ? ») (Hartley et al., 2020). Ce constat est renforcé par des travaux montrant que l'appartenance au groupe est liée à une plus grande orientation vers le coping collectif (Afifi et al., 2020 ; Kim et al., 2022). Ainsi, favoriser le "nous" avant le "je" apparaît comme une condition clé au développement du coping collectif (Woodhead et al., 2024). Ensemble, ces résultats offrent une base théorique et empirique pour articuler coping collectif et leadership identitaire, et interroger le rôle que ce dernier pourrait jouer dans ce processus.

L'ARS par sa capacité à rendre compte des dynamiques relationnelles complexes qui structurent les groupes représente une méthodologie pertinente pour étudier l'influence du leadership identitaire sur le coping collectif (Degenne & Forsé, 2004; Wäsche et al., 2017). En rendant visibles les structures d'interactions sociales, cette approche offre des outils adaptés pour examiner dans quelle mesure le leadership identitaire influence la mise en œuvre du coping collectif (Tamminen & Neely, 2021).

Chapitre 2. Programme de recherche

Problématique et questions de recherche

Les athlètes évoluent dans des environnements sociaux et de performances caractérisés par une diversité de sources de stress et de crises, de natures et d'intensités variées (Arnold & Fletcher, 2021 ; Tamminen & Cai, 2024). Classiquement, les recherches sur le coping en contexte sportif se sont principalement centrées sur l'individu (Crocker et al., 2015 ; Nicholls & Polman, 2007). Pourtant, les individus « ne gèrent pas le stress seuls, c'est-à-dire isolés et détachés des autres » (Lyons et al., 1998, p. 582). C'est dans cette perspective que Lyons et al. (1998) ont développé le modèle du coping collectif, par la suite enrichi par Afifi et al. (2020). Ce cadre théorique permet de mieux comprendre comment les athlètes s'adaptent aux sources de stress partagées dans leur environnement social. Ainsi, ce cadre théorique mobilisé tout au long de ce travail de thèse s'avère particulièrement pertinent pour analyser le processus de gestion du stress au sein d'environnements sociaux complexes tels que les équipes sportives (Eckardt & Tamminen, 2023).

Malgré l'intérêt croissant pour l'étude du coping collectif, plusieurs zones d'ombre persistent. Ces zones d'ombres concernent notamment les contextes spécifiques dans lesquels ce processus se déploie. En effet, si le coping collectif peut émerger dans des situations de stress fréquentes dans le sport de haut niveau telles que la pression compétitive, les contre-performances ou encore les tensions interpersonnelles pouvant survenir entre coéquipiers au cours d'un match , certains auteurs suggèrent que le coping collectif est particulièrement mobilisé face à des sources de stress de grande ampleur (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Cai, 2024). Parmi celles-ci, les crises systémiques, telles que celle engendrées par la pandémie de COVID-19, apparaissent comme des situations particulièrement pertinentes pour investiguer les processus du coping collectif (Tamminen & Cai, 2024). Ainsi, bien que la crise sans précédent liée à la pandémie de COVID-19 ait constitué un contexte unique pour mieux comprendre la mise en œuvre du coping collectif, aucun travail à ce jour ne s'est saisi de cette opportunité pour investiguer comment les équipes sportives y ont collectivement fait face. Cela soulève une première interrogation : comment un tel contexte peut influencer le fonctionnement des équipes sportives, et comment les équipes sportives peuvent-elles faire face collectivement à cette situation sans précédent ?

Par ailleurs, bien que le modèle enrichi du coping collectif proposé par Afifi et al. (2020) mette en lumière divers facteurs susceptibles de favoriser ou d'entraver sa mise en œuvre, depuis la congruence des évaluations jusqu'à l'élaboration de stratégies de coping collectif, ces travaux

portent essentiellement sur des contextes tels que les catastrophes naturelles ou les maladies chroniques. À ce jour, et à notre connaissance, ces facteurs n'ont pas encore été étudiés dans le contexte spécifique du sport de haut niveau. Dès lors, il semble important de s'interroger sur les processus à l'œuvre et de chercher à comprendre quels sont les facteurs qui facilitent ou freinent l'instauration d'un coping collectif au sein des équipes sportives ?

Au-delà de l'analyse des conditions d'émergence du coping collectif, ses conséquences ont également été explorées dans divers domaines, mais elles demeurent largement inexplorées dans le contexte sportif. Or, au regard de la place centrale qu'occupe la performance en sport (Weinberg & Gould, 2024), une autre question semble particulièrement pertinente : quels sont les effets du coping collectif sur la performance des équipes sportives ?

Enfin, Lyons et al. (1998) avancent que tous les membres d'un collectif ne jouent pas un rôle équivalent dans le processus de coping collectif. Ainsi, plusieurs auteurs (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014) suggèrent que les leaders, du fait de leur statut et de leur influence au sein des groupes, pourraient jouer un rôle central dans la mise en œuvre du coping collectif. Ce constat invite à se demander si tous les membres d'une équipe participent-ils de manière équivalente au coping collectif ? Plus particulièrement, des passerelles théoriques et empiriques ont été établies entre le leadership identitaire et le coping individuel, soulignant la nécessité d'examiner plus en profondeur le rôle et l'implication des leaders identitaires dans le processus de coping collectif. Dès lors, une dernière interrogation s'impose : quel rôle jouent les leaders identitaires dans la coordination des efforts collectifs pour faire face au stress partagé ?

Ensemble, ces interrogations mettent en lumière la complexité de coping collectif dans les équipes sportives. Elles appellent à mieux comprendre les conditions psychosociales et contextuelles de son émergence, les facteurs qui en favorisent ou en freinent la mise en œuvre, ses conséquences sur la performance, ainsi que les rôles que peuvent jouer les leaders dans ce processus. Au-delà de de la description de ces éléments, il s'agit d'interroger plus fondamentalement comment et pourquoi ce processus se met en place. C'est à partir de ces constats que s'ancre la présente thèse, qui vise à répondre à la question suivante : Comment les membres d'une équipe sportive se coordonnent-ils pour faire face collectivement aux sources de stress ? Pour répondre à cette problématique trois objectifs sous-jacents ont guidé ce travail de thèse : (1) décrire les facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux susceptibles de favoriser ou d'entraver l'adoption de stratégies collectives d'adaptation ; (2) analyser le rôle et l'implication des leaders dans le processus de coping collectif ; et (3) investiguer les conséquences du coping collectif et plus particulièrement sur la performance subjective des

équipes. Répondre à ces questions permettrait de mieux comprendre comment l'équipe s'organise collectivement pour faire face à des sources de stress partagées. Un tel éclairage présente un intérêt théorique majeur pour l'étude du coping collectif, un processus encore peu investigué en contexte sportif. Il contribuerait à en affiner la compréhension, notamment en précisant les conditions sociales et contextuelles de son émergence.

Pour répondre à cette question, ce travail de thèse a été pensé en trois temps, chacun faisant l'objet d'une étude scientifique. L'approche méthodologique adoptée se veut plurielle, mobilisant des méthodes qualitatives (étude 1), quantitatives (étude 2) et mixtes (étude 3), afin de saisir pour partie la complexité du processus de coping collectif dans des contextes sportifs variés. La progression entre les études répond à une logique de construction allant du cas particulier, une étude de cas menée auprès d'une équipe de hockey sur glace professionnelle dans un contexte exceptionnel de pandémie de Covid-19, vers une volonté de rendre les résultats plus généralisables, à travers une étude mixte impliquant des équipes issues de différents sports dans un contexte de match réel.

1. Etude 1. Le coping collectif en situation de crise systémique

La première étude s'intéresse au coping collectif dans un contexte de crise systémique : la pandémie de COVID-19. Cette période a profondément bouleversé le monde du sport, tant sur le plan organisationnel que psychologique. Elle a été décrite comme une « crise transitionnelle » (Schinke et al., 2020, p. 410) et un « obstacle au développement de la carrière » des athlètes (Stambulova et al., 2022, p. 93), générant des impacts émotionnels et cognitifs majeurs chez les sportifs (e.g., Jia et al., 2022 ; Shukla et al., 2023). Si plusieurs études ont documenté les réponses individuelles à cette crise (di Fronso et al., 2020 ; Mehrsafar et al., 2020 ; Szczypińska et al., 2021), très peu se sont intéressées aux réponses collectives. À ce jour, seules les études de Kim et al. (2022), en psychologie des communautés, et de Pété et al. (2021), en psychologie du sport, ont abordé cette crise à travers une approche interpersonnelle, sans explorer de manière approfondie les processus sociaux sous-jacents. Pourtant, comme le soulignent Tamminen et Cai (2024), ce contexte est propice pour étudier comment les groupes peuvent faire face collectivement à des sources de stress dans un contexte de crise. Cette étude de cas qualitative visera une exploration fine des processus sociaux à l'œuvre dans le coping collectif. Cette approche reposera sur des entretiens semi-directifs et une analyse thématique.

Objectifs

Cette étude vise à comprendre comment une équipe sportive professionnelle fait face collectivement à la crise du COVID-19. Plus spécifiquement, il s'agira de :

- Identifier les sources de stress partagées par les athlètes dans ce contexte de crise ;
- Décrire les stratégies collectives mises en œuvre pour y faire face ;
- Analyser le rôle joué par les leaders dans l'émergence et la régulation de ces dynamiques collectives.

Cette première étude de cas adopte une posture exploratoire en se centrant sur une situation exceptionnelle : la pandémie de COVID-19. Elle vise à documenter de manière fine le processus de coping collectif en contexte de crise systémique. Afin de dépasser les limites inhérentes à cette méthodologie et au caractère exploratoire de l'étude, et dans l'objectif d'étendre ces résultats à des environnements compétitifs plus classiques, l'étude suivante s'inscrit dans un contexte général de performance sportive.

2. Etude 2. Le rôle des leaders identitaires dans le coping collectif

La deuxième étude s'inscrit dans la continuité de la précédente en approfondissant un aspect central de ce travail de thèse : le rôle des leaders dans le processus de coping collectif. Si la littérature souligne l'influence des leaders dans diverses dynamiques collectives au sein des équipes sportives (Cotterill & Fransen, 2016 ; Fransen et al., 2020), peu d'études ont empiriquement examiné leur contribution spécifique au coping collectif en contexte sportif, malgré plusieurs propositions théoriques en ce sens (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). Le leadership identitaire, en particulier, pourrait constituer un levier clé en favorisant des évaluations partagées ainsi que la mobilisation de ressources cognitives, émotionnelles et comportementales nécessaires à l'élaboration de réponses collectives face au stress (Haslam et al., 2020 ; Hartley et al., 2022). Par ailleurs, des travaux menés en psychologie de la santé ou de la famille ont mis en évidence plusieurs bénéfices associés à la mise en place du coping collectif, tels qu'un soutien émotionnel accru, une mise en commun des ressources pour faire face à la source de stress, une réduction du stress perçu, et une amélioration de la capacité de résolution collective des problèmes et de la résilience (Afifi et al., 2020 ; Helgeson et al., 2017, 2018). En psychologie du sport, bien que peu d'études se soient penchées sur les effets du coping collectif, les travaux disponibles suggèrent que cette approche permet de renforcer les liens et les relations au sein des groupes (e.g., Neely et al., 2017 ; Tamminen et al., 2016). Toutefois, à notre connaissance, aucune étude n'a encore examiné les liens entre les dimensions spécifiques du coping collectif et la performance des équipes sportives. Si les conséquences du coping sur le fonctionnement optimal et la performance des athlètes sont bien documentées au niveau

individuel (Kent et al., 2018 ; Nicholls et al., 2016), les effets du coping collectif sur la performance des équipes demeurent, à ce jour, largement inexplorés dans la littérature.

L'enjeu principal de cette étude est d'examiner dans quelle mesure les leaders adoptant un leadership identitaire influencent la mise en œuvre de stratégies collectives de coping, et si ce processus est associé à des effets sur la performance collective (Eckardt & Tamminen, 2023 ; Tamminen & Neely, 2021). Une étude mobilisant une approche par analyse des réseaux sociaux (ARS) sera conduite afin d'identifier les leaders au sein des équipes et de cartographier les dynamiques relationnelles associées au coping collectif. Des analyses de type PAQ permettront d'examiner l'implication des leaders identitaires dans la mise en œuvre de ce processus. Des mesures de leadership identitaire, de coping collectif perçu et de performance collective perçue seront recueillies à l'aide de questionnaires.

Objectifs

Cette étude vise à analyser l'implication des leaders identitaires dans le processus de coping collectif en contexte sportif. Il s'agit notamment de chercher à:

- Identifier les acteurs jouant un rôle central dans la gestion collective du stress ;
- Examiner le lien entre leur position perçue de leadership identitaire et leur implication dans le processus de coping collectif ;
- Evaluer les liens entre les dimensions du coping collectif et la performance collective perçue.

Cette deuxième étude s'appuie sur un échantillon plus large d'équipes engagées en compétition évoluant entre le Tiers 3 et le Tiers 4, selon la classification proposée par McKay et al. (2021). Elle a pour objectif principal d'approfondir la compréhension de l'implication du leadership identitaire dans la mise en œuvre du coping collectif. Alors que la première étude propose un travail exploratoire dans un contexte singulier, au sein d'une seule équipe, avec ses dynamiques sociales, ses normes et ses valeurs spécifiques, la seconde étude vise à prolonger cette première exploration dans un cadre plus ordinaire de saison sportive, et auprès d'un échantillon plus étendu d'équipes de hockey sur glace.

3. Etude 3. Le coping collectif auprès d'une d'équipes en situation de compétition réelle

Des travaux menés dans divers champs, en dehors de la psychologie du sport, ont permis d'identifier plusieurs facteurs favorables ou défavorables à l'émergence du coping collectif (Afifi et al., 2020). Toutefois, les études menées dans le champ sportif restent encore limitées. Alors

que les deux premiers temps permettent de commencer à cartographier les antécédents du coping collectif, le troisième temps vise au travers d'une étude mixte à compléter la connaissance de ces antécédents et comprendre comment ces mécanismes s'opèrent concrètement face à des situations de stress réelles vécues en match. Au-delà de l'étude des conditions d'émergence du coping collectif, ce troisième temps de recherche vise également à comprendre et mesurer la congruence des perceptions entre les membres d'une même équipe concernant le processus lui-même, notamment à travers le degré de partage des évaluations et des stratégies collectives mises en œuvre (Basinger, 2018). Cette troisième étude complète ainsi les deux précédentes en ancrant l'analyse du coping collectif dans des situation de stress réelles dans une variété de contextes compétitifs. Cette étude adopte une approche mixte combinant des questionnaires (évaluations, stratégies, perception du stress collectif) et des focus-groupes.

Objectifs

Cette étude vise à :

- Évaluer dans quelle mesure les athlètes d'une même équipe partagent leurs évaluations des situations stressantes vécues en match ;
- Évaluer dans quelle mesure les athlètes d'une même équipe partagent leurs évaluations quant à la mise en œuvre de stratégies de coping collectif ;
- Identifier les facteurs psychosociaux et contextuels susceptibles de favoriser ou d'entraver ces processus de partage.

La progression proposée entre les études permet de passer d'une analyse qualitative du coping collectif auprès d'une seule équipe de hockey sur glace professionnelle en réponse à un contexte de crise à une analyse plus large des conditions d'émergence du coping collectif dans des environnements compétitifs. La diversité des disciplines et des genres permettra d'examiner le coping collectif dans des environnements culturels et organisationnels variés. Les données ont été recueillies dans une diversité de contextes afin de mieux comprendre les conditions d'émergence et de mise en œuvre du coping collectif, dans la mesure où cette diversité permet d'identifier les facteurs contextuels, relationnels et organisationnels susceptibles de favoriser ou d'entraver ce processus selon les situations. Les études portent ainsi sur le processus de coping déployé face à la crise sanitaire liée à la pandémie de COVID-19, mais également face à des sources de stress spécifiques vécues en match, ou dans le cadre plus général d'une saison sportive. La progression entre les trois études permet de couvrir un large éventail de sources de stress et de contextes sportifs, étendant ainsi la compréhension du coping collectif aux différentes situations auxquelles une équipe sportive peut être confrontée au cours d'une saison, qu'il

s'agisse de crises majeures ou de périodes de compétition, et ce dans des environnements où la performance constitue un enjeu central. Cette approche tient également compte de la diversité des logiques internes propres à différents sports, qu'il s'agisse de l'organisation du jeu, du rythme, de la spatialité, des cultures d'équipe ou encore des normes implicites qui les traversent. Dans cette perspective, un soin particulier a été apporté à la sélection des populations étudiées, afin de garantir la pertinence et la transférabilité des résultats au sein du sport de haut niveau. Au total, 466 athlètes issus de 20 équipes sportives, dont 17 de hockey sur glace, 2 de basketball et 1 de football, ont participé aux trois études constituant ce travail de thèse. Ces équipes évoluent entre le Tiers 3 et le Tiers 4, selon la classification proposée par McKay et al. (2021), correspondant à un niveau de pratique à minima national et pour lequel les exigences de performance sont particulièrement élevées.

En croisant différents environnements compétitifs, des contextes de stress variés (crise, match, saison), et les logiques internes propres à chaque collectif sportif, cette progression permet d'appréhender le coping collectif dans toute sa complexité. Elle offre ainsi un cadre pour répondre à la question centrale de ce travail de thèse : comment les membres d'une équipe sportive se coordonnent-ils pour faire face collectivement aux sources de stress ?

Pour y répondre, les trois études visent à explorer : les différents contextes dans lesquels le coping collectif émerge, et en particulier la forme qu'il prend lors de situations de crise ; les facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux susceptibles d'en faciliter ou d'en freiner la mise en œuvre ; les conséquences de ce processus sur la performance des équipes sportives. Enfin, elles interrogent la répartition des rôles au sein du processus de coping collectif, en accordant une attention particulière au rôle potentiel joué par les leaders identitaires dans son émergence.

Après avoir présenté les questions qui ont motivé ce travail doctoral, la section suivante vise à présenter la posture épistémologique et ontologique l'ayant guidé. La présentation du réalisme critique, posture dans laquelle s'inscrit ce travail, constitue un préalable nécessaire à la compréhension de la cohérence d'ensemble de la démarche, notamment en ce qui concerne l'articulation entre les approches qualitatives, quantitatives et mixtes mobilisées au sein des différentes études. En outre, cette section propose une réflexion sur la position spécifique occupé par le chercheur dans le cadre de ce projet financé par le dispositif CIFRE. Cette double appartenance à la croisée des mondes académiques et professionnels soulève des enjeux à la fois méthodologiques, éthiques et scientifiques, qui seront discutés au regard de leur impact sur la production de connaissances et sur la posture adoptée tout au long de la thèse.

Posture épistémologique et ontologique

« Le réel ne se donne jamais à voir directement.
Il dépend de nos outils conceptuels et
méthodologiques pour être mis au jour »
(Lahire et al., 2025, p. 33)

Partir de cette affirmation du sociologue Bernard Lahire revient à reconnaître d'emblée que la réalité n'est pas immédiatement accessible. Elle se trouve « voilée » par nos catégories de pensée, nos cadres théoriques et nos instruments de recherche. Ainsi, dans nos intentions de « dévoiler » la réalité ou tout du moins d'en dévoiler une partie, nous devons, situer notre conception de la réalité (ontologie) et notre conception de la connaissance et de sa production (épistémologie). Pour tenter de comprendre un peu mieux comment les équipes sportives font face collectivement à des situations de stress, nous avons adopté pour cette thèse une posture de réalisme critique. Le concept de réalisme critique a été développé par le philosophe des sciences Roy Bhaskar dans *A Realist Theory of Science* publié en 1975 et est parfois qualifié de « troisième voie » (Bergin et al., 2008, p. 170) ou « voie du milieu » (Meissonier, 2022, p. 149) entre le positivisme et le relativisme. Le réalisme critique combine un réalisme ontologique en postulant que le monde réel existe en dehors de la conception ou perception que nous en avons et un relativisme épistémologique, qui reconnaît que toute connaissance ou production de connaissance est un produit social dépendant des conditions historiques, sociales et théoriques dans lequel il est établi. Dès lors, cette connaissance reste partielle, incomplète, sujette à interprétation (Braun & Clarke, 2022 ; Ryba et al., 2020 ; Willis, 2023).

Dans cette partie, nous présentons brièvement les fondements ontologiques et épistémologiques du réalisme critique, avant d'exposer comment ce positionnement a guidé notre ligne de recherche et assuré une cohérence méthodologique dans notre manière d'appréhender (une partie de) la réalité. Conscient que toute démarche scientifique implique une forme de réduction (à travers les cadres théoriques, les concepts ou les outils mobilisés), l'objectif n'était pas de restituer un réel exhaustif, mais d'en produire des représentations théoriques et empiriques suffisamment pertinentes pour éclairer la façon dont les équipes sportives s'adaptent collectivement aux situations de stress.

1. Le réalisme critique : réalité stratifiée et connaissance du réel

Le réalisme critique postule qu'il existe une réalité indépendante de ce que le chercheur en pense et des descriptions qu'il en fait (Braun & Clarke, 2022). Cette approche ontologique ancre le monde dans un cadre spatio-temporel précis. Le réel est en constante évolution : le monde d'aujourd'hui n'est pas celui du passé ou du futur (Rapin & Gendron, 2022). Un autre

point saillant du réalisme critique, est que la réalité n'est pas uniforme mais au contraire constituée de structures et de mécanismes existants indépendamment de nous. Le réalisme critique pose aussi que ce monde réel est « stratifié » en trois niveaux (ou domaines) d'existence quant à la compréhension que nous pouvons en avoir : le réel, l'actuel et l'empirique (Bergin et al., 2008; Meissonier, 2022).

Premièrement, le réel englobe « tout ce qui existe », qu'il soit naturel ou social, indépendamment du fait que nous puissions en faire directement l'expérience ou que nous ayons conscience de ses caractéristiques. Ce niveau inclut les structures, les mécanismes et les pouvoirs causaux qui existent indépendamment de notre capacité à les percevoir ou à les expérimenter. Ces mécanismes et pouvoirs causaux peuvent être physiques, biologiques, sociaux, culturels, etc. Le niveau du réel englobe tout ce qui existe, tout ce qui possède des caractéristiques et qui est de nature à avoir un effet sur d'autres entités de ce même niveau de réalité. Le réalisme critique accorde une grande importance à la notion de « pouvoir causal ». Les entités (objets, institutions, structures sociales, etc.) possèdent des propriétés et des pouvoirs qui peuvent produire certains effets dans des conditions appropriées. Ces pouvoirs ne sont pas toujours en exercice, mais ils existent potentiellement. Le domaine réel est perçu comme un système ouvert et complexe (Trinquecoste, 2022). Il s'agit d'un système non contrôlé par l'humain dont « la complexité des interactions engendre des émergences imprévisibles, plutôt que des conjonctions constantes de type « cause-à-effets » prévisibles » (Rapin & Gendron, 2022, p. 69).

Deuxièmement, le domaine de l'actuel est celui où les mécanismes se manifestent effectivement sous forme d'événements ou de processus observables (ou non). Le niveau de l'actuel est celui des interactions « à l'œuvre » et de ce qui advient. L'actuel « existe indépendamment de la capacité de l'individu à appréhender ses composants » (Trinquecoste, 2022, p. 328).

Enfin, le domaine de l'empirique, est celui des expériences et observations faites par les acteurs (individus ou collectifs). Il ne se limite qu'à ce que nous percevons ou observons directement (ou indirectement) ; toutes les occurrences de l'actuel ne sont pas nécessairement expérimentées. C'est ce que nous captons à travers nos sens ou nos instruments de mesure et sur lequel nous pouvons théoriser (Bergin et al., 2008; Rapin & Gendron, 2022).

Ces trois strates montrent que le domaine du réel dépasse largement celui de l'empirique, même si ce dernier reste en lien avec les niveaux plus profonds et plus larges que sont le réel et l'actuel (Bergin et al., 2008). Cette stratification est capitale : elle signifie que la réalité ne peut pas être réduite à ce qui est immédiatement observable. Il peut exister des mécanismes réels qui

sont actifs sans être visibles dans l'empirique ou qui ne se manifestent pas dans l'actuel à un moment donné. Dans cette perspective, il ne s'agit pas seulement de décrire ce qui est observable, mais de comprendre les structures et mécanismes sous-jacents qui, dans certaines conditions, produisent les phénomènes étudiés.

Dans cette optique, le réalisme critique adopte une position intermédiaire entre le positivisme et le constructionnisme en ce qui concerne la connaissance du réel et les conditions de sa construction. D'une part, il admet l'existence d'une réalité indépendante de la conscience ou de l'observation du chercheur ; d'autre part, il reconnaît l'impossibilité d'en saisir pleinement la nature, même en s'appuyant sur des observations et expériences rigoureuses (Meissonier, 2022). Le réalisme critique souligne également la dimension construite du savoir scientifique, ce qui écarte la possibilité de formuler des lois immuables et universelles. Au lieu de prétendre dévoiler des lois générales et universelles expliquant de manière définitive le fonctionnement du monde, le réalisme critique propose de repérer des patterns qui se manifestent à travers la réalité ; tout en reconnaissant que celle-ci n'est jamais appréhendée directement. On passe ainsi d'une quête de lois figées à la mise en évidence de régularités, considérées comme des indices partiels d'une réalité qui demeure, en grande partie, hors de portée. Dès lors que la réalité est reconnue comme inaccessible dans son essence et dans son intégralité, le réalisme critique « invite les chercheurs à en étudier les manifestations les plus génériques » (Meissonier, 2022, p. 149). Le réalisme critique reconnait également la dimension construite du savoir scientifique (Braun & Clarke, 2022). En prenant l'exemple des données recueillies en recherche qualitative, les autrices expliquent que ces données ne donnent pas un accès direct à une réalité objective, mais à une représentation de cette réalité, une représentation façonnée par la perception des participants, leur contexte culturel et linguistique, puis interprétée par le chercheur à travers ses outils méthodologiques, son langage, son positionnement scientifique et sa propre histoire (Braun & Clarke, 2022).

Cette posture invite ainsi à assumer que la production de connaissances en sciences humaines repose à la fois sur l'enquête du réel et sur la construction interprétative du chercheur. C'est dans cette perspective que la section suivante s'attachera à présenter la démarche méthodologique de cette thèse, fondée sur l'articulation d'approches qualitatives, quantitatives et mixtes. Démarche qui vise à saisir au plus près du terrain une partie de la complexité du coping collectif dans les équipes sportives de haut niveau. Elle reviendra également sur la démarche réflexive conduite tout au long du processus de recherche.

2. La démarche adoptée au cours de cette thèse

> « Malgré tout il (le réel) manifeste sa puissance agissante indépendamment de nous (chercheurs aussi bien qu'acteurs ordinaires), et ce même si nous décidons de détourner le regard ou de fermer les yeux. Le réel existe et est structuré en lui-même. Nous ne le « construisons » pas. Nous le reconstruisons, au sens où nous essayons d'en donner une image ou une représentation qui soit la plus adéquate et la plus vraie possible (Lahire et al., 2025, p. 33) »

Comme nous l'avons souligné, si le réel existe indépendamment de notre perception et ne se révèle jamais totalement, il n'en reste pas moins partiellement accessible, et ce toujours selon une certaine perspective. C'est en mobilisant nos outils conceptuels et méthodologiques (eux-mêmes issus d'un point de vue théorique situé), en les confrontant aux données empiriques, et en adoptant une posture réflexive, que nous pouvons progresser dans la compréhension des mécanismes et des structures à l'œuvre dans les phénomènes étudiés, ici le coping collectif en sport. Ainsi, nous reconnaissons et assumons que l'accès au réel implique non seulement une limitation inhérente à ce qui peut être observé, mais aussi un cadrage théorique situé ; en l'occurrence, celui du coping collectif, tel que proposé par Afifi et al. (2020) et Lyons et al. (1998) ; qui oriente ce que l'on choisit de voir, de nommer et d'analyser.

C'est dans cette perspective à la fois réaliste (en postulant l'existence d'une réalité indépendante) et critique (en reconnaissant la dépendance de notre savoir à des contextes historiques, sociaux et théoriques) que s'inscrit la démarche adoptée dans ce travail. Ce positionnement, ancré dans le réalisme critique, vise ainsi à concilier une double exigence : d'une part, explorer des patterns qui renvoient à une portion de la réalité ; d'autre part, garder à l'esprit que les connaissances produites restent construites, partielles, et toujours ouvertes à la remise en question.

Dans ce cadre, cette thèse se structure autour de trois études complémentaires, qui illustrent chacune, à leur manière, une démarche inspirée du réalisme critique. Nous avons d'abord réalisé une étude de cas exploratoire auprès d'une équipe de hockey sur glace professionnelle pendant la période de pandémie de COVID-19. En mobilisant une approche qualitative, l'objectif de cette étude était d'identifier comment la situation sanitaire avait impacté le fonctionnement de l'équipe, la manière dont les joueurs se sont adaptés en tant que collectif, ainsi que le rôle joué par les leaders dans ce processus de coping collectif. Les méthodes qualitatives sont particulièrement recommandées lorsqu'il s'agit de comprendre « comment » et « pourquoi » un phénomène social se produit (Levitt et al., 2017) ; cette approche promettait donc d'être appropriée pour répondre aux questions posées dans le cadre de cette étude. Une telle

approche faisait également sens dans une optique de réalisme critique puisqu'elle permettait *a priori* d'explorer en profondeur les dynamiques réelles et souvent difficiles à observer (mécanismes d'adaptation, relations de leadership), en tenant compte des conditions spécifiques (normes sanitaires, incertitudes liées au contexte pandémique) qui influencent ces phénomènes. En effet, s'appuyant sur les conceptions du réalisme critique décrites plus haut, nous avons adopté la conception d'une réalité sociale multi-niveaux, dans laquelle les entretiens offrent un accès aux interprétations de la réalité des participants, tout en permettant d'analyser à la fois les contraintes imposées par le contexte social, les ressources dont disposent les acteurs afin d'essayer de comprendre certains mécanismes à l'œuvre dans le processus du coping collectif durant cette période particulière. De plus, notre démarche s'est alignée sur les recommandations de Crocker et al. (2015) qui soulignent la nécessité de mettre en œuvre une recherche qualitative pour comprendre le coping collectif en contexte écologique sportif.

Pour la seconde étude, nous avons mobilisé une approche quantitative conduite auprès de 15 équipes sportives dans un contexte de saison sportive cette fois-ci ordinaire. En mobilisant des méthodes issues de l'ARS, l'objectif de cette étude était de comprendre comment se met en œuvre le processus de coping collectif et plus particulièrement comment les leaders identitaires sont impliqués dans ce processus. Dans une perspective de réalisme critique, ce recours à des indicateurs quantitatifs constitue pour nous un moyen de dégager des régularités et d'approcher les mécanismes sous-jacents. En même temps, nous restons conscients que la mesure effectuée et l'interprétation proposée sont tributaires des constructions théoriques relatives au coping collectif (Afifi et al., 2020 ; Lyons et al., 1998) ou au leadership identitaire (Haslam, Reicher, et al., 2020; Hogg, 2001), et des instruments méthodologiques mis en œuvre (Borgatti et al., 2009), et qu'ils ne sauraient donc prétendre à une révélation directe et exhaustive de la réalité.

Enfin, la troisième et dernière étude a été réalisée en s'appuyant sur une méthode mixte séquentielle analytique (Creswell & Creswell, 2018; Ryba et al., 2020) auprès de quatre équipes issues de différents sports, dans un contexte de match réel. Cette étude a combiné l'utilisation de questionnaires avec des focus groupes. En mobilisant une méthode mixte séquentielle analytique, l'objectif de cette étude était de comprendre les mécanismes qui facilitent ou entravent, d'une part, la construction d'une compréhension partagée d'une situation de stress, et, d'autre part, le processus de coping collectif. Dans le cadre du réalisme critique, cette combinaison de méthodes qualitatives et quantitatives, appliquées dans un contexte « réel », soutient l'idée qu'accéder aux mécanismes profonds nécessite de varier les approches et de replacer les acteurs dans leur

environnement habituel, afin de capter au mieux les logiques internes (souvent invisibles) de leurs interactions

En définitive, l'articulation de ces trois études ; étude de cas qualitative et exploratoire, analyse quantitative sur un échantillon plus large et recherche mixte en contexte écologique ; répond à la logique du réalisme critique, qui préconise la pluralité des méthodes pour appréhender les diverses strates de la réalité (Quidu, 2023). Cela nous permet d'aborder à la fois les mécanismes potentiels (domaine du réel) et leurs manifestations observables (domaine de l'empirique), tout en gardant en mémoire que tout résultat demeure partiellement tributaire de nos outils théoriques et pratiques.

3. Réflexions sur ma position en tant que doctorant en thèse CIFRE

En tenant compte du fait que la perception et l'élaboration du réel par les chercheurs se construisent à partir de l'ensemble des expériences qu'ils accumulent, elles-mêmes étroitement liées à leur position et à leur contexte dans le monde social (Lahire et al., 2025), il est essentiel de préciser que sur un plan plus réflexif, ma position de chercheur requiert une vigilance particulière. En effet, en tant que doctorant en thèse CIFRE au sein d'un club de hockey sur glace professionnel, je cumule plusieurs statuts : préparateur physique, coordinateur du staff médical et membre d'une équipe de recherche. J'appartiens donc à plusieurs groupes (l'équipe au sens large, le staff sportif, l'équipe médicale et le laboratoire universitaire), ce qui m'offre une proximité unique : je partage au quotidien les réussites, les doutes et j'assiste directement aux situations de stress, parfois vécues avec les joueurs, parfois limitées au staff ou au groupe médical. Je suis ainsi ce que Brannick et Coghlan (2007) nomment un *insider researcher*, c'est-à-dire un chercheur doctorant qui « travaille et mène ses recherches avec et au sein de membres d'organisations ou de communautés dont il fait lui-même partie » (p.59). Cette immersion me procure une vision quasi ethnographique des dynamiques de l'équipe, tout en soulevant des questions éthiques et méthodologiques liées à ma double (voire triple) appartenance. Cette immersion est un avantage puisque « pour s'intégrer dans la communauté de pratique étudiée, le chercheur doit partager le langage professionnel, être familier de la culture, connaître les spécificités du milieu étudié, engager une coopération avec les acteurs dans la durée et se faire reconnaître progressivement comme une aide potentielle pour améliorer les pratiques » (Leblanc, 2017, p. 6). Cette posture présente un certain nombre d'intérêts, notamment en matière d'accès au terrain et de compréhension fine du contexte, mais elle n'est pas exempte de biais. Elle peut limiter la prise de recul, renforcer certaines présuppositions implicites, ou encore invisibiliser des dynamiques devenues trop familières (Brannick & Coghlan, 2007). Ainsi, pour contrebalancer

mon regard d'*insider*, nous avons par exemple choisi de mener les entretiens semi directifs de la première étude en binôme avec une autre chercheuse qui n'avait aucune connaissance du monde du hockey professionnel. Cette approche présentait un double intérêt : d'une part, un regard « naïf » permettait de poser des questions qui, pour moi, auraient pu sembler évidentes mais qui méritaient d'être clarifiées ; d'autre part, elle évitait que mon vécu personnel, marqué par ma participation au contexte de stress, ne biaise trop la collecte de données ou l'interprétation. Dans la même optique, lors de la troisième étude nous avons également élargi la diversité des terrains de recherche, en sollicitant d'autres équipes, d'autres sports et d'autres tranches d'âge. Cette multiplicité d'environnements et de points de vue nous a permis de mieux confronter nos hypothèses et de limiter les effets d'une vision trop monolithique liée à un seul contexte Il convient ainsi de préciser que cette proximité avec le terrain, caractéristique de mon statut de chercheur CIFRE, ne concerne que l'équipe de hockey sur glace des Ducs d'Angers. Dans les autres études, les conditions d'accès aux athlètes, ainsi que le degré d'immersion dans les équipes, étaient plus distanciées, ce qui implique une posture différente dans l'interprétation des données.

Par ailleurs, et toujours pour contrebalancer cette immersion, cette position d'*insider*, nous avons sans cesse travaillé en équipe afin de co-construire le savoir. D'abord, nos réunions de travail, tant avec ma direction de recherche, les doctorants qu'avec l'ensemble de nos « critical friends », ont constitué des moments clés de réflexivité et de remise en question (B. Smith & McGannon, 2018). Ils nous ont permis de multiplier les interprétations possibles et de revenir, lorsque cela s'avérait nécessaire, aux fondements théoriques. Ma direction de thèse m'a notamment recadré et challengé à plusieurs reprises pour m'aider à clarifier mes hypothèses et m'inciter à repartir de la littérature. Ensuite, le comité de suivi de thèse, grâce à un regard extérieur, a régulièrement soulevé des questions qui ont apporté un autre éclairage, challengé méthodologiquement la démarche suivie, le tout renforçant la robustesse de cette dernière. Au-delà de ces échanges internes, la participation à des congrès internationaux a également stimulé la réflexion. Les discussions avec des chercheurs d'horizons divers mais qui ont des rôles centraux dans les cadres théoriques que je mobilise par exemple, les professeurs Catherine et Alexander Haslam et les Docteurs Bruner et Fransen entre autres lors d'un congrès sur l'identité sociale à Dijon , les professeurs Tamminen et Gaudreau lors d'un congrès et de temps de travail collectif au Canada, ou encore les professeurs Tamminen et Loughead ainsi que les docteurs Eckard, Didymus, Wergin, et Woodhead lors d'un congrès de la FEPSAC, m'ont confronté à de nouvelles perspectives. Certaines rencontres ont conforté mes intuitions, d'autres ont remis en

question certains postulats et m'ont poussé à approfondir des pistes de recherche initialement peu envisagées.

Enfin, je reste conscient que je ne suis pas un observateur neutre : je m'engage avec mes propres croyances, convictions et aspirations professionnelles, qui influencent, même à bas bruit, mes angles d'approche et mes interrogations. Reconnaître ces biais potentiels et chercher à les équilibrer ; par la collaboration, l'échange d'idées, la mise en perspective théorique et la supervision de mes directrices de thèse ; fait partie intégrante de la pratique réflexive à laquelle j'adhère et qui est nécessaire lorsqu'on se place dans une approche réaliste critique. Assumer cette position réflexive, c'est reconnaître que, loin d'être un obstacle, cette position particulière en tant que doctorant CIFRE peut aussi nourrir la recherche, à condition de l'expliciter et de la questionner de manière continue.

Chapitre 3. Contributions empiriques

ÉTUDE 1 : Le processus de coping collectif dans une équipe professionnelle de hockey sur glace pendant la crise de la covid-19

Mahot, K., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2025). We Know That We Are All Together: A Case Study of the Communal Coping Process in a Professional Ice Hockey Team. *The Sport Psychologist*, *1*(aop), 1-13.https://doi.org/10.1123/tsp.2024-0017

https://hal.science/hal-05124368

Présentation de l'étude

Cette première étude visait à comprendre le processus de coping collectif au sein d'une équipe professionnelle de hockey sur glace, dans un contexte de crise systémique. La pandémie de COVID-19 représentait une situation de stress d'une ampleur exceptionnelle, touchant simultanément les sphères sociales, organisationnelles et sportives. Alors que les compétitions étaient à l'arrêt, mais que les équipes étaient autorisées à s'entraîner, nous avons étudié la manière dont une équipe de haut niveau faisait face collectivement à cette situation inédite.

Objectif

L'étude avait pour objectifs de (1) identifier les stratégies de coping collectives mises en œuvre par les joueurs pour faire face aux stresseurs liés à la pandémie, (2) examiner le potentiel rôle joué par les leaders (formels et informels) dans l'émergence, le maintien et l'organisation de ces stratégies de coping collectives.

Méthode

Une étude de cas mobilisant une approche qualitative a été mise en place. Les données ont été recueillies au travers d'entretiens semi-directifs, menés en présentiel dans les locaux de l'équipe. Le guide d'entretien, élaboré à partir des modèles théoriques du coping collectif et du leadership est disponible en Annexe 1 du manuscrit. Les entretiens, d'une durée moyenne de 53 minutes, ont été enregistrés, retranscrits intégralement, puis analysés par analyse thématique.

Population

L'étude a été conduite auprès de 20 joueurs d'une équipe professionnelle évoluant au plus haut niveau du championnat français (Tiers 3 et 4 selon la classification de McKay et al., 2022), âgés de 21 à 35 ans (Mage = 27.15 ; ET = 4.67) et comptant en moyenne 9 années d'expérience professionnelle. Les participants ont été recrutés sur la base du volontariat. Tous ont signé un formulaire de consentement éclairé, en conformité avec la Déclaration d'Helsinki.

Synthèse des résultats et de la discussion de l'étude 1

L'analyse thématique a mis en évidence plusieurs éléments clés du processus de coping collectif mobilisé par une équipe professionnelle de hockey sur glace durant la pandémie de COVID-19. Trois sources de stress partagées principales ont été identifiées (1) la suspension des compétitions, (2) l'incertitude logistique et professionnelle et (3) la perte d'opportunités de socialisation. En réponse à ces sources de stress, les joueurs ont mis en place des stratégies de coping collectif issues des dimensions suivantes (1) la résolution collective du problème (e.g., planification des entraînements, compétitions internes), (2) les stratégies de maintien des relations (e.g., réappropriation des espaces communs, moments conviviaux) et (3) les stratégies de régulation collective des émotions (e.g., soutien émotionnel entre pairs, espaces d'échange informels ou virtuels).

Le rôle des leaders formels et informels a été central dans ce processus. Les joueurs reconnus comme leaders dans le processus de coping collectif sont ceux qui ont adopté un leadership identitaire. Ils ont œuvré en faveur du coping collectif en favorisant la communication, et en alignant les objectifs de l'équipe avec les valeurs du groupe malgré la situation de crise. Ces leaders ont ainsi participé à construire un réservoir de ressources cognitives et comportementales collective indispensable pour faire face à la crise.

Cette étude apporte de premiers résultats empiriques sur le coping collectif dans une équipe professionnelle confrontée à une crise systémique. Elle met en lumière la capacité des joueurs à identifier et partager des sources de stress partagées, puis à élaborer ensemble des réponses collectives pour y faire face. Ce processus de coping collectif est soutenu voire initié par les leaders identitaires. Cette étude met également en évidence la nature dynamique du coping collectif, traduisant ainsi l'adaptation progressive de l'équipe aux différentes phases de la crise. Enfin, cette étude souligne également le rôle clé des espaces transactionnels comme lieux d'émergence et de renforcement du coping collectif. Ces résultats invitent à repenser les pratiques d'accompagnement dans le sport de haut niveau en intégrant une approche collective des processus de coping et en tenant compte des dynamiques sociales impliquées dans ces processus.

Bien que cette première étude ait permis de documenter de manière fine le processus de coping collectif dans un contexte de crise systémique, elle présente certaines limites inhérentes à sa méthodologie (i.e., étude de cas exploratoire). Afin de dépasser ces limites et d'étendre ces résultats dans des environnements compétitifs plus classiques, l'étude suivante s'inscrit dans un contexte général de performance sportive. Elle s'appuie sur un échantillon plus large d'équipes engagées en compétition au niveau national, avec pour objectif principal d'approfondir la connaissance sur l'implication du leadership identitaire dans la mise en œuvre du coping collectif.

Messages clés de l'étude 1

Apports théoriques :

- Cette étude introduit le concept d'*espaces transactionnels*, c'est-à-dire des espaces physiques ou virtuels (e.g., vestiaire, cuisine, groupes de discussion en ligne) qui favorisent les interactions sociales nécessaires à la régulation collective du stress. Elle met en évidence que la communication, bien que centrale, ne suffit pas à elle seule : elle doit s'appuyer sur des espaces disponibles, accessibles et investis par les membres de l'équipe pour permettre l'émergence de véritable possibilité de coping collectif.
- Elle souligne et confirme la nature dynamique du coping collectif, les joueurs déploient un panel de stratégies de coping collectif qui évolue en fonction des exigences de la situation.
- Elle apporte des premières preuves empiriques du rôle du leadership identitaire dans la mise en œuvre et le maintien de stratégies de coping collectif en contexte de crise systémique.
- Elle met en lumière l'utilité d'étudier le coping collectif en dehors des contextes compétitifs traditionnels, dans des situations de stress prolongé et intense ou de crise systémique.

Recommandations pour le terrain :

- Former et sensibiliser les staffs à l'identification des leaders au sein de l'équipe, ainsi qu'à la compréhension de leur rôle dans les processus de coping collectif.
- Former et accompagner les leaders à adopter un leadership centré sur l'identité sociale, afin de renforcer la capacité de l'équipe à faire face collectivement au stress.
- Encourager la création d'espaces transactionnels ; formels ou informels, physiques ou virtuels ; propices à l'expression, à la coordination et à la co-construction de stratégies de coping collectif.
- En contexte de crise (e.g., pandémie, série de défaites), penser l'équipe comme une entité à part entière de la régulation du stress, plutôt que comme une simple addition d'individus.
- Intégrer la perspective du coping collectif dans les programmes de préparation mentale et de gestion du stress des équipes sportives, en complément des approches individuelles. Cela peut passer par des dispositifs tels que des *serious games* axés sur la résolution collective de problèmes ou des séances de partage mutuel d'expériences personnelles (e.g., *personal-disclosure mutual-sharing*).

ÉTUDE 2 : Le rôle des leaders dans la gestion collective du stress : une analyse de réseaux sociaux

Mahot, K., Lienhart, N., & Doron, J. (2025) The role of leaders in team stress management: A social network analysis perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*. Manuscript submitted for publication. Révision n°1 envoyée le 12/08/2025

Présentation de l'étude

Cette deuxième étude visait à approfondir la compréhension du rôle des leaders identitaires dans la mise en œuvre du coping collectif en contexte sportif. Elle a été menée en s'appuyant sur une méthodologie issue de l'analyse des réseaux sociaux. Ce protocole a été validé par le comité d'éthique, de déontologie et d'intégrité scientifique (CEDIS Ref. 20122023) de Nantes Université (Voir Annexe 2).

Objectif

Cette étude avait pour objectifs : (1) d'examiner dans quelle mesure les leaders identitaires sont associés à la mise en œuvre de stratégies de coping collectives des équipes, et (2) d'explorer les relations entre les différentes fonctions du coping collectif et la performance perçue sous pression.

Méthode

Chaque joueur a rempli un questionnaire en ligne permettant d'identifier les leaders identitaires de son équipe (via l'Identity Leadership Inventory ; Steffens et al., 2014), les leaders perçus pour chaque dimension du coping collectif, et d'évaluer la performance perçue de l'équipe sous pression (Voir annexe 3).

Des matrices de relations interindividuelles (ou matrices d'adjacences) ont été construites et analysées par Procédure d'Affectation Quadratique (PAQ) afin d'évaluer les liens entre le leadership identitaire et le leadership de coping collectif. Des analyses de corrélations (Pearson) ont été conduites pour tester les associations entre les différentes dimensions du coping collectif et la performance perçue sous pression.

Population

Les données ont été recueillies auprès de 397 joueurs ($M_{âge}$ = 21.85 ; ET = 6.38) issus de 15 équipes de hockey sur glace (professionnelles et U20) évoluant aux Tiers 3 et 4 selon la classification de McKay et al., 2022. Les équipes évoluaient en France, Suisse et Canada.

Abstract

Elite ice hockey players experience intense competitive pressure requiring team coordination to manage these challenges. Understanding how communal coping occurs within teams and its impact on team performance in high-pressure sports environments is crucial. This study first explores the role of identity leaders in initiating communal coping dimensions within their team. Second, it aims to evaluate how communal coping relates to subjective team performance under pressure. Data were collected from 15 elite ice hockey teams across France, Switzerland, and Canada, comprising 397 male athletes (Mage = 21.85; SD = 6.38). Social network analysis was used to examine relationships between identity leaders and communal coping dimensions including problem-focused communal efforts, communal management of emotions, and communal-goal withdrawal. Perceived team performance under pressure was assessed. QAP analyses indicate that identity leaders are significantly and positively associated with problem-focused communal efforts and communal management of emotions. In contrast, the relationship between identity leaders and communal-goal withdrawal varied across teams, indicating contextual variability. The results regarding correlations between communal coping dimensions and subjective team performance under pressure indicate that problem-focused communal efforts and communal management of emotions are both significantly and positively associated with subjective team performance under pressure. Conversely, communal-goal withdrawal was negatively associated with subjective team performance under pressure. These findings underscore the critical role of identity leaders in implementing communal coping. Moreover, this study highlights the relationships between communal coping dimensions and subjective team performance under pressure, advancing theoretical insights into social dynamics in elite team sports under pressure.

Keywords: communal coping, team performance, leadership, social network analysis, elite ice hockey

The Role of Leaders in Team Stress Management: A Social Network Analysis Perspective

The sports environment presents many challenges and sources of stress for athletes (Arnold & Fletcher, 2021). Elite ice hockey, considered a high-risk sport (Van Pelt et al., 2021) is no exception and requires players to cope with a wide range of stressors. These include competitive stressors (e.g., striving to secure a playoff spot, performing under selection pressure) (e.g., Battochio et al., 2009; Battochio & Stambulova, 2019), injury-related stressors (e.g., sustaining injuries during training camp, rehabilitation burden following an injury) (e.g.,

Battochio et al., 2009; Battochio & Stambulova, 2019), organizational stressors (e.g., dissatisfaction with training content, logistical issues related to travel or accommodation) (e.g., Alsarve, 2021; Stambulova et al., 2017), and personal stressors (e.g., pressure associated with one's role on the team, balancing athletic and academic commitments) (e.g., Gaetz, 2022; Stambulova et al., 2017). How players cope with these challenging demands is critical for optimal team functioning and performance (Christensen & Smith, 2018). As Lyons et al. (1998) highlighted, stressful situations occurring within social groups often affect multiple individuals simultaneously. Consequently, coping efforts may involve both individuals and the group as a whole, working together to manage the shared challenging demands. However, most research has approached has mostly approached athletes' coping strategies as intrapersonal processes. This has led to a limited understanding of how communal coping strategies unfold within teams and how effective they are in supporting team performance (Tamminen & Gaudreau, 2014; Tamminen & Neely, 2021).

Recognizing this gap, some researchers have begun to explore how communal coping processes are shaped and sustained. To further understand how players cope with challenging demands as a team, Tamminen and Gaudreau (2014) proposed that certain individuals may assume a leadership role in managing stress, suggesting that leaders can play a key role in initiating or maintaining communal coping efforts. Nevertheless, to date, existing research has mainly focused on the coping skills of leaders or their influence on coping at the individual level (Alarcon et al., 2012; González-García & Martinent, 2020), without considering their influence on initiating and sustaining a communal coping approach within their respective teams. The high levels of stress experienced in elite team sports such as ice hockey makes this an ideal context in which to study the development of communal coping within teams and the role of team leaders in that process.

Communal Coping

Lyons et al. (1998) challenged the notion that stress is managed individually by proposing a model of interpersonal coping known as communal coping. They define this as a social process in which individuals appraise and manage stressors within the context of close interpersonal relationships (Lyons et al., 1998). Communal coping refers to a shared, transactional process through which members of a group collectively respond to stressors by pooling cognitive, emotional, and behavioral resources (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). For communal coping to occur, three conditions must be met: (a) a shared appraisal of the stressor ("our" problem), (b) communication about the stressor, and (c) coordinated efforts to manage it together ("our"

responsability). In this sense, communal coping involves shifting the responsibility for addressing shared stressors from individuals to the collective. Communal coping also differs from other forms of interpersonal regulation constructs, such as interpersonal emotion regulation (IER). IER refers to the efforts that athletes or coaches may make to deliberately influence the emotional state of others, such as offering verbal encouragement to calm a frustrated teammate or using humour to lift one's mood during a tense moment (Braun & Tamminen, 2019; Tamminen et al., 2016). While both IER and communal coping involve social emotion regulation, they differ in keyways. IER is typically one-directional, with one individual regulating another's emotions, whereas communal coping is reciprocal. IER targets emotional states, while communal coping addresses both the stressor and its emotional impact at the group level. Most importantly, communal coping involves a shared appraisal of the stressor as "ours," unlike IER, which does not require shared ownership. Despite their connection, they are distinct relational processes with different mechanisms and implications for team functioning (Eckardt & Tamminen, 2023).

Communal Coping in Sports

Although the relevance of communal coping is evident in the context of team sports (Lyons et al., 1998), it has primarily been examined within fields like health, family psychology, and disaster psychology (e.g., Kim et al., 2022; Thorson, 2017; Wlodarczyk et al., 2016). However, given that athletes do not train, compete, or live in a social vacuum (Staff et al., 2017; Tamminen & Gaudreau, 2014), a redirection of focus toward the interpersonal expression of coping is still needed in sport psychology (Woodhead et al., 2024).

Communal coping in sports has often been studied using the theoretical model proposed by Lyons and colleagues in 1998 (Eckardt & Tamminen, 2023). This model provides a suitable framework for examining how team members collectively manage stressors through shared coping strategies. Research on communal coping in sports is growing (Eckardt & Tamminen, 2023; Woodhead et al., 2024) and has led to the identification of the different strategies teams use when dealing with stressful situations (Leprince et al., 2018; Pété, Chanal, et al., 2023). These communal coping strategies can be classified into main higher-order communal coping dimensions according to their specific functions (Leprince et al., 2018; Pété, Chanal, et al., 2023): (a) problem-focused communal efforts aimed at managing and solving problems encountered by several teammates during a competitive event in a collective way; (b) communal management of emotions aimed at collectively regulating the emotions generated by a confrontation with shared stressors; and (c) communal-goal withdrawal, which refers to the strategies through which a team withdraws from the process of actively striving toward the realization of desirable outcomes.

Although these studies advance the identification of communal coping strategies in sports teams, further research is needed to explore how team members coordinate their efforts when facing challenges in elite sport environments, and, in particular, the factors that may facilitate the implementation of such strategies.

Existing research has been undertaken into the factors that influence the implementation of communal coping processes. In this line, previous studies have emphasized the crucial role of team communication and collective emotions in fostering communal coping (Neely et al., 2017; Tamminen et al., 2016). For example, communication emerges as a central element. Its absence can hinder the initiation or adherence to communal coping processes, whereas its presence can actively support the development of such strategies through continuous information exchange (Tamminen et al., 2016). This aligns with theoretical models of communal coping, which highlight communication as a fundamental process in communal coping (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). Furthermore, Tamminen et al. (2016) highlight the importance of collective emotions. Collective emotions are described as "essential" components of the communal coping process because they are a fundamentally social phenomenon (Tamminen et al., 2016, p. 13). However, while existing studies have identified factors that may facilitate or influence communal coping, research on its antecedents remains in its early stages (Tamminen & Neely, 2021). In sport settings, leadership has been identified early on as a potential influencing factor. Lyons et al. (1998) suggested that leaders may play a central role in the communal coping process. Similarly, Tamminen and Gaudreau (2014) argued that certain individuals whether formal or informal leaders because of their experience or their status within the team might initiate communal coping. Further research is essential to better understand how social environments shape communal coping, and in particular, the role that leaders play in this process (Tamminen & Neely, 2021; Woodhead et al., 2024). To advance this line of inquiry, it is important to consider theoretical frameworks that explain how certain individuals may come to influence group processes such as communal coping. One such framework is the social identity leadership approach, which offers valuable insights into how leaders can shape shared perceptions and support collective responses to stress.

Social Identity Leadership

The social identity approach to leadership has recently attracted increased attention in sports psychology (Stevens et al., 2021). According to this approach, leadership is a group-based social influence process that focuses on building a shared sense of "we" and "us" (Steffens et al., 2014). These efforts to foster a shared identity empower followers to contribute toward reaching

shared goals. This approach also posits that leaders (formal or informal) can increase the strength of team members' social identification—this sense of we-ness—by applying the following four principles: (1) “Being one of us” (i.e., being seen as identity prototypes—embodying the attributes that define what it means to be a member of a team); (2) “Doing it for us” (i.e., being seen as identity champions, promoting the core interests and shared goals of the team); (3) “Creating a sense of us” (i.e., being seen as identity entrepreneurs, creating a sense of a shared identity, clarifying what the team is about and what it stands for); and (4) “Making us matter” (i.e., being seen as identity impresarios, devising activities, structures, and events that allow team members to live out their shared group membership) (Steffens et al., 2014).

Stevens et al. (2021) identified growing evidence that identity leadership enhances team functioning by fostering psychological safety and positively influencing both team-level (e.g., resilience and performance) and individual-level outcomes (e.g., well-being, reduced burnout, and prosocial behaviors) (Fransen et al., 2020, 2023; McLaren et al., 2021). Regarding stress management, it appears that coaches who engage in identity leadership foster adaptive stress appraisal (Miller et al., 2020). Moreover, a recent case study highlighted the critical role of identity leaders in the communal coping approach of professional ice hockey teams during the COVID-19 pandemic ([redacted]). This study showed that, by actively fostering a shared supportive social environment, identity leaders provided the social, cognitive, and behavioral resources necessary for team members to cope together. Despite these preliminary findings, there is still a need to extend knowledge and further explore the role that leaders play in initiating communal coping within teams in a more typical sporting context. Based on the ability of identity leadership to promote group cohesion, shared identity, and emotional safety, it seems relevant to further explore the role of identity leaders within sports teams in initiating and sustaining communal coping orientations when facing challenging situations. By fostering a collective sense of "we" and "us" and shared meanings (Slater et al., 2014; Woodhead et al., 2024), identity leaders may play an important role within teams in developing a communal coping orientation (i.e., prioritizing the team-oriented "we" over the individual "me" in coping with team stressors). Previous studies have used Social Network Analysis (SNA) to investigate leadership (e.g., Flemington et al., 2023) and identity leadership in a sports context (Bruner, McLaren, Mertens, Steffens, Boen, Haslam, et al., 2022). Given that communal coping is inherently a social phenomenon, SNA appears to be a valuable methodological approach for understanding how identity leaders influence the initiation of communal coping orientations within their teams.

Social Network Analysis

SNA facilitates the study of complex networks and their interactions. It helps researchers to identify network members and their relationships, as well as how resources are distributed and the subsequent influences on group behavior and outcomes (Hambrick, 2019). SNA is both a methodological and theoretical approach that enables the systematic study of social structures and their impact on group processes (Bidart & Degenne, 2005; Hambrick, 2019). According to this approach, a social network is defined as a set of social units and the direct or indirect relationships that these units maintain with one another. These relationships can manifest as various forms of social interaction, including service exchanges, information transmission, interpersonal perceptions, or evaluative judgments (Mercké, 2004. In SNA, social relationships are understood as both channels for the transfer or exchange of resources (cognitive or behavioral) and engagements—moral, symbolic or intentional—between network members (Bidart et al., 2011; Lazega, 2014).

A social network comprises nodes (individuals) and ties (the relationships between them), representing various types of interactions, such as support, communication, or peer evaluations (Mercké, 2004). At the individual level, actors are analyzed using centrality metrics such as degree centrality (which reflects an individual's influence or popularity based on the number of direct connections they have) These metrics indicate an individual's potential brokerage or strategic position in the network (Hambrick, 2019; Zhang & Luo, 2017). At the structural level, SNA provides measures such as network density, defined as the ratio of actual ties to the number of possible ties within a network. A social network with high density is highly interconnected, meaning that most members are connected to many others. Another key structural metric is network centralization, which indicates the extent to which the network is dominated by one or a few highly central individuals (Borgatti et al., 2018; Hambrick, 2019). Full descriptive statistics for each network (e.g., density, centralization) are provided in the Supplementary Material. Unlike traditional statistical methods that assume data independence, SNA explicitly accounts for interdependence among actors, a critical feature in team-based settings. In the particular case of the present study, SNA also enables meaningful comparisons between networks (Hambrick, 2019). As communal coping is inherently relational, its analysis requires a methodological framework that can capture the interdependence and structure of these relational processes. SNA is particularly well-suited to this aim, as it enables the identification of individuals who are perceived by their teammates as playing a leading role in the communal management of stressors. By mapping the distribution of these nominations and analyzing the position of individuals within the network, SNA provides valuable insights into how communal coping emerges, who facilitates it, and how it is structured within the group. Thus, SNA offers both a theoretical and

methodological lens through which the social dynamics of communal coping can be examined. While SNA allows for the identification of individuals who initiate communal coping, it is equally important to determine whether this process has a tangible impact on team performance.

Effectiveness of communal coping in sport

To understand communal coping in sport, it is also necessary to examine its effectiveness and its relationship with optimal team functioning and performance. However, research on the effectiveness of communal coping in sport is still in its early stages. Outside of the field of sport psychology, a well-established body of literature has already identified a range of outcomes associated with this process. In the context of health and family psychology, several key benefits of a communal approach to coping have been identified, including enhanced emotional support, increased resource sharing, reduced stress levels, and improved collective problem solving and resilience (Afifi et al., 2020; Helgeson et al., 2017, 2018). In the field of sport psychology, few studies have examined the effects of communal coping. Preliminary results have shown that a communal coping approach generally strengthens connections and relationships within a group (e.g., Neely et al., 2017; Tamminen et al., 2016). However, to the best of our knowledge, no study has examined the relationship between specific aspects of communal coping and the performance of sports teams. While the consequences of coping on the optimal functioning and performance of athletes are well established at the individual level (Kent et al., 2018; Nicholls et al., 2016), the effectiveness of communal coping on the performance of sports teams' remains unaddressed in the literature. This gap in the research highlights the importance of exploring not only the antecedents of communal coping on team performance, but also how effective team members are at engaging in a communal coping approach during stressful situations.

The Present Study

Building on the communal coping framework of Lyons et al. (1998) and the Social Identity Leadership approach (Haslam et al., 2020), this study aimed to address the lack of knowledge regarding communal coping in sports teams, particularly in the context of elite ice hockey. Indeed, research on communal coping in sport is a relatively recent development, and it is crucial to address existing gaps in the literature by examining the factors that facilitate or hinder its emergence. Particular attention should be given to the role of team leaders, as not all team members necessarily play the same part in the communal coping process. Due to their status, experience, and social position within the team, leaders may be more likely to initiate or sustain communal coping efforts (Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014). This study addresses this gap by focusing specifically on the influence of identity leaders on communal

coping processes within elite sports teams, using social network analysis (SNA). Furthermore, to better understand how sports teams perform under pressure, it is also important to evaluate the effectiveness of communal coping strategies in supporting team performance.

Given the importance of "we" when it comes to managing team stressors (Tamminen & Neely, 2021) and recognizing that identity leaders are key drivers in fostering this sense of "we" (Fransen et al., 2023), the first purpose of this study was to examine the role of identity leaders in their teams' communal coping approach through SNA. Specifically, we used peer nominations to construct two distinct social networks within each team: (1) Identity leader networks, representing the degree to which each player is perceived by their teammates as fostering a shared team identity, and (2) communal coping leader networks, capturing which individuals are perceived to initiate communal coping strategies. These networks are conceptualized as weighted directed networks, where each tie reflects the strength of the perception (on a scale of 0–10) between the nominator and the nominee. This structure allows us to access both individual-level data (i.e., how I perceive others and how others perceive me) and team-level data (i.e., all perceptions within the team combined) (Bruner et al., 2022). Rather than merely serving as a methodological tool, these networks are operationalized as relational expressions of identity leadership and communal coping processes. This offers a structural lens through which to examine how leadership and communal coping unfold within elite sports teams. It was expected that identity leader networks correlate with communal coping leader networks and strong identity leaders were expected to influence the implementation of communal coping within their teams. The second purpose of this study was to examine the effectiveness of the dimensions of communal coping in terms of subjective team performance under pressure. Based on previous research on the relationship between individual coping and sports outcomes (Nicholls et al., 2016), it was hypothesized that problem-focused communal efforts and the communal management of emotions would be positively related to subjective team performance under pressure, whereas communal-goal withdrawal would be negatively related to performance under pressure.

Method

Participants

Fifteen ice hockey teams with a total of 397 male players participated in this study. All teams competed at a high level with high-caliber athletes classified in tiers 3–5, according to the Participant Classification Framework (McKay et al., 2022). Specifically, the team levels were: French Professional Elite level (k = 7), French highest U20 national level (k = 6), Swiss highest

U20 national level (k = 1), and the Canadian Western Hockey League (k = 1). All participants were male, with a mean age of 21.85 years (SD = 6.38). They had been playing ice hockey for an average of 16.8 years (SD = 6.1) and had been on their team for a mean of 18.5 months (SD = 32.5).

Procedure

The study was conducted in accordance with international ethical guidelines and data protection conditions following the American Psychological Association's ethical standards. Ethical approval for this study was obtained from the first and third authors' university ethics committee ([redacted]). All participants provided informed consent prior to participating in the study. Before data collection, the study objectives were explained clearly to the players through an introductory paragraph at the beginning of the questionnaire. These included the purpose of the research, procedures involved, and how their data would be used. Anonymity and confidentiality were guaranteed, and participants were assured of their right to withdraw from the study at any time, without any negative consequences.

Initially, elite ice hockey teams competing at high levels across Western Europe and North America were targeted. To recruit participants, the first author contacted the coaches of elite ice hockey teams in France, Switzerland, and Canada. In total, 28 coaches agreed to participate in this study. Once an agreement was obtained, the coach provided a list of the members of his team since, in accordance with SNA, each questionnaire was specific to each team. Fifteen teams (53.57%) completed the questionnaire in its entirety. Ten teams were excluded from the study due to low participation rates (below 75%) and three teams did not complete the questionnaire due to coaches withdrawing from the project.

Data collection

The questionnaire was administered online using Qualtrics software. On average, participants completed the surveys 13.9 weeks (SD = 1.94) after the first in-season competition. This timeframe was selected to ensure that teammates had ample opportunities to engage in training, participate in competitions, and develop social connections. Each participant received an email containing a personalized link to a questionnaire tailored to their respective team. To enhance accessibility, the questionnaire was made available in both English and French, allowing participants to select their preferred language.

Measures

Communal Coping

The team's communal coping was assessed using the revised version of the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports (CCSICTS-R, Pété et al., 2023). This questionnaire measured three main dimensions of communal coping: (a) Problem-Focused Communal Efforts (15 items assessing strategies such as information analysis and sharing, problem-solving, refocusing, increased effort, and compensation); (b) Communal Management of Emotions (12 items assessing strategies such as motivational support, social joining, interpersonal regulation of negative emotions, and reassurance); and (c) Communal-Goal Withdrawal (six items assessing strategies such as disengagement and expression of negative emotions). Participants were asked to indicate on a 5-point Likert scale the extent to which they and their teammates used each of the communal coping strategies when facing stressful situations in competition (1 = *never*; 5 = *always*). Cronbach's alpha coefficients for these three dimensions were $\alpha = 0.93$, $\alpha = 0.90$, and $\alpha = 0.82$, respectively.

Communal Coping Leaders

A single-item definitional approach (e.g., Doron & Martinent, 2021) was employed to assess the extent to which participants perceived each teammate as a leader in initiating each of the three dimensions of communal coping: Problem-Focused Communal Efforts, Communal Management of Emotions, and Communal-Goal Withdrawal. This approach was chosen to streamline data collection with elite athletes in a high-pressure environment, ensuring that the assessment remained concise and manageable throughout the protocol (Doron & Martinent, 2021; Pété et al., 2022). Each communal coping dimension was defined (supplementary material). These definitions were based on existing theoretical and empirical literature on communal coping in sports (Leprince et al., 2018; Pété et al., 2022, 2023). Using these definitions, participants rated their perceptions on an 11-point Likert scale (0 = *not at all*; 10 = *completely*) for each teammate and communal coping dimension. This method allowed us to capture a clear and direct measure of each teammate's perceived role as a leader in initiating communal coping under stress. The names of all teammates were pre-listed in the questionnaire, and the order of the names was randomized for each question to avoid bias due to order effects (Strack, 1992).

Identity Leaders

Using the short form of the Identity Leadership Inventory, participants rated the extent to which they perceived their teammates to be engaged in the four dimensions of identity leadership: identity prototypicality, identity advancement, identity entrepreneurship, and identity impresarioship (Steffens et al., 2014). The French version was used for French-speaking athletes

(van Dick et al., 2018). Participants rated their teammates on an 11-point Likert scale for their identity leadership role (0 = *not at all*; 10 = *very much*). The names of all teammates were pre-listed in the questionnaire in a randomized order for each question to avoid order effect bias (Strack, 1992).

Subjective Team Performance Under Pressure

The participants were asked to rate their team's performance under pressure using a single-item measure. The item was:*" In general, in difficult situations, our team's performances tend to be".* Participants responded on a 7-point Likert scale (1 = *worse*; 7 = *better*). This single-item measure was developed on the basis of insights from research on performance and the phenomenon of choking under pressure (Gröpel & Mesagno, 2017; Schweickle et al., 2020).

Data Analysis

Identity Leaders and Communal Coping Leaders

To explore the relationships between identity leaders and communal coping leaders across the three dimensions of communal coping (problem-focused communal efforts, communal management of emotions, and communal-goal withdrawal), a Quadratic Assignment Procedure (QAP) was used for both correlation and regression analyses. The QAP statistical method has been used in previous research on leadership in networks (Bruner et al., 2022; Flemington et al., 2023). QAP is a method specifically designed for analyzing relational data matrices that represent relationships between entities, such as individuals within a team network. Traditional correlation and regression methods assume independence between observations, which is often violated in relational data. QAP addresses this issue by performing permutation tests that compare observed data to a distribution of random permutations, thereby providing more accurate significance testing for relational data (Krackardt, 1987).

Data Preparation. To facilitate analysis, the data were organized into two main types of directed $n \times n$ matrices for each team (one for *identity leadership,* the other for *leaders in the communal coping dimensions)*, where n represents the number of players on a team. This approach allowed us to examine the relationships between players regarding identity leadership and leaders in each communal coping dimension in a team context.

Identity Leader Matrices.

To analyze the identity leader network within each team, four separate $n \times n$ matrices were first constructed, one for each facet of identity leadership. Each matrix captured the directed perceptions of leadership behaviors among team members, with cell (i,j) indicating Player i's perception of Player j's demonstration of identity leadership in that specific facet. A composite

identity leadership score for each player was then calculated by averaging the values from the four matrices, resulting in a single matrix per team that reflected the overall identity leadership perceptions (Steffens et al., 2014).

Communal Coping Leader Matrices. For each of the three communal coping dimensions, we created a separate $n \times n$ matrix to reflect how team members perceived each other in terms of initiating each dimension, allowing us to explore the communal coping leader networks within teams. In these matrices, cell (i,j) indicates player i's rating of player j's role as a leader in the specific communal coping dimension.

We constructed four matrices for each team: one representing identity leaders, and three representing communal coping leaders across each of the three dimensions of communal coping. By structuring the data in this way, we could apply QAP analysis to examine how identity and communal coping leaders are interrelated within teams.

QAP Correlation Analyses. We conducted QAP correlation analyses to assess the pairwise relationships between the identity leader matrix and communal coping leader matrices. This step examined how perceptions of identity leaders relate to communal coping leadership within a team network.

QAP Regression Analyses. We performed QAP regression analyses with each of the three communal coping dimension leaders as the dependent variable and identity leaders as the independent variable. This allowed us to understand the contribution of identity leaders to communal coping dimension leadership while accounting for the interdependencies in the network data.

All QAP analyses were conducted using UCINET software. The significance of the correlation and regression coefficients was determined using permutation tests with 5,000 permutations, with statistical significance set at $p < .05$.

Effectiveness of Communal Coping regarding Subjective Team Performance Under Pressure

To account for the nested nature of team-referent variables, intraclass correlation coefficients (ICC1 and ICC2; Bliese, 2000) were first computed to assess within-team agreement and support aggregation of responses to the team level. ICC1 reflects the proportion of variance attributable to team membership, while ICC2 estimates the reliability of team-level means. Following the guidelines proposed by the literature, aggregation was considered appropriate when ICC1 > .05 and ICC2 > .60 (Chiu et al., 2016; Dyer et al., 2005).

Subsequently, Pearson's correlations were computed on team-aggregated scores using Jamovi (Version 2.5) using Jamovi (V2.5) to determine whether the three dimensions of

communal coping were related to subjective team performance under pressure. The interpretation of the results was based on Cohen's (1988) thresholds: small (0.1–0.3), medium (0.3–0.5), and large (>0.5).

Results

Identity Leaders Networks and Communal Coping Leadership Networks

Relationships Between Identity Leader Networks and Communal Coping Leader Networks

The results regarding the QAP correlations between identity leader networks and communal coping leader networks are presented in Table 1.

Across all teams, identity leader networks showed strong and significant positive correlations with the communal coping leader networks for both problem-focused communal efforts and communal management of emotions, with correlation coefficients ranging from r = .658 to r = .934 (all $p < .001$). In contrast, correlations between identity leader networks and communal-goal withdrawal leader networks varied across teams. While 12 teams exhibited significant positive correlations (e.g., ProTeam C: r = .577, $p < .001$; U20 Team C: r = .646, $p <$ .001), three teams showed weaker or non-significant correlations (e.g., ProTeam A: $r = -.174$, $p>.05$).

Table 1

The Quadratic Assignment Procedure Correlations Between the Identity Leaders Network and Communal Coping Leader Networks

	Problem-Focused Communal Efforts	Communal Management of Emotions	Communal-goal Withdrawal
ProTeam A	0.82***	0.66***	-0,17
ProTeam B	0.93***	0.89***	0.16
ProTeam C	0.93***	0.88***	0.58***
ProTeam D	0.74***	0.75***	0.40***
ProTeam E	0.84***	0.81***	0.24*
ProTeam F	0.73***	0.76***	0.28***
ProTeam G	0.81***	0.84***	0.69***
U20 Team A	0.85***	0.82***	0.26*
U20 Team B	0.78***	0.72***	0.53***
U20 Team C	0.88***	0.88***	0.65***
U20 Team D	0.81***	0.73***	0.32**
U20 Team E	0.76***	0.72***	0.07
U20 Team F	0.91***	0.92***	0.31*
U20 Team G	0.84***	0.81***	0.54***
U17 Team A	0.87***	0.72***	0.40***
r_{average}	0.83	0.79	0.35

Note: *p < ,05, **p < ,01, ***p < ,001

Influence of Identity Leaders on the Implementation of Communal Coping Dimensions

The results regarding the influence of identity leaders on the initiation of the team's communal coping dimensions are presented in Table 2.

Across all teams, QAP regression analyses indicate that identity leader networks significantly influenced the communal coping leader networks for both problem-focused communal efforts and communal management of emotions. Regression coefficients for problem-focused communal efforts ranged from $\beta = .540$ to $\beta = .873$ (all $p < .001$), whereas for communal management of emotions, coefficients varied from $\beta = .432$ to $\beta = .850$ (all $p < .001$).

In contrast, the influence of identity leaders on the communal-goal withdrawal dimension was less consistent across teams. While five teams (e.g., ProTeam E: $\beta = .056$, $p < .05$; U20 Team F: $\beta = .094$, $p < .05$) showed a significant positive influence, ten teams exhibited non-significant relationships (e.g., ProTeam A: $\beta = .030$, $p > .05$).

Table 2

The Standardized Regression Coefficients of the Quadratic Assignment Procedure Regression With The Identity Leadership Networks as Independent Variable and Communal Coping Dimension Leadership Networks as Dependent Variables

	Problem-Focused Communal Efforts	Communal Management of Emotions	Communal-goal Withdrawal
ProTeam A	0,67***	0,52***	0,03
ProTeam B	0,86***	0,78***	0,02
ProTeam C	0,87***	0,87***	0,33
ProTeam D	0,55***	0,69***	0,1
ProTeam E	0,70***	0,69***	0,06*
ProTeam F	0,54***	0,57***	0,08**
ProTeam G	0,66***	0,68***	0,48
U20 Team A	0,73***	0,74***	0,07*
U20 Team B	0,61***	0,56***	0,28
U20 Team C	0,77***	0,80***	0,42
U20 Team D	0,65***	0,65***	0,10*
U20 Team E	0,57***	0,57***	0,01
U20 Team F	0,84***	0,84***	0,09*
U20 Team G	0,70***	0,71***	0,29
U17 Team A	0,76***	0,67***	0,16
B average	0,70	0,69	0,17

Note: *p < ,05, **p < ,01, ***p < ,001

Communal Coping and Subjective Team Performance Under Pressure

The results regarding the ICC values are presented in Table 3. The ICC values obtained supported aggregation for the variables analyzed. With, Problem-Focused Communal Efforts showed ICC1 = 0.08 and ICC2 = 0.68, and Communal Management of Emotions yielded ICC1 = 0.08 and ICC2 = 0.66. For Communal-Goal Withdrawal, the values were ICC1 = 0.29 and ICC2 = 0.89, and for Subjective Team Performance Under Pressure, ICC1 = 0.37 and ICC2 = 0.93.

The results regarding the correlations between communal coping dimensions and subjective team performance under pressure are presented in Table 3. These analyses were conducted on aggregated team data, following validation of within-team agreement via ICCs. Problem-focused communal efforts (r = .86) and communal management of emotions (r = .86) were both significantly and positively associated with subjective team performance under pressure, indicating large relationships. Conversely, communal-goal withdrawal was negatively associated with subjective team performance under pressure (r = -.05), indicating a small negative relationship.

Table 3

Pearson Correlation Matrix (Team-Aggregated Data), Including Means, Standard Deviations, and Intraclass Correlation Coefficients (ICC1 and ICC2)

	M	***SD***	**ICC1**	**ICC2**	**1**	**2**	**3**	**4**
1. Problem-Focused Communal Efforts	3.63	0.39	0.08	0.68	—			
2. Communal Management of Emotions	3.59	0.39	0.08	0.66	0.96***	—		
3. Communal-Goal Withdrawal	2.38	0.41	0.29	0.89	-0.34 (ns)	-0.31 (ns)	—	
4. Subjective Team Performance Under Pressure	4.18	1.15	0.37	0.93	0.86***	0.86***	-0.46 (ns)	—

Note. ***p < .001. All correlations are Pearson's *r*. Non-significant values (ns) are presented without asterisks.

Discussion

This study aimed to address the lack of knowledge regarding communal coping in sports teams in the specific context of elite ice hockey. The first objective was to examine the role of identity leaders in their team's communal coping approach through SNA. The results provide evidence that identity leaders play a significant role in implementing specific communal coping orientations within their respective teams. By using SNA, the present study offers a novel methodological team-level perspective on mapping and identifying the roles of identity leaders in communal coping in elite sports contexts. The second objective was to explore the effectiveness of communal coping regarding subjective team performance under pressure. The results provide preliminary original support for positive associations between both problem-focused communal efforts and communal management of emotions and subjective team performance, and a negative association for communal-goal withdrawal. This study was the first to document the relationship between communal coping and subjective team performance in a sporting context.

The Role of Identity Leaders in Initiating Communal Coping

Regarding the role of identity leaders, consistent with the hypotheses, QAP correlations revealed strong positive associations between identity leadership networks and communal coping leadership networks, particularly for problem-focused communal efforts and communal management of emotions. Additionally, the QAP regression demonstrated a significant influence for identity leaders on the implementation of communal coping within these two dimensions. Overall, these results support Tamminen and Gaudreau's (2014, p.15) statement that "communal coping may be initiated or maintained by leaders." These results also support previous studies indicating that identity leadership may play a crucial role in team stress management by fostering empowerment, team identification, and effective responses to stressors (Fransen et al., 2023; Haslam et al., 2021; van Dick et al., 2021). Moreover, these findings may reflect the presence of a complementary leadership function within sports teams. While the peer nomination items targeted individuals perceived to initiate communal coping strategies, the results observed could suggest that some teammates are seen as coordinating or guiding team-level coping efforts, potentially reflecting a form of emergent, functional leadership. This interpretation resonates with the conceptualization of distributed leadership roles in sports teams (Fransen et al., 2014). This point toward the relevance of an additional change-oriented leadership role focused

specifically on communal coping process, alongside previously identified roles such as the task, motivational, social, and external leader.

Identity Leaders and Problem-Focused Communal Efforts

Regarding problem-focused communal efforts, the findings show that identity leaders play an important role in initiating communal strategies aiming at analyzing, addressing, and solving shared challenges. These results align with previous intrapersonal-level research showing that leaders can help team members develop problem-focused coping strategies (Kristiansen et al., 2011). In performance environments, where quick and effective decision-making is critical (Price et al., 2021), and specifically in elite ice hockey, where problem-solving strategies are essential (Battochio & Stambulova, 2019), the role of identity leaders in implementing problem-focused communal efforts becomes particularly relevant. By initiating problem-focused communal efforts, identity leaders may help the team remain task-focused under stress and pressure. This demonstration of identity leaders' ability to initiate problem-focused communal efforts broadens the understanding of communal coping, illustrating how they can shape a team's collective approach to managing shared stressors.

Identity Leaders and Communal Management of Emotions

Results also highlight the influence of identity leaders in initiating communal management of emotions. These findings align with established research in organizational psychology demonstrating an intrapersonal perspective that leaders play a role in guiding and supporting individuals in managing stress, including implementing emotion management strategies to prevent negative emotional contagion (Nesse et al., 2024). Moreover, given that emotional regulation is crucial for teams (e.g., Campo et al., 2012; Friesen et al., 2015; Tamminen & Gaudreau, 2014) and that positive interpersonal emotional regulation strategies are beneficial in performance recovery situations (Wergin et al., 2024), the role of identity leaders in fostering team emotional regulation to address challenging situations appears essential. While the usefulness of these strategies has already been demonstrated, this study shows that leaders can initiate them, thereby deepening the understanding of communal coping.

Overall, the present study advances the understanding of communal coping by shifting the focus to the interpersonal level and identifying the critical role of leaders in initiating communal coping. Previous research at the individual level has shown that leaders could be a coping resource for elite hockey players (Battochio & Stambulova, 2019), help individuals face crisis situations (Nesse & Stensaker, 2022), or describe coping strategies deployed by leaders based on their personalities or leadership styles (e.g., Alarcon et al., 2012; Nesse et al., 2024).

These findings extend this perspective by demonstrating that identity leaders are central to developing a communal coping orientation in teams facing stress, particularly relating to problem-focused efforts and communal management of emotions. This confirms the work of [redacted] who, in a case study conducted during the COVID-19 pandemic showed that identity leaders contribute to communal coping by providing essential cognitive, social, and behavioral resources. The current study extends these findings by confirming this role in a more general context using a larger population and a quantitative approach. While previous studies have theoretically emphasized leaders' roles in communal coping (Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014), this research empirically demonstrates that identity leaders—who cultivate a collective 'we'—actively guide the communal coping orientation. These findings establish a critical link between social identity processes and communal coping. On the one hand, research on communal coping highlights that the quality of intragroup relationships and social identity may play a central role in the collective stress management dynamic (Afifi et al., 2020; Tamminen et al., 2016; Tamminen & Neely, 2021). On the other hand, social identity research posits that stress appraisal and responses are inherently intragroup phenomena (Haslam & Reicher, 2006). Social identity shapes both primary appraisal (interpreting stressors) and secondary appraisal (evaluating resources) in stressful situations (Haslam et al., 2005; Van Zomeren et al., 2008), shifting the focus from "Can I cope?" to "Can we cope?" (Hartley et al., 2020). This study supports the notion that leaders who cultivate a 'we' over 'me' culture are crucial in team stress management (Woezik et al., 2020).

Identity Leaders and Communal-Goal Withdrawal

Regarding communal-goal withdrawal, results showed heterogeneity in identity leader roles across teams. In some teams, identity leaders did not play a role in initiating communal-goal withdrawal strategies, while in others, they did. Several explanations may be at work here. In teams where identity leaders did not play an active role in initiating communal-goal withdrawal, one hypothesis is that this reflects an effort to avoid dissonance between team values and behaviors under stress. Ice hockey culture often emphasizes perseverance, grit, and unwavering commitment (Robidoux, 2001). Leaders who strongly embody these values may view communal-goal withdrawal as conflicting with the team's core identity. This also aligns with traditional leadership roles, which emphasize engagement and crisis resolution rather than disengagement (Nesse et al., 2024). By not initiating communal-goal withdrawal, leaders may seek to reinforce persistent efforts, underlining the belief that continued engagement aligns with long-term success. Conversely, in teams where identity leaders did play an active role in initiating communal-goal withdrawal, this could reflect a strategic attempt to preserve resources. Elite ice

hockey seasons are long and physically demanding, and leaders may recognize that temporary disengagement can help sustain performance in the short term (Kim & Duda, 2003). This hypothesis aligns with research suggesting that high-effort coping strategies, such as consistently "working harder," are positively associated with emotional exhaustion (Ito & Brotheridge, 2003). In this context, communal-goal withdrawal may function as a protective mechanism, safeguarding the team's resources. However, this also poses risks. Over time, withdrawal can undermine performance and long-term success (e.g., Crocker et al., 2015; Gaudreau et al., 2010; Nicholls et al., 2016). One hypothesis to explain why leaders in certain teams continue to engage in communal-goal withdrawal despite its potential detrimental effects is that stress may impair their decision-making. Indeed, since leaders may make suboptimal decisions under significant pressure (Harms et al., 2017), they may unintentionally initiate or fail to prevent withdrawal, rather than deliberately contradicting team norms or intending to harm performance. This dual interpretation suggests that identity leaders can serve both adaptive and maladaptive functions, depending on the context in which these communal coping strategies are employed. While withdrawal may protect resources and reduce exhaustion in the short term, its long-term implications on team performance warrant further investigation. The absence of detailed contextual data in the current study limits the scope of interpretation, underscoring the need for future research. Moreover, these interpretations should nevertheless be approached with caution, as the study did not statistically test for between-team variability in the effects of communal-goal withdrawal, and the absence of multilevel modeling limits the precision of team-level inferences.

Communal Coping Effectiveness Regarding Subjective Team Performance Under Pressure

Consistent with the hypotheses, problem-focused communal efforts and communal management of emotions were positively associated with subjective team performance under pressure. These results are consistent with findings from the literature on intrapersonal coping, which establishes that problem-focused coping (e.g., Christensen & Smith, 2018; Nicholls et al., 2013; 2016) and emotion regulation strategies (e.g., Balk et al., 2013; Crocker et al., 2015) are positively linked to performance. Furthermore, this study enhances knowledge regarding the specific sports context of elite hockey. Previous research has identified a range of individual coping strategies in elite ice hockey, including effort- and problem-focused approaches as well as strategies for building new social connections (Battochio & Stambulova, 2019; Stambulova et al., 2017). The current findings expand the range of available strategies by demonstrating that players can employ problem-focused communal efforts and communal management of emotions

at team-level to enhance perceived performance under pressure. In addition to individual coping, these findings align with interpersonal studies such as that by Kent et al. (2024), which demonstrated on a dyadic level that emotion- and problem-focused strategies exert positive effects on athletes. Extending this to the group level, the present results support emerging evidence of the effectiveness of communal coping in elite sports. Prior to this study, no research had established a positive association between communal emotion management and subjective team performance—except for Pété et al. (2023), who demonstrated this link in the context of the Tokyo 2020 Olympic Games qualification.

Conversely, communal-goal withdrawal was negatively associated with subjective team performance under pressure. This finding aligns with individual-level research on withdrawal and avoidance-oriented coping strategies, which consistently demonstrate that disengagement strategies may provide temporary relief (Kim & Duda, 2003), but ultimately hinder performance regardless of athletes' level of expertise (e.g., Crocker et al., 2015; Gaudreau et al., 2010; Nicholls et al., 2016). Similarly, by demonstrating that communal-goal withdrawal is negatively associated with subjective performance at the team level, this study is the first in sports psychology to indicate that teams engaging in communal-goal withdrawal strategies tend to perceive worse subjective team performance under pressure. This result confirms Lyons' (1998) study, which argues that communal coping is not always beneficial for groups. While previous sports research has not identified the detrimental effects of specific communal coping dimensions, these results align with health psychology studies showing that communal coping is "not universally beneficial" (Basinger et al., 2021, p. 18). The present study suggests that communal coping effectiveness may vary depending on the specific dimensions and contextual conditions, emphasizing the need for targeted coping interventions in elite team sports.

Limitations and perspectives

Despite the contributions of this study to understanding identity leader roles in communal coping, several limitations warrant consideration. First, the cross-sectional design limits the ability to infer causality between identity leadership and communal coping leadership, as well as between communal coping dimensions and subjective team performance under pressure. Future research could employ a longitudinal design. For example, repeated measures and multilevel modeling may be more effective at showing the short and long-term effects of the communal coping dimensions on team performance and optimal team functioning. These approaches would establish temporal sequences and clarify the causal pathways among identity leadership, communal coping dimensions, and team performance. Second, the present study is notable for its lack of team-level modelling using multilevel approaches. While it is generally recommended

that team-referent variables be analysed using hierarchical linear modelling to account for nesting within teams, the number of teams in this study did not meet the commonly cited threshold of 50 groups required to ensure sufficient statistical power (Maas & Hox, 2005). Similarly, the study did not statistically test for between-team variability in the effects of communal-goal withdrawal. Future research could employ multilevel models with random slopes to examine whether the relationship between communal-goal withdrawal and performance under pressure varies across teams. Third, the analysis focused primarily on correlations and did not explore the underlying mechanisms of these relationships. To gain deeper insights into how and why leaders play or do not play a particular role in their team's communal coping approach, future studies could employ qualitative or mixed-method designs (e.g., Leprince et al., 2018; Wergin et al., 2024). These methods could provide rich, detailed information on the psycho-social processes involved (Lyons et al., 1998; Tamminen & Gaudreau, 2014), as well as on the leaders' psychological characteristics and behaviors (Nesse et al., 2024). Although not examined in the present study, future research could incorporate more detailed network-level analyses to investigate the influence of relational and structural factors, such as network density and centrality (as proxies for shared leadership), formal roles, and attributes like age, coping style, emotional competencies, experience, and language, on peer nominations and the emergence of communal coping leadership. Exploring these elements could offer valuable insights, particularly in light of prior findings on related constructs such as cohesion and team effectiveness (Flemington et al., 2023; Loughead et al., 2016; Mertens et al., 2021), which have been linked to similar relational and leadership dynamics in teams (Flemington et al., 2023; Loughead et al., 2016; Mertens et al., 2021). Finally, the potential negative impact of communal-goal withdrawal on team performance requires further investigation. Understanding the conditions that lead to communal-goal withdrawal and its negative impact on performance could refine theoretical models and inform more effective team management strategies. Future research could explore the reasons behind this negative association, including factors such as team culture, values, and the contexts in which these strategies are employed.

Practical Implications

These findings provide valuable insights for coaches, team managers, and sports psychologists working in elite sports environments. Given the pivotal role identity leaders play in fostering communal coping, enhancing and supporting these leaders should be a strategic priority.

Identity leaders can first be identified through SNA, which provides a team-specific map of perceived influence and leadership roles. Second, once identified, these athletes should be

engaged in a structured leadership development program, such as the 5R Shared Leadership Program (Fransen et al., 2020, 2023). Such a program could be particularly relevant in this context, as it aims to develop identity leadership skills in appointed peer leaders through five structured phases: Readying, Reflecting, Representing, Realising, and Reporting. These phases are designed to help leaders strengthen team identity, articulate shared values, and foster a sense of "us" within the team. By enhancing leadership skills and identity-building capacities, the program could play a pivotal role in facilitating the role of leaders in team stress management. In addition to identity work, specific stress management training modules (Nesse et al., 2024) could be recommended to help identity leaders manage their own stress and emotions effectively and continue to fulfil their role as communal coping facilitators. This dual focus on internal regulation and interpersonal influence is essential in reducing the likelihood of maladaptive communal coping dynamics and negative emotional contagion within teams. As part of these sessions, leaders could also be trained to recognize early signs of disconnection within the group (e.g., declining engagement, silence, interpersonal conflict) or, conversely, signs of a negative form of conjunction (e.g., shared but negative emotional contagion such as pessimism or frustration).

Third, targeted training sessions should be used to actively support the implementation of communal coping strategies. For instance, team workshops could encourage problem-focused communal efforts by engaging players in collaborative, scenario-based exercises that simulate shared challenges. These sessions could focus specifically on collective problem-solving strategies, using playful or tactical simulations, such as serious games (Wouters et al., 2013), to recreate high-pressure situations (e.g., unfair refereeing or being behind on the scoreboard). Similarly, training on communal management of emotions could be provided through guided group debriefings following competitions, facilitating emotional expression, interpersonal regulation, and mutual support (Holt & Dunn, 2006).

Finally, special attention should be paid to monitoring and refining the influence of identity leaders under stress, particularly regarding communal-goal withdrawal, which was found to be negatively associated with team performance. To address this, teams can establish regular leadership evaluation and feedback mechanisms, including peer assessments and reflective reviews. Interventions should help leaders develop situational awareness, recognize early signs of disengagement, and assess the contextual appropriateness or risk of such strategies. Training should also emphasize the long-term consequences of withdrawal-based coping, reinforcing the importance of persistence, adaptability, and emotionally supportive leadership under pressure.

Taken together, these applied strategies can maximize the adaptive potential of identity leaders, help to foster adaptive communal coping strategies and sustain team performance over time.

Conclusion

This study enhances understanding of communal coping in sports teams, particularly in the specific context of elite ice hockey. These findings highlight the complex influence of leaders on communal coping, emphasizing its inherently social and dynamic nature. In addition to its theoretical and empirical contributions, this study offers a valuable methodological perspective by using SNA to identify the role of athletes' identity leaders in initiating communal coping. Moreover, this study provides preliminary results suggesting the respective effectiveness of communal coping dimensions on subjective team performance under pressure. These findings allow us to formulate several recommendations for the training of leaders and teams to develop effective communal coping strategies. However, future research is still required to better understand the conditions that allow leaders to engage their teams in an effective communal coping approach to face the many challenges inherent to elite sport.

References

Pour faciliter la lecture de ce travail de thèse, les références bibliographiques des articles non publiés à ce jour sont intégrées dans la bibliographie générale.

Synthèse des résultats et de la discussion de l'étude 2

Cette seconde étude a permis de mettre en lumière, à travers une analyse de réseaux sociaux, l'implication des leaders identitaires dans la mise en œuvre du coping collectif au sein d'équipes de hockey sur glace.

Les analyses ont montré que les leaders identitaires étaient significativement associés à deux dimensions du coping collectif regroupant :(1) les stratégies de résolution collective du problème, et (2) les stratégies de régulation collective des émotions. Leur lien avec la dimension de désengagement collectif des objectifs variait selon les équipes. Les résultats ont également révélé que les stratégies collectives centrées sur le problème et la gestion collective des émotions étaient positivement associées à la performance perçue sous pression, tandis que les stratégies de désengagement collectif des objectifs étaient négativement associées à cette performance perçue sous pression.

Ainsi, cette étude a permis de poursuivre l'investigation du coping collectif, cette fois dans un contexte de performance sportive caractérisé par une forte pression liée aux résultats. En continuité avec l'étude 1, qui avait mis en évidence de manière exploratoire le rôle des leaders dans un contexte de crise exceptionnelle, les résultats de cette seconde étude viennent étayer l'hypothèse selon laquelle les leaders identitaires jouent un rôle central dans le processus de coping collectif. Enfin, cette étude constitue une avancée importante, en apportant des premières preuves empiriques d'un lien différencié entre les dimensions du coping collectif et la performance perçue sous pression, soulignant que certaines stratégies collectives (centrées sur le problème ou la régulation des émotions) peuvent s'avérer bénéfiques pour la performance, tandis que d'autres (comme le désengagement collectif de l'objectif) peuvent être contre-productives.

Bien que cette deuxième étude ait permis de mieux comprendre l'implication des leaders identitaires dans l'initiation de stratégies de coping collectif, plusieurs limites doivent être soulignées. L'étude a été menée dans un contexte spécifique, celui du hockey sur glace masculin, et sans s'appuyer sur des situations de stress effectivement vécues en situation de match. Par ailleurs, si cette étude montre que certains joueurs influents (les leaders) sont impliqués dans le coping collectif, elle ne permet pas de comprendre pourquoi ni dans quelles conditions cela s'opère. Enfin, une question centrale reste à explorer : dans quelle mesure les sources de stress et les stratégies de coping collectif sont réellement partagées au sein des équipes. Pour dépasser ces limites, la troisième étude adopte une approche mixte en s'intéressant à des sources de stress vécues en compétitions. Elle vise à explorer les facteurs qui favorisent (ou freinent) la mise en œuvre du coping collectif, et à évaluer le niveau de partage du stress perçu et des stratégies de coping collectif entre les membres de l'équipe déployées pour faire à ces sources de stress.

Messages clés de l'étude 2

Apports théoriques :

- Cette étude apporte une preuve empirique supplémentaire de l'implication des leaders identitaires dans l'initiation de stratégies de coping collectif prolongeant ainsi les résultats de l'étude 1 et les hypothèses théoriques.
- Elle met également en évidence le lien différencié entre les différentes dimensions du coping collectif et performance perçue sous pression, soulignant que toutes les dimensions de coping collectif n'ont pas les mêmes liens avec la performance perçue sous pression.
- Enfin, cette étude illustre la pertinence de l'analyse des réseaux sociaux comme approche méthodologique pour identifier les leaders, cartographier les réseaux de leadership, et mieux comprendre leur rôle dans la gestion collective du stress des équipes sportives.

Recommandations pour le terrain :

- Identifier et développer les compétences des athlètes leaders. Utiliser l'analyse des réseaux sociaux pour repérer les leaders identitaires. Mettre en place des programmes de développement du leadership combinés à des modules spécifiques sur la gestion du stress pour renforcer la capacité des leaders identitaires à initier et soutenir le processus de coping collectif au sein des équipes sportives.
- S'appuyer sur le programme 5R (Fransen et al., 2020, 2023) pour renforcer le rôle des leaders identitaires dans les dynamiques de coping collectif. Ce programme vise à développer un leadership fondé sur l'identité sociale à travers cinq dimensions clés : *Readying* (préparer le terrain en identifiant une identité partagée), *Reflecting* (clarifier ce que le groupe représente), *Representing* (incarner les valeurs du groupe), *Realising* (traduire cette identité en actions concrètes), et *Reinforcing* (renforcer le sentiment d'appartenance collective). En le combinant avec des modules spécifiques centrés sur la gestion collective du stress pour renforcer la capacité des leaders identitaires à initier et soutenir le processus de coping collectif au sein des équipes sportives.
- Former les équipes au coping collectif. Organiser des ateliers sur le coping collectif centré sur le problème (e.g., planification tactique, résolution collective de défis), et sur le coping collectif orienté vers la gestion collective des émotions.
- Prévenir les effets potentiellement négatifs du leadership en contexte de stress. Evaluer les compétences des leaders et surveiller leurs comportements sous pression, afin de limiter leur influence sur le recours à des formes de coping collectif potentiellement inadaptées, telles que le désengagement collectif des objectifs.

ÉTUDE 3 : Le coping collectif en contexte compétitif : une approche mixte

Mahot, K., Pété, E., Lienhart, N., & Doron, J. (2025). Communal coping in high-level sports teams: A mixed methods investigation. *Psychology of Sport & Exercise.* Manuscript submitted for publication. En révision depuis le 28/07/2025

Présentation de l'étude

Cette étude visait à approfondir la compréhension du coping collectif en contexte sportif face à des situations de stress vécues en compétition, à travers une approche mixte. Ce protocole a été validé par le comité d'éthique, de déontologie et d'intégrité scientifique de Nantes Université N°27112021 (Voir Annexe 4).

Objectif

Cette étude poursuivait trois objectifs principaux : (1) évaluer dans quelle mesure les membres d'une même équipe partagent leurs évaluations des situations de stress vécues en match, (2) déterminer le degré de partage relatif à la mise en œuvre des stratégies de coping collectif en réponse à ces situations de stress, et (3) identifier les facteurs psychosociaux et contextuels qui facilitent ou freinent le coping collectif.

Méthode

Chaque situation de stress a été sélectionnée lors d'un match identifié comme à fort enjeu. Deux situations jugées stressantes ont été extraites en collaboration avec les entraîneurs. Dans les 72 heures suivant le match identifié, les participants prenaient part à un workshop, au cours duquel les définitions des différentes dimensions du coping collectif leur étaient présentées. La phase quantitative visait à mesurer, à l'aide d'un questionnaire, la perception de l'intensité du stress ainsi que les stratégies de coping collectif mises en œuvre par les athlètes de chaque équipe. La phase qualitative, quant à elle, s'est appuyée sur des focus groupes afin d'explorer les facteurs psychosociaux et contextuels susceptibles d'influencer le recours au coping collectif. Les guides d'entretien ainsi que les définitions mobilisées sont présentés en Annexe 5.

Population

Quatre équipes de sport collectif (football féminin, basket féminin, basket masculin, hockey sur glace masculin) évoluant aux Tiers 3 et 4 selon la classification de McKay et al., 2022. ont participé à l'étude. La population représentait un total de 49 athlètes (26 femmes, 23 hommes ; $M_{âge}$ = 20.9 ans, ET = 4.3).

Abstract

This study advances the understanding of communal coping processes in high-level sports teams by using a mixed-method approach. Communal coping, defined as collectively perceiving and addressing stressors as "our problem," plays a critical role in teams' ability to manage stressful situations. This study examined (1) the extent to which athletes share their appraisals of stressful match situations, (2) the degree to which they perceive coping strategies as collectively enacted, and (3) psychosocial and contextual factors that may facilitate or hinder these shared processes. Forty-nine elite athletes from four teams (basketball, football, and ice hockey) participated in this study. Quantitative data were analyzed using descriptive statistics, whereas qualitative data from the focus groups were analyzed using thematic analysis. The quantitative results indicated variability in athletes' shared appraisals of stress intensity and revealed differential use of communal coping strategies across teams and situations. Focus groups provided in-depth qualitative insights into the factors that influenced these processes. The findings highlight that communal coping is a complex social phenomenon influenced by communication, leadership, emotional expression, and environmental contexts such as competition stakes and timing. This study underscores the necessity for mixed methods approaches in future communal coping research, especially in ecological settings, emphasizing both shared appraisal and communal action dimensions. Recommendations for future research include employing larger samples, evaluating both primary and secondary appraisals, and explicitly examining perceptions of stress ownership to enhance understanding of communal coping among sports teams.

Keywords: Communal coping, Team sports, Stress appraisal, Group dynamics, Mixed methods

Communal Coping in High-Level Sports Teams: A Mixed-Method Investigation

The ability to perform under stress is a hallmark of successful sports teams (Arnold & Fletcher, 2021b). In highly demanding sport situations, such as the final minutes of a tightly contested football match, team sports athletes face a range of stressors. These athletes rarely face stressors alone, employing individual and collective resources, and coping thus emerges as "a combination of individual and collective efforts" (Lyons et al., 1998, p. 580). Among the conceptual frameworks proposed, Lyons et al.'s (1998) model of communal coping appears particularly relevant for examining how members of a team coordinate and share strategies to collectively deal with stressors. In sports settings, Tamminen and Gaudreau (2014) distinguished "coping of teams" (i.e., coping as a team-level phenomena) from "coping in teams" (i.e., the sum of individual coping within a team). This distinction highlights the need to determine whether coping stems from truly collective processes, as in the communal coping model, or from aggregated individual efforts, emphasizing the importance of understanding how coping strategies are shared and coordinated within teams. To date, studies have identified shared stressors and communal coping strategies in various sports contexts, such as during competitions (e.g., Leprince et al., 2018) or crisis situations like the COVID-19 pandemic (Mahot et al., 2025), suggesting a growing interest in capturing the complexity of communal coping (Eckardt & Tamminen, 2023; Woodhead et al., 2024). However, understanding of whether athletes collectively appraise stressors and coordinate coping strategies remains limited, as does our knowledge of the psychosocial and contextual factors that support or hinder these shared processes (T. D. Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). The aim of the present study was therefore to adopt an innovative mixed-method approach to explore the degree of sharedness of communal coping in sports teams by quantitatively assessing the sharedness and congruence of appraisals and coping strategies and qualitatively identifying potential antecedents of the communal coping process.

Communal Coping

The concept of communal coping allows us to understand how individuals collectively cope with stressors (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). Based on Lyons et al.'s (1998) theoretical model, communal coping occurs "when one or more individuals perceive a stressor as 'our' problem versus 'my' or 'your' problem and activate a process of shared or collaborative coping" (p. 583). Communal coping exists along two continuous dimensions: (a) appraisal; and (b) action (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998).

Appraisal refers to the evaluation and ownership of stressors. For communal coping to occur, the stressful situation must be appraised as shared. In other words, it must be seen as "our" problem within the group (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). Empirical evidence on the sharedness of appraisals within groups is relatively advanced in the field of health. For instance, Basinger (2018) showed that appraisal comprises two factors: being cognitively affected by the stressor, and co-ownership of the stressor. In contrast, little attention has been paid to the appraisal dimension in the study of communal coping in the field of sports. However, it is worth noting that findings from qualitative studies suggest that, following the announcement of non selection within the family context, individuals perceive the situation as a shared problem that calls for communal coping (Neely et al., 2017). In the context of a sports team, Doron and Bourbousson (2017) show that through the use of individual self-confrontation interviewsplayers on the same basketball team may experience stressors in a synchronized manner. Furthermore, Pété et al. (2025) highlighted that cognitive stress appraisals (e.g., stress intensity) are shared within teams in response to a stress scenario. While existing studies support the idea that certain stressors can be framed as "our" problem, and that athletes may share how they appraise stressful situations, two key gaps remain: we still know little about factors that either foster or hinder this shared perception of stressors. Studying real-life stressful match situations could provide rich insights into whether and how teammates share their appraisals during competitions. Addressing this issue will extend existing research by considering real competitive demands and focusing on understanding the underlying conditions that enable or obstruct shared appraisal.

The action dimension of communal coping refers to the implementation of strategies and assumption of responsibility for managing stressors. In this process, group members not only share the perception of a stressful situation, but also engage in coordinated efforts to respond to it (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). In sport settings, Leprince et al. (2018) identified several types of communal coping strategies used by athletes during competitions, which they grouped into four communal coping dimensions: (1) Problem-Focused Communal Efforts include strategies used to jointly manage and solve problems (e.g., analysis and action planning, information sharing, refocusing, increasing efforts); (2) Relationship-Focused Coping includes strategies aimed at sustaining team relationships during stressful events (e.g., motivational support, compensation, social joining); (3) Communal Management of Emotions includes strategies used to collectively regulate emotions when facing shared stressors (e.g., interpersonal emotional regulation, reassurance, humor); and (4) Communal-Goal Withdrawal

includes strategies employed to collectively step back from actively pursuing desirable outcomes (e.g., task-disengagement, venting emotions). These findings provide a valuable typology of communal coping strategies and dimensions. However, this study was qualitative and focused on single team member accounts rather than team-level consensus, limiting insights into whether these strategies were perceived as truly shared within teams. More recently, Pété et al. (2025) quantitatively assessed the extent to which athletes perceived communal coping strategies as shared. While their findings confirmed that some strategies (e.g., motivational support and emotional venting) are widely shared among teammates, others (e.g., humor and compensation) showed weaker levels of agreement. However, this study did not focus on specific stressful situations in a performance context but relied on hypothetical scenarios, with the result that players may not all have been referring to the same situation when they answered the questions.

Thus, although prior studies have begun to examine communal coping in sports, key questions remain regarding the conditions under which these shared coping strategies are enacted, particularly in response to performance-related stressors. To deepen our understanding of communal coping, it is necessary to move beyond mere description of its two core dimensions, appraisal and action, and to investigate how and to what extent team members perceive their coping strategies as shared during stressful real-life match situations. Doing so will provide empirical grounding for the concept of "coping of teams" and shed light on the psychosocial and environmental factors that may facilitate or hinder the emergence of such collective processes. Afifi et al. (2020) identified several antecedents of communal coping in other contexts (e.g., health and family), including physical proximity, relational closeness, and communication quality. However, in sport psychology, research into the factors that support or constrain communal coping remains limited, making this an important avenue for future inquiry. Communication, for example, has been highlighted as a central element and its absence may limit engagement in the communal coping process (Neely et al., 2017; Tamminen et al., 2016). In a qualitative study, Tamminen et al. (2016) highlighted that experiencing collective emotions and being able to express and recognize them could significantly enhance communal coping among Canadian university athletes. Finally, Mahot et al. (2025) qualitatively investigated the antecedents of communal coping in a professional sports team, illustrating how leaders actively contribute by fostering a positive social environment and initiating communal coping strategies. These findings begin to map the terrain of communal coping antecedents, but clarity is still lacking on how these mechanisms operate in real-time team interactions

during actual stressful events, how broader social and environmental factors influence communal coping, and how sociocultural contexts may shape these processes.

To address these gaps, researchers have emphasized the value of qualitative approaches conducted in naturalistic sports settings (Crocker et al., 2015; Tamminen & Gaudreau, 2014). A qualitative approach has been used to better understand communal coping (e.g., Mahot et al., 2025; Neely et al., 2017). While such interviews have provided valuable insights into participants' thoughts, perspectives, and experiences, they remain limited in capturing team dynamics, because they primarily reflect individual viewpoints rather than broader group processes. To remedy this, Tamminen and Gaudreau (2014) suggest conducting focus groups with entire teams to understand how coping emerges at group level, a shift that would be consistent with a "coping of teams" rather than "coping in teams" perspective. However, while qualitative data allows researchers to uncover the social and contextual nuances of communal coping, they are often limited in their capacity to determine the degree of sharedness across team members. To overcome these limitations, some scholars advocate mixed-method designs (Zajdel et al., 2022), which combine the depth of qualitative inquiry with the breadth and generalizability of quantitative data (Creswell & Creswell, 2018). In this way, researchers can not only explore the often-hidden contextual layers of the communal coping process but also assess the extent to which these experiences are shared within teams, a necessary shift toward a "coping of teams" perspective.

This study therefore aimed to provide an in-depth examination of the communal coping process in sports teams by investigating (1) the extent to which athletes share their appraisals of stressful match situations, (2) the degree to which they perceive coping strategies as collectively enacted, and (3) the psychosocial and contextual factors that may facilitate or hinder these shared processes. To address these objectives, a mixed-method design was employed, combining quantitative assessments of appraisal and strategy sharedness with qualitative data to capture the social dynamics, interactions, and contextual nuances underlying communal coping in real-life performance situations.

Methods

Methodological Orientation and Philosophical Overview

In view of the exploratory and confirmatory nature of the research questions, an explanatory sequential mixed-method design (Creswell & Creswell, 2018) grounded in a critical realist perspective (Byers, 2013) was selected for this study. Critical realism combines

ontological realism with epistemological relativism (Ryba et al., 2020). In practice, grounding a study within a critical realist perspective involves "moving beyond describing what can be measured in the social world to explain the deeper causal powers that shape what can be observed' (Emmel et al., 2018, p. 5). From a critical realism perspective, "no methods or ways of producing data ought to be rejected a priori and their combination is needed for successful investigation of complex problems" (Ryba et al., 2020, p. 11). Thus, the design of this study aligns with researchers' recommendations for examining the communal coping process more deeply (Eckardt & Tamminen, 2023). Specifically, a mixed-method approach (MMR) was used to examine how team members appraise, coordinate, and collaborate in order to cope collectively with stressful situations in a performance context. Guided by a complementarity rationale (Bryman, 2006), quantitative measurements were integrated with qualitative depth to provide both a broad snapshot of team-level communal coping and a nuanced understanding of how these processes unfolded, thereby offering a more comprehensive perspective of communal coping in sports teams. First, the quantitative phase investigated the distribution of athletes' perceptions of stress intensity and communal coping strategies, identifying whether and to what extent these appraisals and actions were shared. This phase was designed to assess the presence of "coping of a team" dynamics by evaluating the level of congruence in perceptions within each team. Next, the qualitative phase explored how communal coping processes are enacted in real-life settings, focusing on factors that facilitate or hinder shared appraisal and communal coping strategies. The purpose of the qualitative data was to enrich the quantitative data by providing participants with the opportunity to describe "their perspectives, insights, experiences, feelings, emotions, and/or behaviors in relation to the research question" (B. Smith & Sparkes, 2016, p. 104). Focus groups are particularly well-suited to the study of communal coping processes because they foster a collective climate of discussion and exchange, allowing team members to respond to and build upon each other's viewpoints (Klagge, 2018). As Tamminen and Gaudreau (2014, p. 20) argue, conducting focus groups with a complete team "offers a nice methodological platform to explore coping as a team-regulatory process," wherein participants' multiple perspectives (Smith & Sparkes, 2016) on stress experiences can reveal the depth and complexity of the communal coping process.

Participants

Forty-nine athletes (26 women, 23 men; M_{age} = 20.9 years, SD_{age} = 4.3) from four high-level teams participated in the study: one female basketball team (10 players; M_{age} = 17.09, SD_{age} = 0.7), one female football team (16 players; M_{age} = 24.4, SD_{age} = 4.3), one male

basketball team (7 players; M_{age} = 24.33, SD_{age} = 2.90), and one male ice hockey team (16 players; M_{age} = 18.39, SD_{age} = 0.67). All teams competed at a high level, with athletes classified as tiers 3–5 according to the Participant Classification Framework (McKay et al., 2022).

Procedure

Ethical Approval and Preliminary Pilot

The study protocol was approved by the local ethics committee (CERNI – Comité d'Éthique de la Recherche Non Interventionnelle, France, N°27112021). Prior to participant recruitment, the procedure was piloted with a class of sports science students to ensure clarity of the measures and protocols.

Protocol

Step 1: Selection of Matches and Schedule. Coaches from various sports teams were contacted and informed of the purpose and requirements of the study. Once the coaches had agreed to participate and confirmed a suitable schedule for the study, a meeting was organized with the players who constituted the participants. During this meeting, the objectives and procedures of the study were presented and written informed consent was obtained from each participant before data collection. Data collection took place in the last third of the season to ensure that the coaches could identify matches where something was at stake and where players already knew each other. The matches were chosen in collaboration with the coach based on their potential to be stressful (e.g., facing a strong or direct competitor team or one with which the participants' team shared a history).

Step 2: Identification of Stressful Situations. On the day of the selected match, a member of the research team filmed it. Immediately after the match, the coach was asked to identify two sequences that he considered stressful for the team (see Table 1). These two video segments were then extracted by a member of the research team for subsequent analysis.

Step 3: Workshop. Each team attended a workshop within 48 hours of the match. At the start of the workshop, the researcher reiterated the aims and procedures of the study, clarified the different measures, and ensured that all participants fully understood them. During the workshop, each team participated in two focus groups (one for each situation presented), which allowed for "a new and richly textured understanding of experience" (Sandelowski, 1995, p. 183). Each participant received a memo sheet outlining the measures and definitions of the study variables (see Table 2).

Quantitative Assessment. The first video sequence identified by the coach was shown to the group. The participants responded individually to an online questionnaire on their smartphones. Afterwards, the aggregate and anonymized results were displayed on the screen so that participants could see the group-level data.

Qualitative Assessment. A focus group was then conducted to gather qualitative data regarding the participants' experiences and perceptions of the first stressful sequence. To stimulate discussion, the quantitative results related to that sequence were projected on a screen and used as a starting point for collective reflection.

The same procedure (video projection, questionnaire, and focus group) was repeated for the second video sequence that had been identified as stressful.

Table 1

Context and Nature of Stressful Situations across Teams

Teams and situations	Context	Description of the selected stressful situations
Football Situation 1	Home match against a team also battling to avoid relegation to a lower division.	A player from the team misses her penalty. The team would have taken the lead.
Football Situation 2		An opposing player hits the crossbar; if the shot had been on target, the opposing team would have taken the lead.
Ice Hockey Situation 1	Away semi-final playoff match, where the overall playoff outcome is determined by the cumulative score across two matches.	The opposing team levels the aggregate score by scoring a goal.
Ice Hockey Situation 2		Following an error by a player from the participating team, the opposing team scores a goal.
Basketball W Situation 1	Home match. The participating team, positioned mid-table, is playing against a top three ranked team.	After a tightly contested period, the opposing team scores a three-point shot and is awarded an additional free throw.
Basketball W Situation 2		The participating team has an opportunity to reduce the score, but a player misses her shot. On the following fast break, the same player commits a foul, resulting in two free throws. The coach calls a timeout.
Basketball M Situation 1	Home match, crucial in the battle to avoid relegation. The participating team lost the away match.	Following an offensive rebound, the opposing team scores and draws a foul, resulting in an additional free throw. Disputes and visible tension among teammates.
Basketball M Situation 2		A player from the participating team commits a foul, provoking a strong reaction from the crowd. Negative attitudes from a teammate, including arguing and visible frustration.

Data collection

Quantitative Data

To measure the study variables quantitatively, after watching each video sequence of the match, participants were asked to complete an online questionnaire regarding their collective experiences during these specific sequences.

Stress Appraisal. Stress intensity was measured using a single item adapted from the stress thermometer (Kowalski & Crocker, 2001). Participants were asked to indicate the team perception of stress intensity in the match situation by responding to the question "For you and your teammates, this situation was…" on a 5-point Likert scale, ranging from 1 (*not at all stressful*) to 5 (*extremely stressful*).

Communal Coping. A single-item definitional approach (e.g., Pété et al., 2023) was used to assess the four communal coping dimensions within teams. Communal coping dimensions were defined (see Table 2) so that participants could measure each communal coping dimension (i.e., Problem-Focused Communal Efforts, Communal Management of Emotions, Communal-Goal Withdrawal, and Relationship-Focused Coping). These definitions were based on theoretical definitions of communal coping dimensions (Leprince et al., 2018) and empirical studies that have used them in a sports context (Pété et al., 2022, 2023). Participants were asked to rate, on a 5- point Likert scale ranging from 1 (*not at all*) to 5 (*absolutely*), the extent to which they perceived that they and their teammates used each communal coping strategy when facing each stressful situation.

Table 2

Definitions of the study variables using a definitional approach

Variables	Definitions
Problem-focused communal coping dimension	This dimension included communal coping strategies aimed at managing and solving problems encountered by several teammates during the competitive event in a collective way. This dimension includes strategies such as: (a) analysing the problematic situation and planning a common course of action (e.g., using the whiteboard), (b) sharing information to resolve the issue, (c) focusing on relevant elements when faced with a problem, and (d) returning to the basics and simple strategies that the team knows well.
Communal management of emotions dimension	This dimension represented communal coping strategies aimed at regulating team emotions generated by the confrontation with shared stressors. This dimension includes strategies such as: (a) regulating the team's emotions by inhibiting their own emotions to protect teammates, (b) providing reassurance when a teammate doubts their abilities, and (c) de-dramatizing a stressful situation by using humor to deflect pressure and help the team manage it more effectively.
Communal-goal withdrawal dimension	This dimension represented the strategies through which a team withdraws from the process of actively striving toward the realization of desirable outcomes. This dimension includes strategies such as: (a) task disengagement, where team members collectively stop trying to achieve common goals and (b), venting emotions, in which teammates collectively express and ventilate unpleasant emotional tensions.
Relationship-focused communal coping dimension	This dimension included coping strategies using cognitive and behavioral efforts to manage and sustain relationships within the team during the stressful episode. This dimension includes strategies such as: (a) providing motivational support and encouragement through behavioral or verbal actions to sustain the relationship between teammates, (b) compensating, which consists of adjusting the team's play to teammate in difficulty and compensating for his or her weaknesses and (c) social joining, consisting of physically joining forces to deal with the situation.

Qualitative Data

The focus groups were designed and implemented following the guidelines of Klagge, (2018) and Smith and Sparkes (2016). The researcher's role in each focus group was to facilitate open dialogue, ensure that all participants had the opportunity to speak, and keep the conversation focused on the topic. Although the first and second authors rotated this role, they maintained the same general responsibilities, namely encouraging active participation, clarifying questions when needed, and moderating the session to ensure respect and constructive interaction among team members.

Interview Guide Structure.

An interview guide composed of 15 open-ended questions was organized into two thematic sections, each introduced clearly during the session and accompanied by guiding questions adapted from previous literature (Afifi et al., 2020; Basinger, 2018; Leprince et al., 2018; Neely et al., 2017; Pété et al., 2023; Tamminen & Gaudreau, 2014). The questions were explicitly linked to a common situational reference that the participants had just viewed in the video, ensuring that all participants reflected on the same lived experience.

First Section: The Degree of Shared Stress Appraisals of the Situation and the Factors that Promoted or Hindered it. This first section aimed to explore how the team perceived and interpreted the specific match situation (i.e., "our problem"), the extent to which it was shared between members, and to identify signs of shared appraisal. Participants were asked to reflect on their own interpretations and the behaviors or reactions they observed in teammates, that suggested a common understanding of the stressor. The main objective was to identify through signs or behaviors how team members perceived the situation (e.g., "How did you perceive this situation? Would you say this situation was an intense source of stress?") in order to determine the extent to which stress appraisals were shared within the team (e.g., "Would you say this perception was shared among the team?") and to explore how shared perceptions (or lack thereof) spread through the group (e.g., "Were there specific signs, behaviors, or attitudes from your teammates that led you to think this situation was also stressful for them?"). The objective here was not only to identify shared interpretations but also to uncover the social cues, emotional signals, and communication patterns that support or impede this shared appraisal process.

Second Section: The Communal Coping Strategies Deployed by the Team and the Factors that Promoted or Hindered them. The second section explored how the team, as a collective, dealt with the specific match situation. The main objectives were to clarify the cognitive and behavioral strategies made at team level to cope with the situation, including mapping these strategies onto established communal coping dimensions (e.g., "How did you collectively respond to this situation?' What solutions or actions did you come up with as a team?') and to identify key social or environmental factors that might have supported or limitedthe implementation of these collective coping actions (e.g., "Who played a particular role in implementing these strategies?", "Are there elements that prevented you from putting collective strategies into place?").

By encouraging participants to reference the specific match situation shown in the video, this section allowed for a richer, context-specific understanding of how communal coping unfolds in real situations and the social or environmental conditions that shape this process.

Data Recording. Each focus group was video-recorded (M_{length} = 38.75 minutes *SD* = 13.7) to facilitate transcription and help identify speakers during analysis. This method also preserves important nonverbal cues and contextual details that may otherwise be missed.

Data Analysis

Quantitative Data

The use of a single-item scale for each study variable (i.e., stress intensity and the four dimensions of communal coping) allowed descriptive statistics to be conducted to describe the distribution of each variable across teams and situations. The results are presented through violin plots, illustrating the participants' response distribution around the mean. Statistical analyses were conducted using Jamovi (Jamovi Project 2022).

Qualitative Data

Template analysis, which is a form of thematic analysis (Brooks et al., 2015), was used to process the data. Template analysis is a thematic approach that emphasizes hierarchical coding, offering a structured yet flexible framework suited to a study's specific requirements (Brooks et al., 2015). The analytical procedure follows the six-phase process outlined by Braun and Clarke (2012). In the initial phase, the first two authors familiarized themselves with the data by listening to the recordings, producing verbatim transcripts, and rereading them. They

then independently read each focus group transcript in full, identifying recurring patterns related to communal coping and elements that might influence its implementation. During the second phase, they used a code book to code all the transcripts independently. The code book was developed in two stages. First, prior to any analysis, the research team created a theory-driven code book, an "initial template or a priori code" (Braun & Clarke, 2022, p. 243), drawing on existing scholarship on communal coping (e.g., Afifi et al., 2020; Leprince et al., 2018; Lyons et al., 1998; Tamminen et al., 2016). Given the study's confirmatory and exploratory objectives and acknowledging the inherently structured yet flexible nature of template analysis (Braun & Clarke, 2022), the data were examined through both deductive and inductive lenses. Consequently, after an initial review of two focus groups, the team determined that the code book used did not fully capture the interview material. In response, the code book was refined to include newly identified codes (e.g., those related to the timing, space, or quality of opponents). The authors then used the revised code book to code all transcripts independently. In the third phase, the authors identified initial themes to interpret the overarching meaning and significance of the dataset. In the fourth phase, Patton's (1990) "dual criteria" were employed to ensure internal homogeneity within each theme, and external heterogeneity across themes. The fifth phase involved defining and refining themes and subthemes through collaborative meetings with the entire research team, ensuring that the themes identified were coherent, and addressing the research questions (Braun & Clarke, 2012). Although these steps are presented in sequence, the team recognized that the analysis was inherently recursive and iterative (Braun & Clarke, 2012) and returned to earlier phases as needed. The final phase consisted of producing the report.

Methodological Rigor and Integrity

To ensure methodological alignment, the authors prioritized maintaining rigor and integrity in line with the philosophical stance of critical realism; they thus emphasized reflective engagement (Ide & Beddoe, 2023; B. Smith & McGannon, 2018). Accordingly, they encouraged collective dialogue throughout the study. This process involved convening "critical friend" meetings during the initial stages of analysis, at which researchers and PhD students working on communal coping were invited to provide critical feedback, challenge interpretations, and propose alternative perspectives on the findings (Smith & McGannon, 2018). This facilitated deeper analytical engagement and more nuanced interpretations of communal coping processes in sports teams. Additionally, the authors deliberately combined diverse expertise to ensure the coherence and integrity of emergent themes. Specifically, the

first author immersed in elite team sports settings contributed domain-specific knowledge, while the second author, who is not involved in this environment, offered a contrasting perspective. This collaborative approach helped mitigate potential biases and maintained fidelity to the dataset by ensuring that the final themes were firmly grounded in participants' experiences. Multiple rounds of meetings were held to iteratively refine the themes. The entire research team also met to discuss the interplay between quantitative and qualitative findings, focusing on complementarity (enhancing one method's results via the other), initiation (gaining new insights into the phenomenon), and utility (increasing the practical value of combining both approaches) (Bryman, 2006). These discussions served to confirm that the results were empirically adequate (i.e., well-supported by the data), descriptively valid (i.e., factually accurate), and interpretively valid (i.e., reflective of participants' lived experiences) (Wiltshire & Ronkainen, 2021). Although these steps may appear sequential, the research team remained attentive to the recursive and iterative nature of qualitative analysis, regularly revisiting earlier phases to ensure a robust and credible inquiry.

Results

Quantitative results

Stress Intensity Appraisal

The distribution of the results regarding stress intensity appraisal is presented in Figure 1. The analysis revealed differences in the congruence of stress intensity appraisal across teams and situations. Although the overall distributions of stress intensity appraisal sometimes appeared incongruent within a team, closer inspection revealed consistent patterns within subgroups. These subgroups were often aligned with player roles (e.g., bench vs. on-field players) during the stressful sequence.

Football Team.

Situation 1. Players' stress intensity appraisal ranged from "*not stressful at all"* to "*very stressful"*, with most players rating it "*stressful/very stressful"* (n = 8), some *moderate stress level* (n = 4), and a few "*not stressful/not stressful at all"* (n = 4).

Situation 2. Players' stress intensity appraisal ranged from *moderate stress level* to *very stressful*, again dominated by "*stressful/very stressful"*, with both bench (n = 4) and on-field players largely sharing this view (n = 8)

Hockey Team.

Situation 1. Players' stress intensity appraisal extended from *moderate stress level* to *very stressful*; bench participants largely reported "*stressful/very stressful"l* (n = 5) or *moderate stress level* (n = 7), while on-ice players indicated "*stressful/very stressful"* (n = 3) or *moderate stress level* (n = 1).

Situation 2 Players' stress intensity appraisal extended from *moderate stress level* to *very stressful*; bench participants largely reported "*stressful/very stressful"* (n = 5) or *moderate stress level* (n = 7), while on-ice players indicated "*stressful/very stressful"* (n = 3) or *moderate stress level* (n = 1).

Women's Basketball Team.

Situation 1. Players' stress intensity appraisal ranged from *not stressful at all* to *not stressful*; bench players said situations were "*not stressful at all* "(n = 4) or "*not stressful"* (n = 1), while on-court participants also described situations as "*not stressful at all"* (n = 2) or "*not stressful"* (n = 3).

Situation 2. Players' stress intensity appraisal spanned from "*not stressful at all"* to *moderate stress level*; bench players mostly reported "*not stressful/not stressful at all"* (n = 4) with one indicating *moderate stress level*, while on-court responses followed the same pattern (majority reporting "*not stressful at all"*, n = 4, plus one *moderate stress level*).

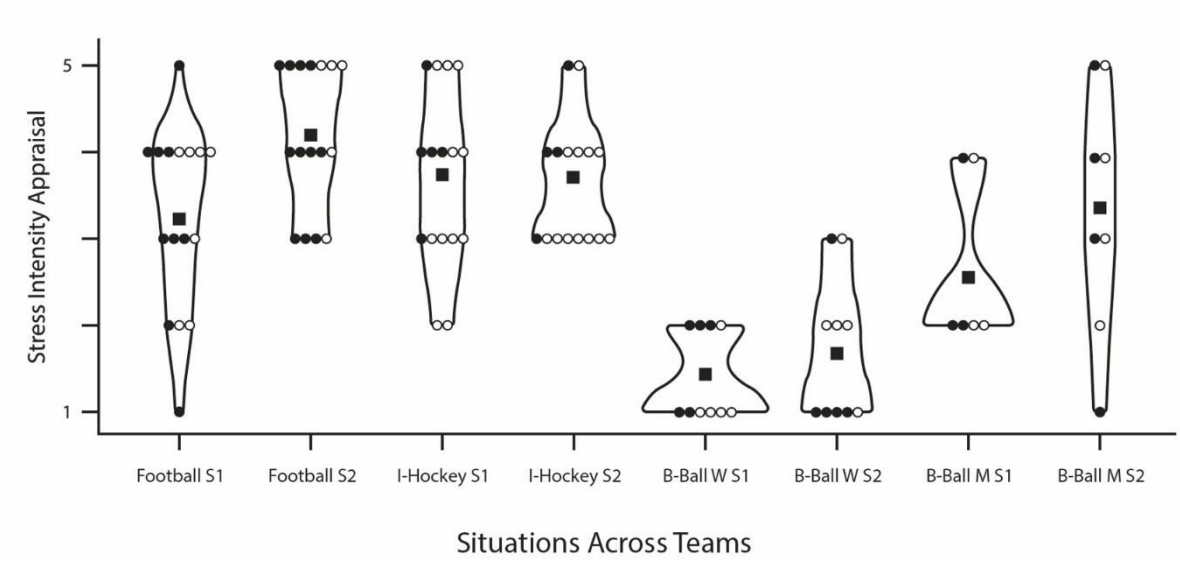
Men's Basketball Team.

Situation 1. Players' stress intensity appraisal ranged from "*not stressful"* (n = 4) to *moderate stress level* (n = 2), with identical results for both bench and on-court subgroups (each with two *not stressful* and one *moderate stress level*). One participant (n = 1) did not rate this stressor, as he joined the session after the sequence had already been presented.

Situation 2. Players' stress intensity appraisal ranged from "*not stressful at all"* (n = 1) to *very stressful* (n = 1); bench players reported levels from *not stressful* (n =1) to "*stressful"* (n = 1) with one indicating *moderate stress level*, while on-court participant responses spanned from *not stressful at all* (n = 1) to "*stressful/very stressful"* (n = 2), and one *moderate stress level*.

Figure 1

Distribution of stress intensity appraisal across teams and situations



Note. S1 = Situation 1; S2 = Situation 2; I-Hockey = Ice-hockey; B-Ball = Basketball; W = Women; M = Men. 1 = *not at all stressful*; 5 = *extremely stressful*, indicating perceived stress intensity appraisal across teams and situations. The darkened dots represent players on the field, the empty dots represent substitutes.

Communal Coping

The distribution of results regarding the use of communal coping strategies is presented in Figure 2. The results revealed a variety of communal coping strategies used across teams and situations, with Problem-Focused Efforts and Relationship-Focused Coping reported most frequently, while use of Communal-Goal Withdrawal was generally low, and use of Communal Management of Emotions varied.

Football Team. Across both situations, Problem-Focused Communal Efforts were predominantly reported at moderate to high levels (i.e., n = 6–7 players reporting "*used/strongly used"* across both situations). Similarly, Relationship-Focused Coping received frequent "*used"* or "*strongly used"* ratings (i.e., n = 7 –9 players reporting "*used/strongly used"* across both situations). In contrast, Communal-Goal Withdrawal remained mostly absent (for "*not used"*, n = 8 in Situation 1; n = 10 in Situation 2). Communal Management of Emotions showed wider variations, ranging from "*not used"* (n = 2) to "*strongly used"* (n = 2) across situations and players' roles (i.e., whether they were on the pitch or on the bench during the stressful sequence).

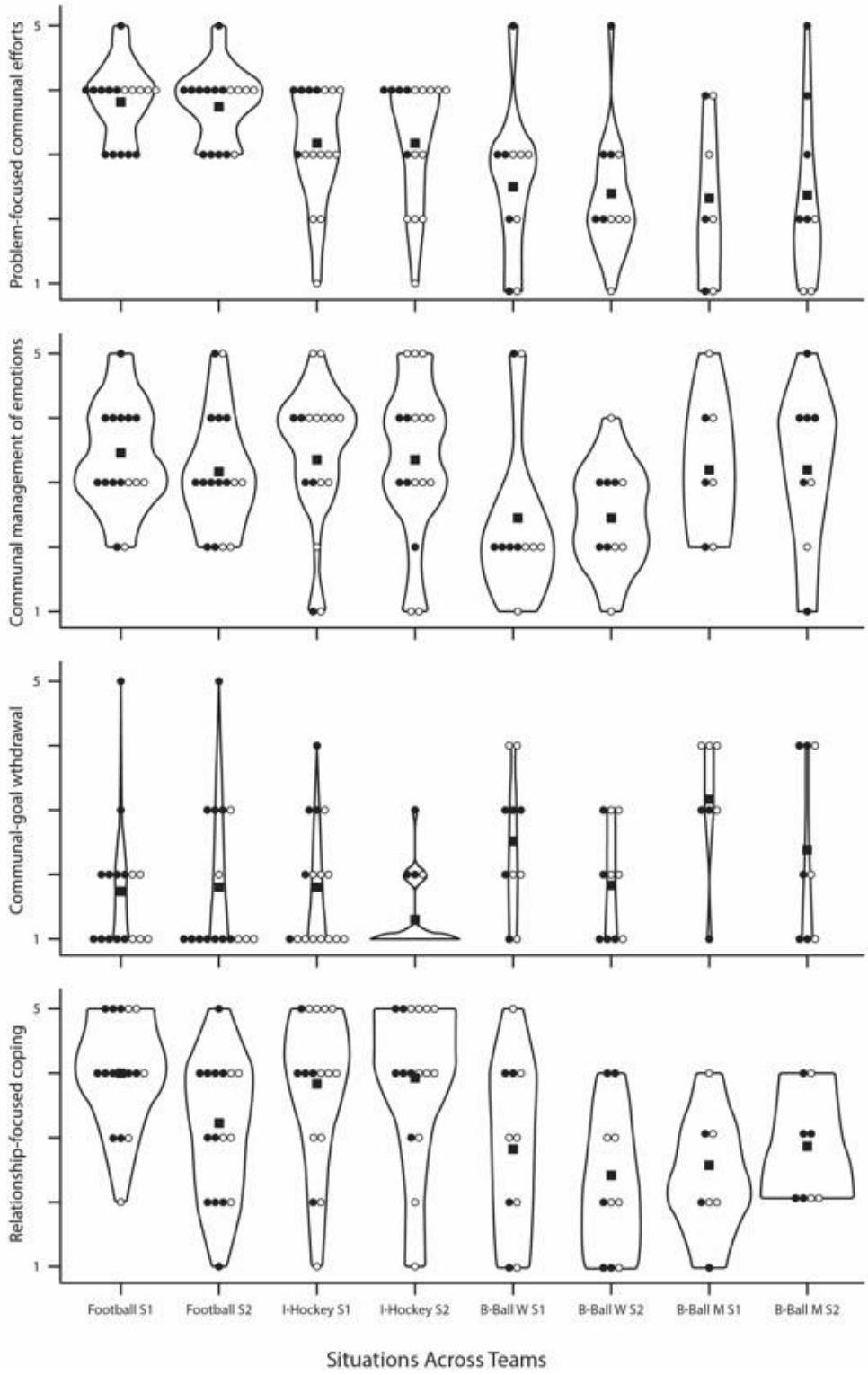
Hockey Team. In both situations, Problem-Focused Communal Efforts were reported at moderate to high levels (e.g., n = 7 – 9 players reporting "*used"* across both situations), while Relationship-Focused Coping also saw moderate-to-strong use (e.g., n = 5 – 6 players reporting "*strongly used"* across both situations). Communal-Goal Withdrawal remained largely unused (n = 8 – 12 "*not used"*). Meanwhile, Communal Management of Emotions varied, ranging from *not used* (n = 2) to "*strongly used"* (n = 2–3), depending on the scenario and whether the participants were on the bench or the ice.

Women's Basketball Team. Neither Problem-Focused Communal Efforts nor Relationship-Focused Coping was consistently high; many participants indicated no usage (e.g., n = 2 – 4 players reporting "*not at all used"* across both situations), although a few rated it as moderate or strong (e.g., for "*strongly used"*, n = 1 in Situation 1). Communal-Goal Withdrawal generally remained low to moderate (e.g., n = 3 – 4 players reporting "*not used"*; and n = 2 – 3 for moderate use), while Communal Management of Emotions likewise hovered at minimal levels for most participants (i.e., n = 4 players reporting "*not used"*), with occasional "*strongly used/used"* ratings (n=1 in each situation).

Men's Basketball Team. In both situations, Problem-Focused Communal Efforts and Relationship-Focused Coping were limited or moderate (e.g., n = 2 – 3 for players reporting "*not used"* across situations, and n= 1 – 2 for "*used"*), suggesting use was mixed. Use of Communal Management of Emotions also varied substantially, ranging from "*not at all used"* (n = 1 – 2) to "*strongly used"* (n = 1) in each scenario. Finally, Communal-Goal Withdrawal ranged from "*not used"* (n = 1 – 3) to "*moderate* or *used"* (n = 3), depending on whether the participants were on the bench or the court.

Figure 2

Distribution of perceived use of communal coping dimensions across teams and situations



Note. S1 = Situation 1; S2 = Situation 2; I-Hockey = Ice-hockey; B-Ball = Basket-ball; W = Women; M = Men. 1 = not at all used; 5 = absolutely used, indicating perceived use of each communal coping strategy The filled dots represent players on the field, the empty dots represent substitutes.

Qualitative results

The following results were drawn from focus group discussions, where participants were asked to reflect on the specific game situations they had experienced. By grounding their accounts in specific match contexts, the data offer insights into how communal coping processes unfold in real-time. The results indicated that certain antecedents influenced the implementation of the communal coping process, affecting both appraisal and action (by facilitating, limiting, or being necessary for the use of communal coping strategies). These conditions are categorized into two main themes: Social and relational resources, and Environmental variables.

Social and Relational Resources

Communal Ownership as a Prerequisite for Communal Coping. Aligned with the concept of communal coping, the initial step of shared appraisal involves collectively recognizing the stressor as "ours." Participants' language underscored this ownership through the use of plural pronouns (e.g., "we," "our"), suggesting that the burden of the stressful situation was jointly owned, which is a prerequisite for communal coping. For instance, IH7[2] commented on the second situation, "I feel like we are really nervous, that we are clearly stressed. We're telling ourselves that we're in a good position, and then they score three goals." Here, the pronouns highlight a shared sense of responsibility. At the same time, adjectives that reflect emotions emphasize the intensity of perceived stress. The situation described during the focus group, along with the adjectives used by players, aligns with the quantitative data on stress appraisal in this scenario, with team-wide congruence indicating a certain degree of stress intensity.

The Expression and Understanding of Team Members' Emotions. Participants described how they detected signs of stress in teammates through emotional expressions conveyed via subtle nonverbal cues (e.g., body language, sighs) or explicit verbal interactions. Although *stress* refers to the internal appraisal of a situation as challenging or threatening (Lazarus & Folkman, 1984), emotions that arise from this appraisal, such as frustration or anxiety, often become visible and socially meaningful in team settings. IH7 illustrated this

[2] IH refers to Ice Hockey player participant, FBB to Female Basketball Player, MBB to Male Basketball Player and FFB to Female Football Player

dynamic when recalling a stressful situation immediately after the team conceded a goal, in which his teammate slammed his stick against the boards in frustration: “You can see that he shares everyone's feelings. His actions say out loud what everyone is thinking quietly.” This behavior, while individually enacted, was interpreted as reflecting the collective emotional state. This demonstrates how the overt expression of emotion can serve as a nonverbal cue that teammates use to infer a shared appraisal of the situation and emotionally align with one another.

Conversely, when women’s basket-ball participants were asked to discuss the low perceived intensity of stress in the situation presented and whether everyone agreed that the team perceived low stress, FBB1 explained how she recognizes when the team is not very stressed by the situation, “[a contrario] When we’re stressed, it shows. Some people furrow their brows, some sigh. Even in the way we check, we know if the other person is stressed.” Although this quote refers to behavioral manifestations typically associated with stress, it primarily reflects players’ ability to interpret such cues as indicators of each other’s appraisal of the situation. While, theoretically, emotion follows cognitive appraisal, participants' understanding of their teammates’ emotional expressions seems to function as a basis for aligning interpretations of the situation. In other words, shared appraisal can be constructed through mutual recognition of emotional states, which act as accessible social signals. This intersubjective understanding supports the emergence of appraisal congruence at group level without necessarily relying on explicit verbal agreement. This insight aligns with the quantitative results for the women’s basketball team, which revealed consistent congruence in low-stress appraisals. By noticing subtle emotional cues (or their absence), team members implicitly co-constructed a shared understanding of stress in the situation.

Role of Leaders and Coaches. The findings suggest that team leaders and coaches play a crucial role in the communal coping process. In the appraisal phase, they influence how specific stressful events supported by video extracts are perceived, while in the action phase, they initiate communal coping strategies.

The Role of Leaders in Appraising Game Situations. During the appraisal phase, leaders influence how the situation is perceived. Participants described leaders as emotional regulators who either reinforced or alleviated perceived stress within the team. IH15 said: “We pay more attention to players like the captain. If they're stressed, it impacts the entire team.” Similarly, IH3 noted the coach’s influence in stressful situations: “The coach always tries to

stay calm. Seeing him calm relaxes everyone." In this sense, leaders' emotional expression can serve as a cue for interpreting the stakes or manageability of the situation, and thus could indirectly shape the collective appraisal process.

Leaders recognize the importance of their influence. For example, when IH1 was asked if he was aware that the emotions he displays can affect the rest of the team and whether he adjusts his behavior accordingly, he acknowledged, "Yes, that's why I try not to show my emotions. (…) I know it can have an impact if I start losing it or something." This statement reveals the leader's deliberate effort to regulate his own emotional expressions, aiming to maintain a stable team emotional state and to prevent stress contagion.

The Role of Leaders in Action. Leaders play a key role in guiding how teams mobilize communal coping strategies using both verbal and nonverbal actions to deliberately implement communal responses.

Participants noted that certain individuals assume leadership positions by initiating both Relationship-Focused and Problem-Focused Coping Efforts, reinforcing a collective approach to stress management. FFB6, for instance, described a leader's behavior in the first situation: "She was decisive in the moment and right after. Through gestures, through signs. Not words. (…) She boosted us. She shouted a bit because we needed to remobilize." This example highlights how leaders' relationship-focused strategies (such as providing encouragement and rallying teammates) were perceived as widely employed in that scenario, corresponding to the findings in the quantitative data. In the men's basketball team, MBB10 similarly noted, "He's the only one applauding at the start, and everyone follows his lead," although this stands in contrast to the quantitative findings, which did not highlight relationship-focused strategies strongly in the men's basketball group.

Leaders also demonstrate Problem-Focused Coping by adopting specific behaviors that the rest of the team can then replicate. In the football team, leadership extended beyond verbal commands to include on-field actions. FFB8 explained how a leader's assertive performance set a powerful example that others followed:

> I was there saying, 'This is incredible, she (FFB9) was winning all those aerial duels. I thought, 'Wow.' I find that super important. She wins the first balls. She outmaneuvers her opponent […] I thought that was super important at that moment.

WF15 further described how these leadership actions influenced the entire team's efforts:

> Yes. In terms of runs, movement, the fact that we kept the intensity for the remaining time. We were all together. I think on the six-meter line, she immediately won her duel, and that pushed everyone forward. We wanted to play more simply, faster, and take fewer risks. We all looked at each other, like, 'We need to keep the score until half-time.

These descriptions align with the quantitative results, indicating that problem-focused strategies were among the most frequently employed by this team in that situation.

Results indicate that leaders are aware of their pivotal role in guiding collective strategies. FFB9 explained:

> Yes, I'm aware of it. Then, at that moment, I thought it was important to react verbally with FFB12. At that moment, I talked more to FFB12 because I didn't want her to dive, even though there wasn't much time left before half-time; it could have been much harder for her. And afterwards, it's true that collectively I had two or three words, but everything happened very quickly. I didn't have time to say much, it was mainly through gestures, winning duels, tactical repositioning, and tactical communication.

Leaders also noted that carrying this responsibility can be resource-intensive. While leaders reinforce communal coping by initiating and modeling strategies, they also experience additional stress. FFB9 admitted:

> Sometimes I put a bit of pressure on myself; it depends on the matches. Well, I tell myself, yeah, I know that sometimes when I encourage the girls, it really helps them and makes them feel good. And I tell myself, yes, if I mess that up and everything, and I'm not there for the girls, I know it can go wrong.

Verbal Communication and Nonverbal Behaviors. Participants described implementing collective strategies through both verbal and nonverbal communication. For instance, players from the women's football team explained how problem-focused strategies were enacted through explicit verbal exchanges. FFB10 noted, regarding the communal strategy to be applied: "In the next minute and a half, we added even more communication." FFB5 added, describing what the team collectively set in motion after the missed penalty: "[We

focused on] communication, telling ourselves: 'No risk-taking'." FFB9 continued, "We said 'We have to stay in a block; let's not go chase them'."

Nonverbal behaviors were especially crucial in fast-paced contexts where verbal interaction was limited. In the ice hockey team, which reported extensive use of Communal Management of Emotions, participants were asked how these strategies concretely manifest themselves during a match. IH15 highlighted how small gestures and brief remarks provided reassurance and helped de-dramatize the stressful Situation 1: "Always through physical contact and words as well. It happens quickly, but it's essential. A little check, a little 'don't worry, it's not serious.'" A female football player on the field confirmed the importance of these nonverbal behaviors in implementing Communal Management of Emotion strategies in Situation 1, explaining: "I remember that with A, C, and R, we communicated through gestures—like, 'We need to calm down, we need to let the pressure drop quickly.' Just through gestures and looks."

The Role of Sense of Belonging. Participants emphasized that a strong sense of belonging motivated players to engage in communal coping strategies and face stressful situations together, influencing the drive for communal coping action. When asked what motivated ice hockey players to make communal coping efforts for the team, e.g., in particularly high-risk moves such as using their bodies to block pucks in Situation 2, the participants explained:

> IH13: "We do it because we're close to each other, we've created strong links between us." Interviewer (ITW): "So what does it actually do when you feel closer, when you feel a strong bond—how does that manifest concretely?" IH 13: "Well, first it makes us feel like we belong to the same team." ITW: "And what does that do, concretely?" IH13: "Feeling part of the same team makes us give more, make more effort."

Others elaborated on how this sense of belonging translates into tangible actions, with IH10 saying, "We want to block shots, we want to give everything for the team" and IH3 adding, "It pushes us to make sacrifices, to take risks."

Environmental Variables

Participants explained that game situations are appraised and collectively managed by considering certain environmental variables: quality of opponents and competitive context, timing and score, background experiences, and geographical position on the field.

Quality of Opponents and Competitive Context. Match context and opponent level shaped perceived stress intensity. The higher the stakes of the match, the more spectators there were, and the stronger the opponents (factors that participants frequently associated with high-pressure contexts), the more likely the situation was perceived to be stressful. IH9 illustrated this point: "It's the playoffs, you know, everything is more intense. The stakes aren't the same, anyway." Similarly, FFB7 noted: "Yes, because it's 0-0, and it's a big game." These factors also shaped the implementation of communal coping strategies. IH3 described how, under high-pressure playoff conditions, Relationship-Focused Coping was more prominent than in the regular season:

> There was also a radically different attitude on the bench compared to what happens during the season. Often, when we concede a goal, nothing happens, it's total silence on the bench in the regular season. Some people look down at the floor, others look at their skates. Whereas here, everyone stayed standing, everyone banged their sticks against the boards to encourage the guys.

Timing and Score. Participants indicated that the same situation could be perceived as either more or less stressful, depending on the score and timing of the game. MBB6 highlighted: "Plus, it's the end of a quarter, I think in this context." MBB2 added: "It's the worst thing to finish a quarter badly, on top of that." The basketball players further noted that the score influenced how they evaluated situations, with MBB2 noting: "If the same situation happens and we're 15 points ahead, we say, 'Come on guys, it's no big deal.' Basically, we don't care."

Time constraints can also limit the implementation of communal coping strategies. When discussing Relationship-Focused Coping, some basketball players mentioned that the lack of shared time on the court prevented them from coordinating responses. MBB2 said: "Between quotes, we didn't have time to regroup." MBB5 continued: "What's tough is that the two plays happened one right after the other. If there had been the end of a possession or a stoppage on the other side, we would have had time to come together or do or say something." MBB1 concluded: "With just one free throw, it's complicated, it goes really fast […] it's tough to say, 'Come on, let's regroup.' During a timeout, it might be easier."

Background Experiences. Past experiences also shaped the way participants perceived game situations as stressful. Individuals who had encountered similar situations with a positive outcome in previous matches felt more confident about addressing them collectively when facing similar challenges again. IH8 explained why he was not stressed: "The last time we went

through this; we were able to come back. So, I told myself that we were still capable of doing it."

Likewise, FFB5 described how having gone through a similar situation previously made the team's response more automatic "It's a bit silly, but because we've already been through that situation—already endured it—there was no question of how we should react. Everyone knew what they had to do. Having already experienced it might have helped us."

Geographical Position on the Field and Player Status. Participants highlighted that spatial positioning influenced the sharedness of stress appraisal. Proximity to the stressor appeared to influence appraisals, with players positioned closer reporting higher perceived stress intensity, whereas those more distant described experiencing lower stress levels. FFB9 noted: "Since I was a long way from the action, I thought the player was offside. I didn't feel stressed until the ball hit the crossbar." This partly explains why not all team members share the same level of stress perception since proximity or distance to the stressor shapes appraisals. Geographic proximity also affects communal coping. Football players reported mainly implementing reassurance strategies with teammates nearby. FFB8 said: "With the girls who are close to us, the defensive line, we said, 'We don't care—we're not conceding.'" And further: "we talked about it with FFB7 and the three defenders when there was an injury." Participants noted that distance could limit the implementation of communal coping strategies. For example, one hockey player explained that being on the bench (and thus physically close to other nonplaying teammates) allows for more tactical discussion: "On the bench, you describe what's happening on the ice; it's kind of a phase where you say, 'Ah, sorry, I didn't see you.' […] We can have a board where we can explain a play (a tactic) more precisely."

Differences in status also mattered. In the first situation, substitutes found the event to be very stressful, whereas most on-field players felt that it was either stressful or moderately stressful. IH13 explained: "Yes, because when you're not on the ice, you feel like you have less control, and it all becomes a bit more stressful, I think." A basketball player, FFB4, reinforced this view: "Well, emotions on the bench and on the court aren't the same at all."

Such differences in status lead to distinct communal coping strategies within the same team. IH9 illustrated how on-ice players and bench players responded concurrently with Problem-Focused and Relationship-Focused Coping: "On the bench, the guys were encouraging us, saying, 'Okay guys, it's no big deal,' while on the ice we said, 'We'll do everything we can to get back ahead."

Hence, both status (being on the field or on the bench) and physical proximity (not only to the stressor but also to teammates) can influence how teams coordinate and execute communal coping strategies in real time as well as the extent to which stress appraisals are shared across players.

Discussion

This study aimed to deepen the understanding of communal coping within sports teams by exploring how stressful situations are appraised and managed collectively. Specifically, the study first focused on the degree of sharedness (or congruence) in two key dimensions of the communal coping process:(1) how team members appraise a given stressful event (i.e., the extent to which the situation is perceived similarly across the group), and (2) how they engage in communal coping actions (i.e., the extent to which strategies are jointly or simultaneously implemented by multiple players). Secondly, this study aimed to better understand the psychosocial and contextual factors that facilitate or hinder the communal coping process.

To address these objectives, this study introduced an original methodological protocol that combined focus group interviews with quantitative assessments of shared appraisals and communal coping strategy use. This mixed-method design provides a comprehensive perspective on communal coping by revealing both the degree of perceptual alignment or congruence (in appraisals) and the level of coordinated action (in strategy use). Responses related to specific, real-game stressful situations previously experienced by the entire team to ensure ecological validity and shared contextual understanding. By using common video-based stimuli to recall the same situation for all players in a team, this protocol enabled the capture of team-level perception (a coping of team perspective) rather than relying solely on individual recall (a coping in team perspective). This approach allows for a more ecological understanding of how communal coping unfolds in real performance settings. The findings illustrate that communal coping is a complex, context-sensitive process that depends on a web of factors, including communication, emotional cues, leadership behaviors, and the environmental conditions of the game. Thus, the findings reveal that communal coping is not a static or automatic response, but a complex process that is co-constructed, sometimes fragmented, and always situated.

Congruence and Divergence of Collective Perceptions

The findings allow for an examination of the congruence of athletes' appraisals of stress intensity within sports teams, an important point since shared appraisal "is as critical to the conceptualization of communal coping as joint action" (Basinger, 2018, p. 2). The results suggest that congruence in athletes' perceptions of stress intensity may not be inherently determined by the team as a whole but rather shaped by specific situational contexts and a set of facilitating conditions. The quantitative findings shed light on cases in which appraisal distributions initially appeared incongruent. Closer examination revealed that this variability often reflected the presence of subgroups within the team, whose members displayed similar appraisals. For example, one subgroup may have perceived the situation as low in stress intensity, while another rated it as moderate to high. Focus group discussions helped interpret these patterns, confirming the quantitative results by showing that shared appraisals tended to emerge among players who occupied similar roles (e.g., substitutes vs. starters), while also adding nuance by highlighting the importance of spatial proximity. Sharing both spatial and functional proximity during a stressful event may increase the likelihood of common appraisal, suggesting that such proximities could play a key role in how stress is collectively appraised.

Examining the degree of sharedness in stress appraisal goes beyond quantitative measures and requires asking "whose problem is this?" (Afifi et al., 2020; Basinger, 2018; Lyons et al., 1998). This study proposes that understanding shared appraisal concretely in sports teams requires the consideration of two elements: shared ownership of the stressor and the expression and understanding of team members' emotions. Thus, the qualitative results align with Basinger et al. (2018), indicating that shared appraisal involves evaluating who owns the stressor, evident in collective pronouns like "we." This is in line with early sport psychology research that emphasized 'we' and 'us' language in relation to stressors, empirically validating Tamminen and Neely's (2020) claim that such language signals communal coping. The present study proposes that communal ownership is a prerequisite for communal coping because it creates collective responsibility from which coordinated responses emerge (Lyons et al., 1998).

Furthermore, the findings advance the understanding of appraisal in the communal coping process by highlighting the role of emotions and their expression. The qualitative results demonstrated that team members' emotional expressions and perceptions contributed to shared appraisals of stress intensity. While previous literature has emphasized the impact of emotions on team collapse or recovery during crises (Wergin et al., 2024), the present findings also align with Tamminen et al. (2016), who described emotions as a "social phenomenon" (p. 31) that can facilitate shared perceptions of stress. The data suggest that a shared appraisal within

communal coping may involve two core processes: the co-construction of situational meaning and the achievement of appraisal congruence among group members. In addition to explicit cognitive exchanges, mutual recognition (or at least interpretation) of other people's emotional states could serve as a key mechanism supporting both processes. Specifically, qualitative data indicate that individuals rely on other people's emotional expression as informational cues to assess the collective meaning of a situation. In this sense, emotional expressions may function as signals that shape group appraisals beyond each individual's evaluation of the stressor. Although emotions are typically conceptualized as outcomes of cognitive appraisal (e.g., Lazarus & Folkman, 1991), the present findings suggest that, in group contexts, the interpretation of emotional cues may operate as a form of meta-appraisal: individuals may not only evaluate the situation itself but also infer how others are appraising it through their emotional expressions. This intersubjective emotional understanding could potentially enable the emergence of shared appraisals without the need for explicit verbal communication. These findings therefore support an expanded conceptualization of appraisal in communal coping not only as cognitive coordination but also as reciprocal emotional understanding within the group.

Additionally, the findings underscore the influence of leaders' and coaches' emotional expressions on the appraisal of game situations, confirming the existence of a "close relationship" between leadership and coping processes (Alarcon et al., 2012, p. 35). It is also interesting to note that leaders appeared aware of their emotional influence. When they perceived that expressing their emotions was unnecessary or potentially detrimental, they deliberately regulated or masked their emotions to prevent negative emotional contagion within the team. Finally, shared appraisal was constructed through effective verbal and nonverbal communication, which is crucial for establishing a collective signification of stressful situations, supporting prior communal coping research (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). Thus, qualitative findings regarding players' roles and statuses, geographical positions on the field, the use of collective pronouns (e.g., "we"), understanding and expression of teammates' emotions, and communication patterns provide potential explanations for the different stress intensity appraisal patterns (e.g., congruence, incongruence, and subgroup congruence) observed quantitatively in this study.

This study also examined congruence in relation to communal coping strategies. Interestingly, the quantitative results suggest a possible association between stress intensity appraisal and the implementation of communal coping strategies. Specifically, teams that perceived lower levels of stress intensity tended to report less frequent use of communal coping

strategies than those that perceived higher stress intensity. While this pattern may initially appear linear, it echoes Afifi et al.'s (2015, 2020) suggestion of a curvilinear relationship, in which a moderate level of perceived stress is considered optimal for triggering communal coping. However, the present findings do not provide sufficient evidence to confirm this nonlinear relationship in the sports context. Instead, they point to the complexity of communal coping, suggesting that the implementation of communal coping strategies is not solely determined by the perceived intensity of stress or by the degree of congruence in these appraisals. In fact, the results indicate that communal coping strategies can be enacted, even in the absence of full appraisal congruence. For example, despite only partial alignment in stress intensity appraisals, teams still engaged in communal coping strategies such as Problem-Focused Communal Efforts or Communal Emotion Regulation (e.g., in the hockey (Situation 1) and men's basketball (Situation 2) teams). These findings support Lyons et al.'s (1998) assertion that complete agreement on stress appraisals is not a prerequisite for communal coping to occur as long as some team members recognize the value of a collective response.

Factors Influencing Communal Coping Strategies

Building on the qualitative findings, several factors influencing communal coping were identified, including psychosocial resources, environmental variables, and spatial dimensions. Psychosocial resources emerged as one of these factors, supporting stress management as a "social process" (Lyons et al., 1998, p. 582) and aligning with individual coping research (Kerdijk et al., 2016). Specifically, the qualitative results from the theme "The Role of Sense of Belonging" emphasize the importance of social identity processes in shaping how communal coping unfolds within teams. Highlighted in particular by ice hockey players, social identity and a sense of belonging influenced both the evaluation and action phases of communal coping, supporting prior research on collective stress management (Afifi et al., 2020; Tamminen et al., 2016; Tamminen & Neely, 2020). This aligns with social identity theory, which suggests that identity shapes primary (interpreting stressors) and secondary (evaluating resources) appraisals, positing that stress appraisal and responses are inherently intragroup phenomena (S. A. Haslam et al., 2005; S. A. Haslam & Reicher, 2006; van Zomeren et al., 2008). The results indicate that social identity motivates the collective evaluation of coping capacities and encourages greater risk-taking for the group and collective effort in stressful situations.

Leaders also play a crucial role in promoting collective emotions and modeling supportive behaviors that underpin communal coping. These findings reflect Tamminen and

Gaudreau's (2014) proposition that leaders initiate or sustain communal coping. They also reinforce Lyons' (1998) assertion that not all individuals have to participate equally in communal coping. Furthermore, they echo Mahot et al. (2025), who highlighted the role of leaders in facilitating communal coping during the COVID-19 pandemic. In the present study, leaders' intentional regulation of emotions emerged as a key mechanism for initiating and sustaining collective responses.

In addition to leadership, environmental factors contributed to shaping communal coping processes in a competitive context (quality of opponents, stakes, and timing). Higher stake matches or stronger opponents heighten perceived stress, prompting stronger collective responses (Fewell et al., 2012). Timing within matches or seasons influenced communal coping dynamics, aligning with prior research that highlights temporal influences (Milne & Neely, 2022; Neely et al., 2017). The results also demonstrated that background experiences shaped communal coping through shared stress appraisals, with prior exposure enhancing the confidence and automaticity of the collective responses.

Spatial dimensions further shaped the appraisal and implementation of communal coping strategies. Qualitative findings demonstrated that geographical proximity to the stressor facilitated congruent appraisal of the situation. Players who were physically closer to stressors reported higher stress intensity, whereas distant players perceived less stress. Greater distances or lack of proximity hindered communication effectiveness, impacting communal coping actions and aligning with Mahot et al.'s (2025) concept of transactional spaces, emphasizing shared time and space for fostering shared appraisals and collective responses. Moreover, shared appraisals and coordinated responses do not emerge in a vacuum; they rely heavily on interpersonal processes. In this regard, communication emerged as essential to both the evaluation and action phases. Effective verbal and non-verbal communication enable shared appraisals and facilitates communal coping strategy implementation (Leprince et al., 2018; Lyons et al., 1998; Tamminen et al., 2016).

Methodological contributions

In addition to advancing the understanding of the communal coping process, this study distinguishes itself through methodological contributions. Methodologically, combining focus groups with quantitative assessments provides comprehensive insights, aligning with recommendations for mixed-method research on communal coping (Crocker et al., 2015; Tamminen & Gaudreau, 2014). Moreover, the measures used in this study represent a novel

attempt to explore the communal coping dimension in real-life sports contexts. Likewise, by interviewing all team members rather than relying on a single informant, this study differs from previous research methodologies, which have not fully captured the collective perspectives necessary to thoroughly investigate communal coping (e.g., Leprince et al., 2018). Focus groups address this limitation by effectively integrating the team's viewpoints and enhancing the understanding of the coping of team approach (Tamminen & Gaudreau, 2014).

Furthermore, by anchoring the data collection in a situation actually lived by all participants, rather than in a stress scenario, the ecological validity of this study is strengthened. As emphasized by Parkinson and Manstead (1993), real-life experiences immerse individuals in a flow of ongoing, emotionally laden events that cannot be paused, shaped, or selectively engaged with in the way stress scenarios allow. By capturing communal coping as it unfolds in real life, this study thus provides a richer, more embodied understanding of how teams negotiate, in a communal way, the stressors they face collectively.

Limitations and Future Perspectives

Despite the valuable contributions of this study, several limitations must be acknowledged. First, the selection of stressful situations by coaches presents a significant limitation. In choosing these situations, coaches were primarily influenced by practical considerations, such as the limited time for post-match debriefing sessions with researchers. While we initially assumed that coaches intimately understood the team's stressors, the findings, particularly those related to the women's basketball team, demonstrated that situations perceived as stressful by coaches were not necessarily similarly experienced by team members. This discrepancy indicates that coach-selected stressors may not fully reflect athlete experiences and perspectives during matches. Thus, future studies should consider employing focus groups or athlete-led discussions to select significant and relevant stressful situations for teams, ensuring a more accurate representation of athlete perceptions.

Second, the limited sample size constrained the statistical possibilities of the current study, thus restricting the analyses to descriptive statistics. This constraint limits the generalizability and robustness of the findings. Future research should aim for a larger sample size, enabling more sophisticated statistical analyses to further explore the degree of the sharedness of communal coping processes within sports teams.

Finally, the appraisal dimension assessed in this study focused exclusively on perceived stress intensity, thereby addressing only one aspect of the broader appraisal process. Although this study provided valuable insights into participants' perceptions of the severity of stressors (primary appraisal: evaluation of stressor significance), it overlooked their evaluations of their coping resources (secondary appraisal: assessment of available resources to manage the stressor). Therefore, future studies should adopt a more comprehensive approach by separately evaluating both the perceived threat or challenge posed by the situation and the perceived coping capacities available within the group. Additionally, it would be beneficial to explicitly assess ownership of stressors, by including questions such as, "Do you perceive this situation as 'my problem' or 'our problem'?" Such an approach would yield a more nuanced understanding of the distinction between shared and individual appraisals in communal coping contexts.

Conclusion

This study contributes to the sports psychology literature on communal coping by highlighting the complex nature of the appraisal process within teams, identifying factors that promote or hinder communal coping, and proposing original methodological advancements for future research. These findings emphasize that communal coping is fundamentally a social process in which communication plays a pivotal role. Additionally, this study illustrates how social (e.g., leadership, sense of belonging, and emotional expression) and environmental (e.g., timing, space, or competitive stakes of the match) factors influence both the evaluation and action phases of communal coping. The results also show that communal coping strategies can be implemented even in the absence of full appraisal congruence, highlighting the flexible and complex nature of communal coping in sports settings. Finally, the study underscores the necessity of adopting diverse methodological approaches to capture the complexity and evolving nature of communal coping while also offering future research avenues.

References

Pour faciliter la lecture de ce travail de thèse, les références bibliographiques des articles non publiés à ce jour sont intégrées dans la bibliographie générale.

Synthèse des résultats et de la discussion de l'étude 3

Cette troisième étude a permis d'approfondir la compréhension du coping collectif à partir de sources de stress réelles vécues en match (e.g., manquer un pénalty, se faire remonter au score dans une série éliminatoire), en combinant données quantitatives (au travers de questionnaires) et qualitatives (au travers de focus-groupes). Les résultats quantitatifs ont permis de montrer une variabilité importante dans le niveau de partage des évaluations du stress (intensité perçue) entre les membres d'une même équipe. Suivant les situations, certaines équipes présentaient un haut niveau de congruence, tandis que d'autres affichaient des hétérogénéités marquées ou des patterns de congruence par sous-groupes (e.g., titulaires vs remplaçants). De la même manière, le niveau de partage perçu concernant le recours aux différentes stratégies de coping collectif variait selon les équipes et les situations. Les résultats suggèrent une association possible entre l'intensité perçue du stress et la mise en œuvre des stratégies de coping collectif. Plus précisément, les équipes ayant évalué une intensité de stress plus faible avaient tendance à déclarer un recours moins fréquent aux stratégies de coping collectif, comparativement à celles ayant perçu une intensité de stress plus élevée.

Les résultats qualitatifs ont permis d'identifier des facteurs psychosociaux favorables à l'émergence du coping collectif. Ils montrent que le coping collectif constitue fondamentalement un processus social, dans lequel la communication verbale et non verbale joue un rôle central. Parmi les autres facteurs d'influence identifiés figurent l'expression et la compréhension des émotions entre coéquipiers, ainsi que le sentiment d'appartenance au groupe. Confirmant et approfondissant les enseignements des études 1 et 2, les résultats soulignent également que les leaders influencent l'interprétation des situations et la mise en œuvre des stratégies de coping collectif.

Enfin, cette étude a mis en évidence la nécessité de prendre en compte certains facteurs environnementaux pour comprendre l'émergence du coping collectif en situation de match, tels que l'importance de l'adversaire, l'enjeu de la rencontre, le moment auquel survient l'événement stressant, ou encore sa localisation sur le terrain.

L'étude a également mis en évidence que le coping collectif peut être mis en œuvre même en l'absence d'une évaluation totalement partagée par l'ensemble des membres de l'équipe.

Messages clés de l'étude 3

Apports théoriques :

- Cette étude montre que le coping collectif est un processus contextuel et co-construit, qui ne repose pas uniquement sur une homogénéité des perceptions, mais sur des conditions psychosociales et contextuelles.
- Elle met en évidence que la congruence des évaluations de l'intensité du stress peut émerger à travers des indices subtils (e.g., expressions et compréhension des émotions, gestes, attitudes) et non seulement via des échanges verbaux explicites.
- Elle souligne que le coping collectif peut être initié en l'absence d'un consensus complet sur l'intensité du stress, dès lors qu'à minima un sentiment d'appropriation collective du problème (« notre problème ») est présent.
- Elle met en avant l'implication des leaders, non seulement dans l'action (initiation de stratégies collectives), mais aussi dans l'interprétation des situations.
- Enfin, elle propose un modèle élargi du coping collectif, intégrant des facteurs souvent négligés : proximité spatiale, statut (titulaire/remplaçant), mémoire collective de l'équipe (expérience), et disponibilité des "espaces transactionnels" pour communiquer et s'ajuster en temps réel.

Recommandations pour le terrain :

- Encourager la communication et l'expression des émotions entre coéquipiers, y compris via des gestes ou rituels partagés, pour favoriser la co-construction de significations partagées autour des sources de stress.
- Valoriser le rôle des leaders dans l'interprétation et la gestion des sources de stress. Ces derniers doivent être accompagnés dans leur double fonction : régulateurs émotionnels et initiateurs de stratégies de coping collectif.
- Prévoir des temps et des espaces de débriefing collectif (formels ou informels, sur ou en dehors du terrain) afin de permettre aux athlètes de mettre en œuvre le processus de coping collectif.
- Travailler sur les identités sociales des équipes et le sentiment d'appartenance pour renforcer la motivation à "faire face ensemble" à des sources de stress qui pourront être considérées comme étant « notre problème ».

Chapitre 4. Discussion

« Ce qui distingue les équipes championnes, c'est leur résilience. Peu importe ce qu'on leur oppose, aussi profond que soit le gouffre, elles trouvent toujours un moyen de rebondir et de surmonter l'adversité. »
Nick Saban

Au cours de leur carrière, que ce soit dans leur quotidien, en compétition ou à l'entraînement, les athlètes et leurs équipes sont confrontés à des sources de stress et des crises de différentes magnitudes (Arnold & Fletcher, 2021 ; Tamminen & Cai, 2024). La capacité à s'adapter, à faire face à ces sources de stress est une condition nécessaire à l'excellence sportive (Arnold & Fletcher, 2021). Jusqu'à récemment, l'essentiel des recherches sur le coping en psychologie du sport s'est concentré uniquement sur l'athlète en tant qu'individu, omettant qu'en réalité, les athlètes ne vivent pas dans un *vacuum social*, et que par conséquent nombre de sources de stress se vivent en groupe et affectent simultanément plusieurs personnes (Folkman, 2009 ; Lyons et al., 1998 ; Staff et al., 2017 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). C'est au regard de ce contexte que Lyons et ses collaborateurs (1998) ont introduit le concept de coping collectif. Ce travail doctoral s'est inscrit dans cette ligne de recherche émergente en psychologie du sport qui s'intéresse de plus en plus au stress et au coping à travers une approche interpersonnelle (Crocker et al., 2015 ; Eckardt & Tamminen, 2023 ; Tamminen & Neely, 2021 ; Woodhead et al., 2024). Dans ce travail de thèse, nous nous sommes plus particulièrement concentrés sur le « coping de l'équipe » (Tamminen & Gaudreau, 2014), en mobilisant les cadres théoriques du coping collectif tel que proposé par Lyons et al. (1998) et enrichi par Afifi et al. (2020). Malgré un intérêt croissant pour l'étude du coping collectif en psychologie du sport, plusieurs zones d'ombre persistaient notamment quant aux conditions de son émergence tant en situation de crise qu'en situation de match, au rôle joué par les leaders dans ce processus, aux facteurs qui peuvent favoriser ou limiter sa mise en œuvre ainsi que les conséquences potentielles du coping collectif sur la performance des équipes sportives.

Cette thèse visait à répondre à la question centrale suivante : comment les membres d'une équipe sportive se coordonnent-ils pour faire face collectivement aux sources de stress ? Pour répondre à cette question, plusieurs objectifs ont guidé ce travail : (1) décrire les facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux susceptibles de favoriser ou d'entraver l'adoption de stratégies de coping collectif ; (2) analyser le rôle et l'implication des leaders dans le processus de coping collectif ; et (3) investiguer les conséquences du coping collectif et plus particulièrement sur la performance subjective des équipes. Pour mener à bien ce travail, trois

études ont été mises en œuvre. La diversité des questions abordées a nécessité de mobiliser une pluralité de méthodes : étude de cas qualitative, analyse de réseaux sociaux, et approche mixte. Les travaux ont été menés auprès de 466 athlètes issus de 20 équipes sportives (hockey sur glace, basketball féminin et masculin, football féminin) engagées dans des compétitions nationales ou internationales et évoluant au tiers 3 et 4 selon la classification proposée par McKay et al., 2022. Cette population, rarement accessible (Bernier et al., 2025 ; McKay et al., 2022), a été étudiée dans une variété de contextes : crise systémique (pandémie de COVID-19) (Étude 1), saison régulière de haut niveau (Étude 2), et matchs à fort enjeu (Étude 3), ancrant l'analyse dans des expériences concrètes. Cette articulation permet d'aborder le coping collectif dans sa complexité. Les apports de ce travail doctoral contribuent à enrichir le modèle théorique du coping collectif en sport (voir Figure 8).

La présente discussion vise à mettre en lumière les apports théoriques et pratiques de ce travail doctoral. En répondant à la question de recherche principale ainsi qu'aux objectifs sous-jacents, cette thèse a permis de mieux caractériser la nature fondamentalement sociale et collective du coping. Cette avancée tient à un choix méthodologique et conceptuel assumé : considérer l'équipe comme unité d'analyse tout au long des études. En effet, parmi les limites mises en lumière lors de la revue de littérature, il ressortait que les études menées jusqu'à présent ne permettaient pas de s'assurer de la nature véritablement collective du processus étudié. En adoptant un positionnement systématique au niveau de l'équipe comme unité d'analyse, les études menées dans le cadre de cette thèse ont été conçues précisément pour répondre à cette limite et ainsi passer de l'étude du coping "dans" l'équipe au coping "de" l'équipe (Tamminen & Gaudreau, 2014).

Au cours de cette discussion, nous présenterons d'abord les contributions théoriques en identifiant les facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux favorables à l'émergence du coping collectif (e.g., rôle des émotions, espaces transactionnels, moment du match, enjeu, type d'adversaire). Nous poursuivrons avec le rôle des leaders identitaires, puis les conséquences du coping collectif, avant de souligner un apport transversal : l'ancrage de cette thèse dans une pluralité de contextes sociaux et de stress. Ce dernier point est important car, le coping collectif, tel qu'il a été étudié dans ce travail de thèse, s'inscrit dans un processus social : il émerge des interactions entre les membres d'un groupe. Il est également situé, c'est-à-dire qu'il dépend étroitement du contexte dans lequel il se déploie, qu'il s'agisse des caractéristiques de l'environnement, des normes culturelles en vigueur dans l'équipe, ou encore de l'histoire collective du groupe. Cette inscription dans un contexte spécifique implique que

le coping collectif ne peut être compris indépendamment des conditions sociales, culturelles et temporelles dans lesquelles il émerge.

Dans un second temps, et notamment parce que ce travail doctoral a été mené dans le cadre d'une Convention Industrielle de Formation par la Recherche (CIFRE), cette discussion s'attachera à formuler des propositions pratiques visant à améliorer la capacité des équipes à faire face collectivement à des situations de stress. Les résultats obtenus invitent en effet à développer des pratiques en psychologie du sport qui intègrent plus systématiquement la dimension collective dans les interventions relatives à la gestion du stress. Ces propositions prennent la forme de modules d'intervention, élaborés à partir de la littérature scientifique actuelle et des résultats issus des trois études de cette thèse. Le premier vise à sensibiliser athlètes et staffs aux fondements du coping collectif (*éducation*). Le deuxième consiste à identifier et entraîner des stratégies de coping collectif, tout en favorisant les conditions de leur mise en œuvre (*apprentissage*). Enfin, le troisième porte sur le développement du leadership identitaire afin de renforcer le sens du « nous » et de favoriser le coping collectif face aux sources de stress (*leadership*).

Contributions théoriques. La nature sociale et collective du coping : vers un modèle enrichi du coping collectif en sport

1. Evaluation partagée des sources de stress et de la mise en œuvre des stratégies : deux éléments au cœur du processus de coping collectif

Les études menées dans le cadre de ce travail doctoral ont permis d'examiner deux éléments fondamentaux définissant la nature même du coping collectif : la perception de l'évaluation partagée et de la mise en œuvre d'actions collectives (Afifi et al., 2020 ; Lyons et al., 1998), contribuant ainsi à enrichir les connaissances empiriques sur le sujet.

Dans un premier temps, le caractère exploratoire de la première étude de cas a permis de montrer que, dans un contexte de crise systémique telle que la pandémie de COVID-19 (Tamminen & Cai, 2024), les athlètes perçoivent certaines sources de stress comme étant partagées au sein de leur équipe. Cette étude a mis en évidence que les athlètes identifient les sources de stress de stress suivantes comme étant partagées : (1) la suspension des compétitions, (2) l'incertitude logistique et professionnelle, et (3) la perte d'opportunités de socialisation. Ces résultats complètent les travaux de Leprince et al. (2018), en montrant que cette crise a engendré de nouvelles sources de stress qui ont été collectivement perçues comme telles. Dans ce contexte, l'équipe a su faire face collectivement en mobilisant un panel de stratégies de coping collectif relevant de trois dimensions : (1) la résolution collective du problème (e.g., planification des entraînements, compétitions internes), (2) les stratégies de maintien des relations (e.g., réappropriation des espaces communs, moments conviviaux) et (3) les stratégies de régulation collective des émotions (e.g., soutien émotionnel entre pairs, espaces d'échange informels ou virtuels). Jusqu'à présent, les travaux sur le coping collectif dans le sport avaient surtout mis en lumière l'usage de ces stratégies dans des situations de stress liées à la compétition, telles que des conflits entre coéquipiers, des erreurs d'arbitrage ou des désaccords liés au score (Leprince et al., 2018). Cette étude montre que ces stratégies de coping collectif sont également mobilisées en dehors de la compétition et dans des contextes de crise systémique (Tamminen & Cai, 2024). Cette contribution est importante, car elle suggère que le coping collectif peut constituer un répertoire adaptatif, mobilisable au-delà des situations de performance immédiate. Ces résultats convergent aussi avec les travaux menés en dehors du contexte sportif (e.g., Wlodarczyk et al., 2016 ; Lyons et al., 1998), qui soulignent l'importance du coping collectif dans les situations de stress sévère, non seulement pour faire face à la source

de stress en elle-même, mais aussi pour préserver l'intégration sociale au sein du groupe et le fonctionnement social de celui-ci.

Les résultats de cette première étude ont également mis en lumière la nature dynamique du coping collectif. Plus précisément, l'équipe observée a déployé un ensemble de stratégies de coping collectif qui ont évolué au fil des phases de crise : d'abord compensation de l'absence de compétition et maintien d'une normalité, puis préparation collective et remobilisation avant la reprise. En soulignant la diversité et la flexibilité du répertoire de coping des équipes, cette étude confirme que le coping collectif est un processus dynamique comme le suggèrent également des travaux antérieurs en psychologie du sport (Milne & Neely, 2022; Neely et al., 2017).

Par ailleurs, la démarche conceptuelle et méthodologique de cette première étude visait à dépasser l'analyse du coping *dans* l'équipe pour appréhender le coping *de* l'équipe (Tamminen & Gaudreau, 2014). Ainsi au cours de cette étude nous avons cherché à interroger l'ensemble des membres d'une même équipe, plutôt que de se limiter à un seul membre du groupe. L'échantillon a donc été constitué de l'ensemble des membres d'une même équipe professionnelle, permettant ainsi une reconstruction du vécu collectif face à la pandémie de COVID-19. En croisant les récits, cette approche a permis de dégager des régularités qui caractérisent le coping collectif, au-delà de la somme des vécus individuels. Il est toutefois important de souligner que ces résultats reposent sur des récits individuels : ils révèlent la perception individuelle du caractère partagé des sources de stress, sans pour autant constituer une mesure objective ou intersubjective de leur partage effectif au sein du groupe. En effet, comme le soulignent Tamminen et Gaudreau (2014), bien que les entretiens individuels fournissent des informations précieuses sur les pensées, les perspectives et les expériences des participants, ils restent limités dans leur capacité à saisir les dynamiques collectives, car ils reflètent principalement des points de vue individuels, plutôt que des processus de groupe plus larges. Dans la même perspective, Wolf (2015) propose que, pour s'assurer que le phénomène étudié relève effectivement du coping collectif, il est nécessaire d'interroger l'ensemble des membres du groupe. Elle suggère notamment que lorsqu'un seul membre est interrogé au sujet du coping collectif, celui-ci risque de reconstruire le discours de manière inexacte. En effet, dans son étude menée sur le coping face au cancer, l'auteur a observé que certains participants parlaient de coping collectif alors qu'en croisant les entretiens l'auteur a pu montrer qu'ils décrivaient en réalité une forme de soutien social. Pour remédier à cette limite, les auteurs suggèrent de réaliser des focus groupes incluant l'ensemble des membres d'une équipe

(Tamminen & Gaudreau, 2014 ; Wolf, 2015). C'est dans cette perspective, et dans la continuité de l'étude 1, que des focus groupes ont été mis en place dans l'étude 3

Ainsi, et toujours dans cette optique d'investiguer le coping de l'équipe et non dans l'équipe (Tamminen & Gaudreau, 2014), l'approche mixte mobilisée dans l'étude 3 visait notamment à mesurer la nature partagée des phases d'évaluation et d'action du processus de coping collectif. Le recueil des données quantitatives et leur traitement statistique visaient à évaluer dans quelle mesure les membres d'une même équipe convergent (ou divergent) dans leur évaluation d'une situation stressante vécue en match, ainsi que dans la manière dont ils y répondent collectivement. Cette méthode cherchait donc à estimer le degré de congruence dans les évaluations (Badr, 2004), permettant de vérifier si la situation stressante était perçue comme un problème partagé. Combinée aux focus groupes, cette approche offrait un double apport : d'une part, une mesure quantitative du degré de congruence des évaluations entre les membres ; d'autre part, une compréhension approfondie et contextualisée du processus de coping collectif via les données qualitatives.

Les résultats récoltés au plus près des sources de stress rencontrées en compétition, suggèrent que la congruence dans l'évaluation de l'intensité du stress n'est pas homogène au sein des équipes : elle tend à se constituer à l'intérieur de sous-groupes, en fonction de la proximité fonctionnelle (rôles similaires) ou spatiale (distance physique à la source de stress). Au-delà de ces apports sur la phase d'évaluation, l'étude 3 a également permis de mieux comprendre comment cette phase conditionne la mise en action, c'est-à-dire le déploiement de stratégies de coping collectif. Les résultats montrent que, même en l'absence d'une perception homogène de l'intensité du stress, les membres d'une équipe peuvent tout de même s'engager dans des stratégies collectives. Il apparaît, par exemple, que certains individus perçoivent une situation comme peu stressante, mais la considèrent néanmoins comme un problème partagé (« notre problème - notre responsabilité ») et vont s'engager dans des stratégies de coping collectif pour y faire face. Un parallèle peut être établi avec les recherches menées auprès de familles confrontées à des maladies chroniques : tous les membres ne sont pas directement malades, mais la maladie est tout de même appréhendée comme un problème partagé (Basinger, 2018). Les résultats de cette troisième étude peuvent ainsi être discutés à la lumière des travaux pionniers de Lyons et al. (1998), lesquels suggèrent que des membres de l'équipe peuvent s'engager dans le processus de coping collectif bien qu'ils n'évaluent pas la situation comme particulièrement stressante. En effet, ces auteurs affirment que le coping collectif ne vise pas uniquement à faire face à une source de stress, mais qu'il remplit également des fonctions

sociales bénéfiques tant pour le groupe que pour l'individu. Au-delà du partage de ressources pour faire face aux sources de stress, l'engagement dans le coping collectif peut renforcer la cohésion du groupe, servir à tester et maintenir la qualité des relations interpersonnelles en situation de stress, et répondre à des attentes relationnelles à long terme éléments « parfois essentiels à la pérennité même du groupe » (p. 589). Par ailleurs, s'engager dans le coping collectif peut également être motivé par des bénéfices individuels. Cela permettrait de faciliter l'intégration sociale dans le groupe, de manifester son attachement et sa volonté de contribution au service de celui-ci. En retour cela permettrait d'obtenir reconnaissance et légitimité en tant que membre compétent et important pour le groupe. Le coping collectif jouerait ainsi un rôle de « validation sociale » (Lyons et al., 1998, p. 592). Enfin, ces mêmes auteurs soulignent que s'engager dans le coping collectif permet de réussir à faire face ensemble, une motivation qui permettrait ainsi de créer des expériences positives au sein du groupe. Bien que nos résultats ne permettent pas d'établir empiriquement ce lien, il demeure pertinent de les interpréter à la lumière de ces propositions théoriques.

De plus, les résultats de cette troisième étude se situent dans la continuité des propos de Lyons et al. (1998), qui affirment qu'il n'est pas nécessaire que tous les membres d'un groupe s'engagent dans des stratégies collectives pour que l'on puisse parler de coping collectif. La participation d'une partie du groupe suffit à condition que ces membres perçoivent la démarche comme bénéfique (Afifi et al., 2020 ; Lyons et al., 1998). Toutefois, des auteurs soulignent la complexité du processus de coping collectif, en insistant notamment sur les relations de pouvoir asymétriques qui peuvent exister au sein d'un groupe (par exemple, entre un adulte et un enfant dans une famille, ou entre un vétéran et un junior dans une équipe) (Wolf, 2015). Dans ce contexte, il se peut qu'une personne en position de pouvoir initie un processus de coping collectif, et que des individus en position subordonnée y participent, non pas par choix, mais par contrainte ou conformité, et ce bien qu'ils ne souhaitent pas nécessairement s'y engager. Bien que ce point n'ait pas été exploré empiriquement dans notre étude, il constitue une piste importante à investiguer pour comprendre les conditions d'engagement dans le coping collectif.

Nos résultats révèlent que la mise en œuvre des stratégies de coping collectif reste un processus complexe. Elle dépend non seulement du degré (relatif) de congruence entre les membres, mais également de l'intensité perçue du stress. En cohérence avec des travaux menés hors du champ sportif (Afifi et al., 2020), il semble que la source de stress doive être perçue comme suffisamment stressante pour justifier une mobilisation collective, sans toutefois devenir trop écrasante, au risque d'engendrer une contagion émotionnelle négative. Cette

observation fait écho au modèle en U inversé (voir Figure 3), qui propose l'existence d'une relation curvilinéaire entre l'intensité du stress perçu et l'orientation intra-versus interpersonnelle du coping. Pour un stress perçu comme faible ou très intense, les réponses tendent à être individuelles ; lorsque le stress est perçu comme plus modéré, les membres du groupe sont plus enclins à s'engager dans un coping collectif. Ici encore nos résultats combinés à ceux de l'étude 1 soutiennent l'hypothèse formulée par Tamminen et Cai (2024), selon laquelle les stratégies de coping collectif prennent une importance particulière dans les contextes de crise, lorsqu'un événement touche l'intégralité de la structure d'une équipe Cela ne remet pas en cause la proposition d'une relation curvilinéaire entre intensité du stress et orientation du coping, mais invite plutôt à considérer que, sous certaines conditions le coping collectif peut également être activé dans des situations de stress intense. En ce sens, nos résultats permettent de suggérer à l'instar du modèle de Afifi et al. (2020), que l'orientation collective du coping n'est pas uniquement liée à l'intensité du stress perçu, mais aussi probablement à des facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux que nous décrirons dans la prochaine partie.

La section suivante vise à discuter des apports de ce travail de thèse en lien avec l'un des objectifs sous-jacents, à savoir : identifier les facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux susceptibles de favoriser ou de freiner la mise en œuvre du coping collectif au sein des équipes sportives.

2. Des facteurs psychosociaux, contextuels et environnementaux à l'œuvre dans le processus de coping collectif

2.1. Des facteurs psychosociaux comme antécédents du coping collectif

Les différentes études menées dans le cadre de ce travail doctoral ont permis de mettre en évidence l'importance de facteurs psychosociaux dans l'émergence du coping collectif, confirmant que la gestion du stress constitue bien un « processus social » (Lyons et al., 1998, p. 582). Parmi ces facteurs, la première étude a permis de mettre en lumière le rôle des leaders dans l'émergence du coping collectif. Les deux études suivantes ont continué dans ce sens en approfondissant ces premiers résultats, ce qui a permis de préciser le rôle spécifique et l'implication des leaders identitaires dans ce processus. Cet aspect central, qui constitue un apport majeur de ce travail de thèse, fera l'objet d'un développement détaillé dans une section ultérieure. La présente section présentera les facteurs psychosociaux et environnementaux identifiés dans au cours de cette thèse. Ils seront discutés à la lumière de la littérature existante et de leurs apports à notre compréhension du coping collectif.

La troisième étude, au-delà de l'objectif d'évaluer la congruence des évaluations et des actions, a également cherché, par le biais de focus groupes, à comprendre le "pourquoi" et le "comment" du déploiement du processus de coping collectif (Levitt et al., 2017). De manière novatrice, cette troisième étude suggère qu'au sein des groupes, les émotions perçues (chez autrui) et exprimées (par soi-même ou par les autres) jouent un rôle clé dans le partage des évaluations de la source de stress, en facilitant la co-construction d'une perception commune de la situation partagée. L'expression et la compréhension des émotions semblent agir comme des déclencheurs du processus de coping collectif, en signalant implicitement qu'une source de stress est partagée et qu'une réponse collective est attendue. Autrement dit, l'expression et la compréhension des émotions collectives semblent agir comme un signal social permettant aux coéquipiers d'inférer l'intensité du stress perçu, même sans verbalisation explicite. Ce résultat apporte un éclairage nouveau par rapport aux modèles existants (e.g., Afifi et al., 2020), il permet de mieux situer le rôle social des émotions dans l'émergence du coping collectif, en les positionnant en amont de la phase d'évaluation partagée dans notre modèle théorique (voir Figure 8). Elles peuvent ainsi être considérées comme un antécédent psychosocial qui facilite la congruence des évaluations au sein de l'équipe. Cette interprétation complète le modèle classique d'évaluation cognitive (Lazarus, 1999): ici, les émotions ne sont pas seulement des conséquences de l'évaluation de la situation de stress, mais aussi de potentiels antécédents de l'évaluation collective.

Ces résultats s'inscrivent dans la continuité de travaux ayant souligné la nature sociale des émotions en contexte sportif (Tamminen et al., 2016). Ils font également écho aux travaux récents sur les émotions collectives et d'équipe (Campo et al., 2019), notamment ceux portant sur la manière dont les émotions peuvent émerger, se propager et être régulées à partir du processus identitaire du groupe (*identity-based emotions*). Celles-ci sont définies comme « des émotions qui apparaissent lorsque les individus s'identifient à un groupe social et réagissent émotionnellement à des événements ou objets ayant un impact sur ce groupe » (Smith & Mackie, 2008, p. 428). Les émotions sont donc ancrées dans l'identité sociale du sujet et ne peuvent être pleinement comprises sans considérer son appartenance au collectif. Au regard de ces travaux, nos données suggèrent que, face à une source de stress partagée, les émotions exprimées ou perçues ne sont pas simplement des signaux d'un état interne, mais bien des antécédents d'un processus d'évaluation socialement situé.

Cela nous conduit à proposer, en prolongement de la théorie des émotions basées sur l'identité sociale (Smith & Mackie, 2008), l'idée d'une évaluation de la source de stress fondée

sur l'identité sociale (*identity-based appraisal*). Dans cette perspective, l'évaluation de la source de stress ne s'effectue pas uniquement au niveau individuel, mais aussi en tant que membre d'un groupe, en fonction des normes, des buts, des valeurs et des vulnérabilités perçues de ce groupe. Ce résultat met en évidence le rôle social et relationnel des émotions dans l'émergence du coping collectif, en les situant, dans notre modèle théorique (voir Figure 8), en amont de la phase d'évaluation partagée comme antécédents du passage vers une réponse collective au stress.

2.2. Des facteurs contextuels et environnementaux comme antécédents du coping collectif

Les résultats de nos travaux ont permis de souligner l'importance de facteurs contextuels et environnementaux (e.g., pandémie, timing, qualité de l'adversaire) dans l'émergence du coping collectif. Les résultats de la première étude ont souligné que des stratégies collectives spécifiques ont pu être déployées pour faire face au contexte inédit de la pandémie de Covid-19. Dans l'étude 3, les résultats montrent que des matchs à fort enjeu ou des adversaires perçus comme plus compétitifs semblaient accroître l'intensité du stress perçu, déclenchant des réponses collectives plus marquées. Ceci confirme à la fois l'importance du contexte compétitif dans le processus de coping (Fewell et al., 2012) et la probable relation en U inversé entre l'intensité du stress perçu et le coping collectif (Afifi et al., 2020). La temporalité de la rencontre (moment du match ou de la saison) influençait également le coping collectif soulignant sa nature dynamique et sa dépendance au contexte. Ce résultat est en cohérence avec les résultats de l'étude 1 et avec des travaux antérieurs menés en contexte sportif (Milne & Neely, 2022 ; Neely et al., 2017).

Parmi les autres facteurs favorisant le coping collectif, les résultats de l'étude 3 montrent également que les expériences passées contribuaient au coping collectif à travers des évaluations partagées du stress. Les expositions antérieures à des sources de stress similaires favoriseraient à la fois la confiance dans la capacité du groupe à faire face et l'automaticité des réponses collectives. La dimension spatiale a également été soulignée comme ayant de l'influence sur l'évaluation et la mise en œuvre du coping collectif. Les données qualitatives de l'étude 3 révèlent que la proximité géographique avec la source de stress facilitait une évaluation congruente de la situation. Les joueurs physiquement proches du stresseur rapportaient une intensité de stress plus élevée, tandis que les joueurs éloignés la percevaient comme moins intense. Une trop grande distance physique semblait également limiter l'efficacité de la communication, entravant les actions de coping collectif. Ce résultat vient

compléter la littérature existante, qui avait jusqu'ici essentiellement souligné l'importance de la proximité affective (Staff et al., 2017). Autrement dit, alors que les travaux antérieurs insistaient surtout sur une proximité d'ordre social ou symbolique, nos données montrent que des dimensions plus matérielles, telles que la localisation physique par rapport à la source de stress, influencent également le processus de coping collectif.

Grace aux focus groupes, cette compréhension des facteurs favorables ou non au coping collectif a été investiguée de manière à analyser le coping collectif au travers une perspective construite collectivement et non comme une simple agrégation de points de vue individuels (Tamminen & Gaudreau, 2014). Ces focus groupes ont permis de recueillir un point de vue réellement collectif sur les processus à l'œuvre dans le coping collectif. Toutefois, il convient de souligner que cette méthode n'est pas sans limites. Elle ne permet pas d'éliminer totalement le risque des biais liés à la désirabilité sociale, aux normes de groupe et de conformité. En effet, les participants peuvent ressentir une pression à présenter leurs expériences ou leurs attitudes d'une manière jugée socialement acceptable ou valorisante (Bergen & Labonté, 2020). Dans notre cas, il est donc possible que certains participants aient déclaré avoir agi de manière collective pour répondre aux attentes implicites des chercheurs, ou pour se conformer aux normes sociales du groupe. Il se peut également que leur participation au coping collectif ait été contrainte par des rapports de subordination (Wolf, 2015), et que cette contrainte ait été omise dans leurs discours.

En mettant en évidence différents éléments favorables au coping collectif, dont le rôle de la proximité spatiale, les résultats de cette troisième étude entrent en résonance avec la notion d'espaces transactionnels proposée dans l'étude 1. Ces derniers définis comme des espaces de temps et des lieux partagés favorisant l'émergence d'évaluations partagées et de réponses collectives aux sources de stress. Ces espaces apportent une contribution empirique nouvelle à la compréhension du coping collectif et seront présentés plus en détail dans la section suivante.

2.3 Espaces transactionnels : infrastructures favorisant l'évaluation et la mise en œuvre du coping collectif

La notion d'espaces transactionnels constitue l'un des apports originaux de ce travail de thèse. Introduit dans l'étude 1, puis approfondi dans l'étude 3, ce concept désigne des lieux physiques (e.g., vestiaires, cuisines, espaces informels) ou virtuels (e.g., groupes de messagerie) où s'articulent la communication interpersonnelle, la co-construction du sens, ainsi que la mise en œuvre de stratégies de coping collectif.

Ce concept d'espace transactionnel enrichit la compréhension du coping collectif (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998) en soulignant que le partage d'évaluations et l'activation de réponses collectives nécessitent des espaces concrets d'échange et de coordination. Ces résultats prolongent les travaux de Lyons et al. (1998) et Tamminen et al. (2016), en soutenant que la communication est effectivement essentielle, mais qu'elle ne peut pas être pensée indépendamment des conditions de son déploiement. En particulier, ces espaces transactionnels, nous les avons décrits comme des espaces adaptatifs, permettant d'avoir des espaces au service du maintien des liens sociaux dans des contextes de distanciation (étude 1, pendant la pandémie), de la verbalisation des émotions (études 1 et 3) ou d'ajustement des stratégies de coping collectif (études 1 et 3). De plus, la nature flexible de ces espaces avec leur transformation ou réorganisation en fonction des besoins (e.g., un vestiaire qui devient une alternative au restaurant durant la pandémie, l'utilisation des temps lors d'un match pour se réajuster ou pour exprimer et réguler les émotions, un groupe WhatsApp qui change de fonction passant d'un outil au service des échanges pratiques ou techniques à un espace d'expression des émotions) montre que les équipes sportives peuvent activement moduler leur environnement pour favoriser le coping collectif.

Pourtant, les contextes compétitifs de haut niveau limitent voire empêchent parfois l'existence de tels espaces transactionnels. Dans certains sports, les contraintes structurelles inhérentes à la compétition en limite les possibilités d'existence. Par exemple, comme souligné dans l'étude 3, dans le football, la grandeur du terrain crée une distance physique importante entre les lignes (e.g., attaquants, milieux, défenseurs, gardien), réduisant ainsi la possibilité de partager et co-construire une évaluation de la situation en temps réel et la possibilité de mettre en œuvre des stratégies de coping collectif avec les joueurs éloignés. Dans le hockey sur glace, la configuration du banc, qui sépare spatialement les attaquants des défenseurs, la vitesse du jeu, le bruit ambiant et la rotation rapide des joueurs par blocs limitent fortement les échanges verbaux et non verbaux au cours du match. Autant d'éléments qui entravent la création d'espaces de transactionnels nécessaires à la mise en œuvre du coping collectif in situ. Ce constat invite à anticiper la création ou la préservation de ces espaces transactionnels, en amont ou dans les interstices de la compétition. Des espaces « anticipables » pourraient ainsi être mobilisés de manière formalisée, comme les temps-morts, les mi-temps ou les pauses rafraîchissement, pour offrir aux athlètes des moments structurés de régulation, d'échange et d'ajustement collectif au sein de ces espaces transactionnels. Mettre à disposition ces temps et espaces dès que possible, et de manière planifiée, permettrait d'optimiser l'efficacité de ces

moments, souvent trop brefs ou sous-exploités. Dans cette perspective, le moment des rituels collectifs (Bonk et al., 2019) peuvent représenter une modalité particulièrement intéressante. Il pourrait être envisagé de profiter de ces rituels (e.g., rassemblement au moment du « cri de ralliement ») pour le considérer comme un espace transactionnel à part entière. Il est important de préciser que les rituels collectifs ne constituent pas en eux-mêmes des stratégies de coping collectif. Toutefois, ils peuvent jouer un rôle facilitateur dans la mise en œuvre de ce processus. Dans cette perspective, ces moments de rituels peuvent être envisagés comme de véritables espaces transactionnels. Ils offriraient un cadre temporel, spatial et symbolique dans lequel les membres d'un collectif peuvent partager leurs émotions ou s'ajuster collectivement en réponse à des sources de stress. Ils peuvent aussi servir de lieux de transactions, facilitant l'émergence d'une compréhension partagée de la situation et, in fine, la mise en œuvre de stratégies de coping collectif. Ainsi, ces rituels, pourraient être un moyen pour faciliter la mise en œuvre du coping collectif.

Après avoir mis en évidence la manière dont ce travail contribue à approfondir la compréhension des conditions psychosociales, contextuelles et environnementales favorables à l'émergence du coping collectif dans les environnements sportifs de haut niveau, la section suivante se concentrera sur un autre levier central de ce processus : le rôle et l'implication des leaders identitaires. Elle visera à analyser plus spécifiquement les apports de ce travail doctoral en ce qui concerne leur contribution au coping collectif, tant dans la phase d'évaluation que dans la mise en œuvre des stratégies de coping collectif.

3. Le leadership identitaire au cœur du coping collectif

3.1 Le rôle et l'implication des leaders identitaires

Une des contributions de ce travail doctoral est d'avoir mis en évidence le rôle et l'implication des leaders identitaires dans le processus de coping collectif. Ces résultats confirment les hypothèses formulées par Lyons et al. (1998) puis Tamminen et Gaudreau (2014) qui suggéraient que les leaders pouvaient, au regard de leur statut et de leurs fonctions dans l'équipe, être des figures centrales du coping collectif, sans que cela n'ait été jusqu'alors montré empiriquement en contexte sportif.

Dans l'étude 1, les leaders ont été décrits comme des facilitateurs du processus de coping collectif, notamment à travers des comportements en phase avec les quatre dimensions du leadership identitaire (Haslam et al., 2020 ; Steffens et al., 2014) : représentation, promotion, développement et mobilisation de l'identité sociale. En cultivant et activant le sentiment d'un

« nous » et en mettant en cohérence les valeurs partagées de l'équipe avec les actions collectives, ces leaders ont permis aux membres de l'équipe de faire de la source de stress un problème partagé, appelant une réponse collective. Ainsi, malgré la crise et l'arrêt des compétitions, les leaders ont continué à œuvrer pour développer un sens du « nous », une forme de "we-ness" (Fransen, Haslam, Steffens, Peters et al., 2020). Cette identité partagée a constitué un réservoir de ressources cognitives et comportementales dans lequel les athlètes ont puisé ; elle les a conduits à considérer la source de stress comme « notre problème » et, ainsi à mobiliser des stratégies collectives pour y faire face.

L'étude 2 a montré, grâce à l'analyse des réseaux sociaux, que les leaders identitaires occupaient une position centrale dans la mise en œuvre du coping collectif, notamment dans les dimensions centrées sur la tâche et sur la gestion collective des émotions. Ils ne sont donc pas uniquement des figures d'influence positives sur la santé mentale (Fransen et al., 2023 ; Fransen, McEwan et al., 2020), la satisfaction au regard de la performance (Butalia et al., 2025 ; Miller et al., 2020), ou l'engagement (Cotterill & Fransen, 2016 ; Evans et al., 2021), mais aussi des acteurs du coping collectif.

L'étude 3 suggère au travers de ses résultats qualitatifs, que les leaders influencent la phase d'évaluation de la situation. Dans cette étude, la régulation émotionnelle intentionnelle des leaders apparaît comme un mécanisme clé dans le processus d'évaluation par l'équipe. Il semble que l'expression émotionnelle du leader sert de « signal » interprétatif pour les membres du groupe. En affichant (ou au contraire en réprimant) certaines émotions, le leader oriente l'évaluation que les coéquipiers font de la situation, façonnant ainsi, de manière indirecte, l'évaluation collective. Conscients de cette influence, les leaders modulent délibérément leurs propres manifestations émotionnelles afin de maintenir un climat affectif stable au sein de l'équipe et de prévenir la contagion du stress. Cette capacité à maîtriser leur propre répertoire émotionnel place les leaders au cœur du processus de coping collectif. Leurs réactions servent de référence tacite, légitimant ou disqualifiant l'idée même d'un « problème partagé » condition nécessaire pour qu'un sous-groupe, voire l'ensemble de l'équipe, s'engage dans un coping collectif.

Bien que nos études aient mise en lumière le rôle des leaders identitaires dans l'initiation ou le maintien de certaines stratégies de coping collectif, il convient néanmoins de nuancer notre propos. L'implication leaders identitaires ne se révèle pas systématiquement homogène et positive, et peut même, dans certaines conditions, s'avérer contre-productive. Les données recueillies ont mis en évidence une hétérogénéité dans les rôles joués par ces leaders

identitaires. Alors que le désengagement collectif vis-à-vis des objectifs est associé négativement à la performance collective perçue, dans certaines équipes, les leaders identitaires ne semblaient pas impliqués dans l'initiation de cette stratégie de coping collectif, tandis que dans d'autres, ils y jouaient un rôle actif.

Il semblerait que l'activation ou non du désengagement collectif ne puisse être comprise indépendamment de l'identité du groupe, des valeurs dominantes du milieu sportif, ou encore de l'histoire et de la trajectoire du collectif. Ainsi dans des milieux sportifs comme le hockey sur glace, où la persévérance, la ténacité et l'engagement inconditionnel constituent des valeurs centrales (Robidoux, 2001), des leaders identitaires incarnant fortement ces normes peuvent considérer tout désengagement collectif vis-à-vis des objectifs comme incompatible avec l'identité même du groupe. Influencer la mise en œuvre d'un désengagement collectif pourrait alors être perçu comme dissonant avec les valeurs établies collectivement. À l'inverse, dans certaines configurations, le désengagement pouvait être mobilisé par les leaders comme une stratégie de préservation des ressources collectives. Dans le contexte de saisons longues et exigeantes en élite, tant physiquement que mentalement, ce désengagement temporaire pouvait être envisagé comme une forme d'économie des ressources (Kim & Duda, 2003). Néanmoins, cette stratégie présente également des risques. Les résultats de l'étude 2 soulignent que ces stratégies peuvent nuire à la performance collective perçue.

Enfin, ces résultats inviteraient à dépasser une vision du leadership identitaire comme invariablement positif ou fonctionnel. Les leaders restent, comme tout un chacun, faillibles. Ils peuvent exercer une influence négative ou tout du moins non alignée avec la performance. En effet, le leadership peut nuire à l'efficacité collective, notamment lorsqu'il conduit les membres du groupe à se désengager (Haslam et al., 2024). Face à des sources de stress, les leaders peuvent prendre des décisions sous-optimales (Harms et al., 2017), ce qui peut les conduire à initier un désengagement collectif des objectifs non par choix stratégique, mais en raison d'une altération de leur jugement ou par erreur. Ceci pourrait s'expliquer possiblement parce que leurs propres compétences sont limitées sous stress. Les trois études suggèrent que l'influence des leaders peut être tantôt adaptative, tantôt dysfonctionnelle selon les contextes.

Les résultats des deux premières études, complétés par ceux de l'étude 3, mettent en évidence non seulement le rôle des leaders mais aussi l'importance de l'identité sociale. Ils apparaissent ainsi cohérents avec les travaux qui soulignent le rôle central de l'identité sociale dans la gestion du stress (Haslam & Reicher, 2006 ; van Dick et al., 2018). Selon des travaux en psychologie sociale, l'identité sociale façonne l'évaluation primaire (interprétation du

stresseur) comme secondaire (ressources perçues) (Haslam et al., 2005 ; van Zomeren et al., 2008). Ainsi, concernant l'évaluation de la source de stress, l'approche de l'identité sociale postule que percevoir une source de stress comme menaçante dépend en partie de la manière dont le soi est défini (Haslam et al., 2005; Rees et al., 2015). Par exemple, Rees et al. (2015) rappellent que percevoir ou non la mauvaise performance d'une équipe de football comme une source de stress dépend du degré d'identification à cette équipe. En ce qui concerne les réponses apportées face aux sources de stress, des travaux soulignent que les individus sont davantage susceptibles d'aider et d'être aidés par des personnes qu'ils perçoivent comme appartenant à un groupe social saillant pour eux (Hartley et al., 2020; Haslam et al., 2005; Rees et al., 2015). Tout cela permettant de passer de "Puis-je faire face ?" à "Pouvons-nous faire face ?" (Hartley et al., 2020). Si ces travaux font mention explicite au soutien social (voir Figure 1) ils offrent néanmoins des pistes de réflexion intéressantes pour le coping collectif. En effet, ce principe pourrait être transposé au coping collectif : plus les membres d'une équipe partagent une identité sociale forte, plus ils sont susceptibles de percevoir une source de stress comme étant « notre problèmes-notre responsabilité » facilitant ainsi la mise en œuvre du processus collectif de coping. Les résultats issus de ce travail de thèse permettent ainsi de proposer que les leaders qui cultivent une culture du « nous » plutôt que du « je » jouent un rôle important dans la gestion collective du stress (Woezik et al., 2020).

Toutefois, il convient de souligner de se prémunir de toute conclusion définitive sur le fait que développer un sens du « nous » est forcément bénéfique lorsqu'il s'agit de faire face à des sources de stress partagées. Il est important de souligner que l'identité sociale n'est pas nécessairement bénéfique en toutes circonstances. Certains groupes sont marqués par des normes de groupes contraignantes telles que la valorisation du stoïcisme, du sacrifice, de la violence ou de la virilité dans certains sports tels que le hockey sur glace (Alsarve, 2021). Le sentiment d'appartenance pourrait ainsi devenir un frein à l'adoption de certaines stratégies de coping collectif. En effet, certains travaux ont montré que le fait de s'identifier aux normes du groupe pouvait réduire les intentions de prendre soin de sa santé mentale (Moreland et al., 2018) ou encore limiter les déclarations des commotions chez les joueurs de hockey sur glace (Kroshus et al., 2015). À travers ce type d'exemples, on peut supposer que le développement d'un fort sentiment d'appartenance à un groupe valorisant des normes dénigrant l'expression des émotions (e.g., culture viriliste) pourrait freiner la mise en œuvre de stratégies de coping collectif orientées vers la gestion collective des émotions. Ces effets potentiellement ambivalents méritent d'être explorés plus en profondeur dans de futures recherches.

3.2 Représenter l'invisible : l'utilité de l'analyse de réseaux sociaux

Pour compléter les apports qualitatifs de la première étude qui avait permis de proposer de premiers faisceaux d'indices sur le rôle des leaders dans le processus de coping collectif, il était nécessaire d'intégrer également une approche quantitative, dans une perspective de généralisation des résultats. C'est dans cette optique que l'étude 2 a été conçue. Grâce à l'ARS, menée auprès d'un échantillon plus large (15 équipes), il a été possible d'investiguer l'implication des leaders identitaires dans le processus de coping collectif. Cette méthodologie a permis de confirmer empiriquement des postulats jusque-là théoriques concernant le rôle des leaders (Lyons et al., 1998 ; Tamminen & Gaudreau, 2014). L'ARS a offert une finesse d'analyse importante en rendant possible l'identification des dimensions spécifiques dans lesquelles les leaders étaient impliqués, ainsi que celles qui étaient les plus favorables à la performance perçue.

L'étude 2, à l'instar des études 1 et 3, a été pensée pour saisir le processus de coping collectif en se positionnant, là encore, au niveau de l'équipe. En effet, lors de cette étude fondée sur l'ARS, tous les participants de chaque équipe évaluaient chacun de leurs pairs permettant l'analyse d'un réseau complet. Recommandée pour l'étude du coping collectif (Tamminen & Neely, 2021), cette approche permet d'appréhender les comportements des membres d'un groupe en tenant simultanément compte des caractéristiques des individus et de leur position dans le réseau, des caractéristiques des relations qu'ils entretiennent entre eux, et des propriétés structurelles du groupe dans son ensemble (Borgatti et al., 2009 ; Hambrick, 2019 ; Lazega, 2014). Cette méthodologie présente également l'avantage de permettre des analyses statistiques adaptées à la nature interconnectée des groupes sportifs. En particulier, l'usage de la PAQ a permis d'examiner les liens entre le leadership identitaire et le leadership de coping collectif tout en maintenant l'analyse à un niveau véritablement collectif. Contrairement aux méthodes statistiques traditionnelles, qui reposent sur l'hypothèse d'indépendance des données (une condition qui ne peut être remplie dans les équipes sportives où les membres sont structurellement interdépendants), l'ARS permet d'étudier les structures sociales et les relations au sein des équipes en tenant compte de cette interdépendance (Flemington et al., 2023).

Après avoir présenté l'apport méthodologique de l'ARS pour analyser le rôle des leaders identitaires dans le coping collectif, la section suivante s'attache désormais à examiner les contributions de ce travail doctoral quant aux conséquences du coping collectif en contexte sportif.

4. Les conséquences du coping collectif

Lyons et al. (1998) ont théorisé que le coping collectif pouvait avoir des effets positifs, tant sur les capacités d'adaptation que pour le bien des individus et du collectif, et que ces effets pourraient s'appliquer aux équipes sportives. Cependant, les études empiriques menées dans le champ du sport sur les conséquences du coping collectif demeurent à ce jour inexistantes.

La première étude met en évidence certains effets potentiels associés à sa mise en œuvre. Dans le contexte de la pandémie de COVID-19, marqué par des restrictions des interactions sociales , les résultats de l'étude 1 suggèrent que les stratégies de coping collectif ne se limitaient pas à répondre aux préoccupations immédiates, mais contribuaient également à maintenir un climat social de soutien et de proximité au sein de l'équipe, un facteur crucial pour la cohésion et le bon fonctionnement du collectif (Carron et al., 2002; McEwan & Beauchamp, 2014). Les résultats de cette première étude entrent en résonance avec ceux de Staff et al. (2017), qui ont mis en évidence que le coping dyadique favorisait l'épanouissement de la relation entraîneur-athlète. Les données issues de cette première étude constituent ainsi des premiers faisceaux d'indices pour mieux comprendre les conséquences du coping collectif dans le champ du sport. Elles s'inscrivent dans la lignée des travaux de Lyons et al. (1998), qui postulaient que les individus pouvaient s'engager dans le coping collectif en vue de préserver la pérennité du groupe. Ainsi, les équipes pourraient mobiliser le coping collectif dans une perspective à plus long terme, visant non seulement la gestion de la source de stress, mais aussi le renforcement de la cohésion et des liens interpersonnels. En somme, elles s'engageraient dans le coping collectif pour démontrer leur capacité à "faire face ensemble" malgré l'adversité.

La seconde étude a visé à poursuivre cet aspect en cherchant à approfondir les connaissances relatives aux conséquences du coping collectif. Et ce, en s'intéressant plus particulièrement à son lien avec la performance sportive. Alors que la performance est au cœur des préoccupations des staffs sportifs de haut niveau (Weinberg & Gould, 2024), la question des conséquences du coping collectif sur la performance demeure encore inexplorée en psychologie du sport. Si plusieurs travaux ont souligné l'impact positif du coping collectif sur la confiance entre les membres de l'équipe (Tamminen et al., 2016), ses retombées spécifiques sur la performance collective sont restées jusqu'à maintenant théoriques (Lyons et al., 1998) et non étayées empiriquement en contexte sportif. À ce jour, les travaux sur le coping collectif n'avaient pas examiné de manière spécifique les effets des stratégies de coping collectif en fonction des différentes dimensions. Ce travail de thèse apporte ainsi une contribution novatrice en mettant en lumière cet aspect du processus. L'étude 2 de cette thèse constitue à ce titre une

contribution importante, en apportant de premiers éléments démontrant l'existence de liens entre différentes dimensions du coping collectif et la performance d'équipe perçue sous pression. Plus précisément, deux dimensions du coping collectif : les stratégies de résolution collective du problème et les stratégies de régulation collective des émotions sont positivement associées à la performance subjective, tandis que le désengagement collectif vis-à-vis des objectifs était négativement associé à celle-ci. Ces résultats font écho à ceux des travaux de recherche sur le coping individuel, qui ont montré que les stratégies centrées sur la tâche et la régulation émotionnelle sont généralement liées à une meilleure performance (Christensen & Smith, 2018 ; Crocker et al., 2015 ; Nicholls et al., 2016). Ils s'inscrivent également dans la continuité des travaux de Kent et al. (2024), qui ont démontré l'efficacité de stratégies dyadiques centrées sur l'émotion et la tâche en contexte sportif. L'étude 2 vient prolonger et élargir ces résultats à l'échelle de l'équipe entière et donc du coping collectif, dans un contexte compétitif de haut niveau.

Cependant le coping collectif n'est pas toujours associé positivement à la performance. En effet, l'association négative entre les stratégies de désengagement collectif de l'objectif et la performance subjective mise en avant dans cette étude constitue également un résultat important. Si se désengager temporairement peut permettre de préserver certaines ressources (Kim & Duda, 2003), les résultats de cette étude indiquent que, dans les contextes de performance, le désengagement collectif des objectifs est relié à une perception de performance collective moindre. Cette conclusion est cohérente avec les travaux menés sur le coping individuel qui ont montré qu'à long terme, le désengagement peut affaiblir la motivation, diminuer la confiance collective et, in fine, est associé à des performances objectives et subjectives plus faibles (Crocker et al., 2015 ; Gaudreau et al., 2010 ; Nicholls et al., 2016). Ce constat confirme également une hypothèse formulée dès l'article fondateur de Lyons et al. (1998), selon laquelle le coping collectif n'est pas intrinsèquement bénéfique.

La littérature souligne que le coping collectif peut en effet parfois s'avérer défavorable, tant pour l'individu que pour le groupe. Sur le long terme, il peut conduire à une diminution des capacités individuelles à faire face de manière autonome (Lyons et al., 1998). Par ailleurs, le maintien prolongé dans un processus de coping collectif contraint l'ensemble des membres à affronter durablement la source de stress, ce qui peut entraver les tentatives de distanciation par rapport à cette source de stress et ainsi limiter les possibilités de prise de recul ou de repos. Les ressources de coping, tant individuelles que collectives, peuvent alors s'épuiser (Lyons et al., 1998). De plus, le coping collectif comporte un risque de contagion émotionnelle (Afifi et

al., 2015; 2020; Basinger, 2018; Lyons et al., 1998). Ainsi, dans certaines configurations ou selon les fonctions qu'il endosse, le coping collectif peut s'avérer préjudiciable à la performance, voire au fonctionnement même du groupe.

Ce dernier point souligne la nécessité de distinguer les dimensions fonctionnelles et dysfonctionnelles du coping collectif en fonction du contexte, et d'éviter toute généralisation hâtive quant à ses conséquences ou à son efficacité. Il convient de rappeler que l'évaluation de l'efficacité du coping collectif dépend des critères d'évaluation retenus et du contexte d'analyse. Dans cette recherche, la performance perçue sous pression a été mobilisée comme indicateur, mais ce choix soulève des limites. En effet, la performance subjective, bien que pertinente pour saisir les représentations et ressentis des acteurs, ne saurait se substituer à une évaluation plus objective de la performance (e.g., données statistiques de match, indicateurs physiologiques ou décisionnels). En ce sens, cette thèse contribue à enrichir les connaissances sur les liens entre coping collectif et performance en contexte sportif, en mettant en lumière des associations différenciées entre certaines dimensions du coping collectif et la performance d'équipe perçue. Au-delà de la question de la mesure de la performance, il convient également de souligner une autre limite méthodologique : ces résultats reposent sur des relations corrélationnelles établies dans une étude transversale, ce qui ne permet pas d'inférer une attribution causale. Les hypothèses avancées quant à l'influence du coping collectif sur la performance perçue reposent donc sur une interprétation théorique, qui mériterait d'être testée dans des dispositifs longitudinaux ou expérimentaux.

Cette partie sur les apports théoriques a ainsi présenté les contributions mises en lumière grâce à une approche méthodologique plurielle combinant étude de cas qualitative, analyse de réseaux sociaux et approche mixte, toutes mobilisées dans une perspective centrée sur l'équipe comme unité d'analyse. La section suivante vise à souligner comment cette thèse a cherché à étudier le coping collectif à travers une diversité de contextes de stress (crise sanitaire, saison régulière, matchs à fort enjeu) et de populations sportives (équipes de hockey sur glace, de football, de basketball). Cette pluralité s'inscrit en cohérence avec la posture de réalisme critique adoptée, qui invite à saisir les phénomènes dans la complexité de leurs conditions d'émergence et d'expression.

5. Une approche ancrée dans différents contextes sociaux et de stress

L'un des apports de cette thèse réside dans le choix d'ancrer l'investigation du coping collectif dans une diversité de contextes sociaux et de stress. En tant que processus situé, le

coping collectif nécessite une prise en compte fine des caractéristiques contextuelles et sociales qui conditionnent son émergence et la nature des réponses collectives (Afifi et al., 2020). Les travaux antérieurs, notamment ceux menés dans d'autres champs soulignent que la nature de la source de stress et les caractéristiques du groupe doivent être considérées pour comprendre la mise en œuvre du coping collectif (Afifi et al., 2020; Basinger, 2018; Lyons et al., 1998; Neely et al., 2017). Ce travail de thèse répond à ces recommandations en investiguant ce processus auprès de populations sportives variées et confrontées à une variété de sources de stress.

Cette thèse est le fruit d'une recherche partenariale entre un club professionnel et un laboratoire de recherche. Les questions posées tout au long de ce travail ont été le fruit de recherches en prise avec les exigences et les problèmes rencontrés par les acteurs de terrain (Hellec, 2014). L'un des avantages de ce type de recherche réside dans l'accès à des populations d'élite, ce qui confère une véritable valeur ajoutée à ce travail. Toutes les études de cette thèse ont été conduites auprès d'équipes complètes de sports collectifs évoluant dans les sphères élevées de la performance (tiers 3 et 4 ; McKay et al., 2022). Au total, ce sont 466 athlètes issus de 20 équipes qui ont participé, tous évoluant dans des environnements compétitifs exigeants. Parmi ces équipes, huit étaient professionnelles (une équipe professionnelle dans l'étude 1, sept dans l'étude 3). Ce positionnement méthodologique permet de documenter le coping collectif dans des environnements rarement accessibles à la recherche (Eubank et al., 2014 ; McDougall et al., 2015 ; McKay et al., 2022), et d'assurer une transférabilité des résultats aux milieux d'élite. En effet, les enjeux de performance, la dynamique des relations interpersonnelles (qui évolue d'une saison à l'autre), et les contraintes organisationnelles propres à ces environnements rendent la compréhension du coping collectif dans ces contextes particulièrement précieuse. Ainsi, étudier le coping collectif dans ces équipes, en prenant en compte la culture de la performance propres à ces équipes (Eubank et al., 2014), permet de produire des connaissances susceptibles d'être mobilisées dans la mise en œuvre d'interventions en contexte réel de sport de haut niveau (Bernier et al., 2025).

Au-delà du niveau de pratique, cette thèse a fait le choix méthodologique de diversifier les sports étudiés. Si les deux premières études ont été menées auprès d'équipes de hockey sur glace, l'étude 3 a mobilisé en plus du hockey sur glace, des équipes de football et de basket-ball. Cette diversité des disciplines permet d'examiner les spécificités du coping collectif en fonction des cultures sportives (e.g., valorisation des séries éliminatoires), mais également selon des contraintes spatiales (e.g., taille du terrain, distance entre les joueurs) et temporelles (e.g., fréquence des rotations, vitesse de jeu).

Enfin, la nature dynamique et contextuelle du coping collectif (Afifi et al., 2020 ; Neely et al., 2017) impose de considérer les contextes de stress dans lesquels il se met place. Ce travail de thèse a donc volontairement varié les situations d'exposition au stress. L'étude 1 a été conduite pendant la pandémie de COVID-19, permettant d'observer le coping collectif dans un contexte de crise systémique inédite (Tamminen & Cai, 2024). L'étude 2 a investigué le coping collectif durant une saison régulière de hockey sur glace. L'étude 3 a permis d'étudier le coping collectif dans des situations de stress perçu en match. Notons également que les études 1 et 3 ont été menées au plus près des événements stressants. L'étude 1 a été conduite dans la patinoire pendant la pandémie, tandis que l'étude 3 a été réalisée dans les locaux des équipes, avec rappel vidéo d'événements stressants vécus collectivement, analysés moins de 48 heures après leur survenue. En ancrant ainsi la collecte de données dans des situations réellement vécues, ces études renforcent la validité écologique de ce travail de thèse. Comme le rappellent Parkinson et Manstead (1993), contrairement à l'utilisation de scénarios de stress, les expériences de stress réelles plongent les individus dans un flux d'événements émotionnels continus, que l'on ne peut ni interrompre ni scénariser. En capturant le coping collectif tel qu'il se déploie dans des situations stress réelles, ce travail de thèse apporte une compréhension contextualisée du coping collectif.

Cette immersion dans des environnements de stress variés répond aux appels à dépasser les protocoles expérimentaux ou les échantillons restreints (Poucher et al., 2021), et s'inscrit dans les recommandations récentes en psychologie du sport pour étudier les processus dans leur environnement naturel (Eckardt & Tamminen, 2023 ; Creswell & Plano Clark, 2018 ; Ryba et al., 2020). Elle répond également aux recommandations de Tamminen et Cai (2024), qui insistent sur la nécessité d'identifier et d'analyser les stratégies de coping notamment selon l'ampleur et l'intensité des situations.

En résumé ; cette pluralité de contextes sociaux et de stress, pensée en cohérence avec la posture de réalisme critique et ancrée dans les réalités du terrain, a permis de proposer une compréhension approfondie, contextualisée et nuancée du coping collectif en sport. Au-delà de ses implications théoriques et méthodologiques, ce travail doctoral offre également des perspectives concrètes pour l'intervention en psychologie du sport, en particulier dans une optique de gestion collective du stress. C'est ce que nous développons dans la section suivante sur les contributions pratiques.

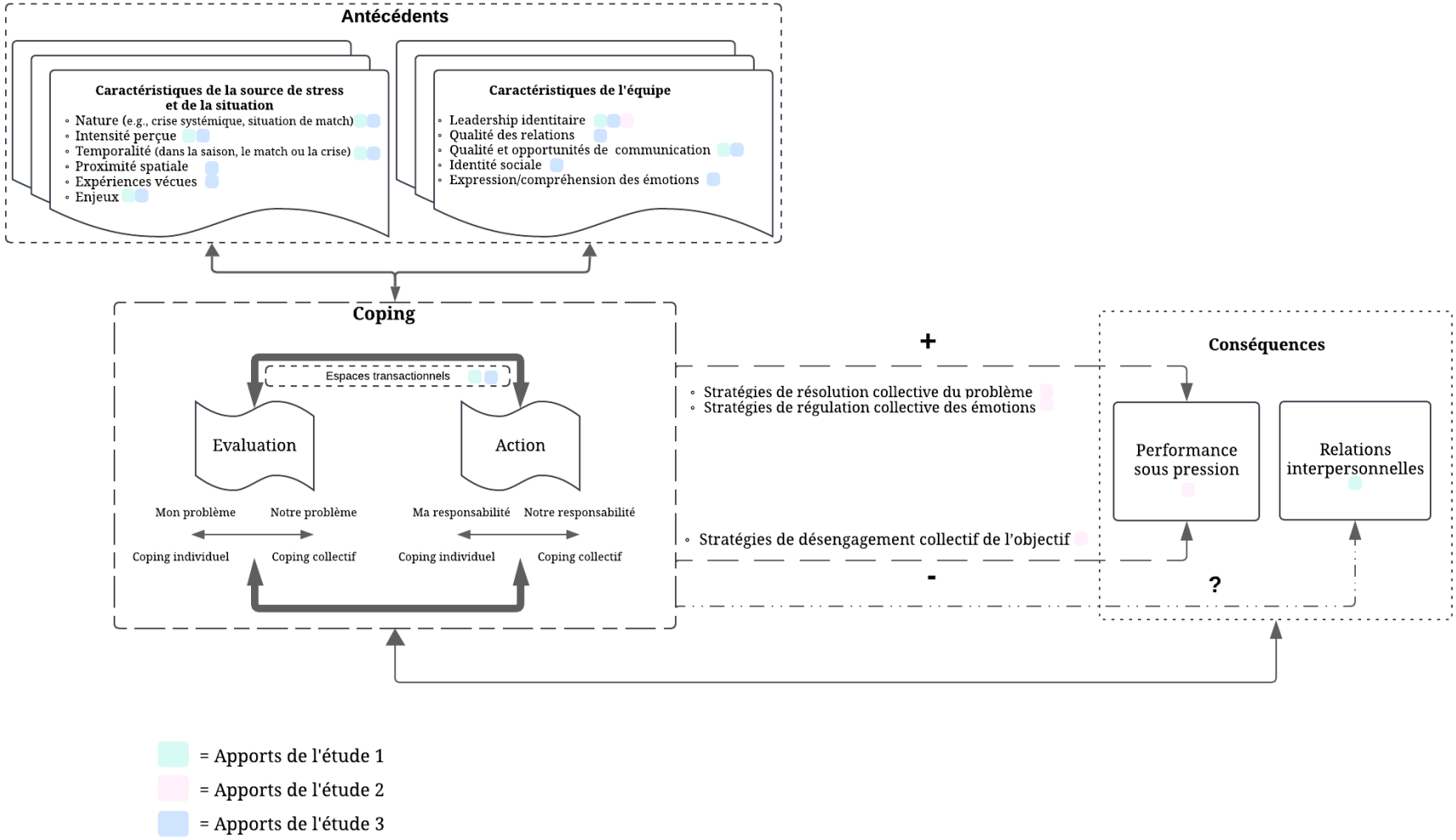


Figure 8. *Vers un modèle enrichi du coping collectif en sport selon le modèle de Afifi et al. (2020)*

Contributions pratiques : vers des interventions collectives de la gestion du stress

Les résultats de ce travail de thèse soulignent la nécessité de penser le coping non seulement comme une compétence individuelle, mais aussi comme un processus socialement construit. En ce sens, cette thèse invite à des pratiques en psychologie du sport intégrant plus systématiquement la dimension collective dans les interventions relatives à la gestion du stress.

Ainsi, au regard des résultats de cette thèse et des travaux existants sur les interventions en matière de coping individuel dans le sport (e.g., Cupples et al., 2021), il serait pertinent de concevoir un programme visant à développer le coping collectif au sein des équipes sportives. Ce programme pourrait être composés de 3 modules dispensés depuis la pré-saison jusque-là fin de la saison.

1. Module 1. Education au coping collectif : comprendre pour agir collectivement

Ce module s'inspire de travaux portant sur le coping individuel (e.g., Cupples et al., 2021). Les résultats des trois études de la thèse permettront d'enrichir le contenu de ce module introductif qui viserait à sensibiliser les athlètes et les staffs aux fondements du coping collectif. Il viserait à la fois à informer sur les conditions d'émergences du coping collectif, mais aussi sur l'identification de sources de stress partagées. Lors de ce module il s'agirait de sensibiliser au concept de coping collectif : qu'est-ce que c'est ? Comment se distingue-t- il des autres formes de coping, quels en sont les mécanismes ? Les résultats des trois études permettraient de former les équipes sur les questions relatives à l'évaluation partagée, à la présentation des stratégies de coping collectif, l'importance du contexte, au rôle du leadership, à la relation en U inversé entre intensité du stress perçu et coping collectif, etc. Ce module permettrait d'introduire le vocabulaire et de favoriser une connaissance partagée du concept.

Lors de ce module éducatif, et en se basant notamment sur l'étude 3, il s'agirait notamment d'identifier collectivement les sources de stress partagées fréquemment rencontrées par l'équipe lors d'une saison (e.g., compétition, blessures, conflits internes, décisions arbitrales, etc.) et d'engager une discussion sur les réponses habituelles de l'équipe face à ces sources de stress.

Pour résumer :

Objectif du module 1 : établir un socle commun de compréhension et cartographier, avec l'équipe, ses stresseurs partagés afin de préparer des réponses collectives.

Lien avec nos résultats : les Études 1 (crise) et 3 (matchs) mettent en évidence l'importance de l'évaluation partagée et des émotions perçues ou exprimées. Ce module traduit ces constats en savoirs et repères communs (catégorisation des stresseurs, langage partagé, critères de « problème partagé »)

2. Module 2. Apprendre à faire face collectivement. Identifier et planifier les stratégies de coping collectif.

Ce second module viserait à identifier, entrainer les stratégies de coping collectif mais aussi apprendre à favoriser les conditions de leur mise en place. Il s'agirait de s'appuyer sur les résultats de l'étude 2 qui suggèrent de développer des stratégies de coping collectives favorables pour la performance subjective. Ces stratégies de coping collectif seraient entrainées lors de ce module avant d'être mises en place tout au long de la saison. Nos résultats permettent de penser qu'il serait intéressant de présenter et former les athlètes aux stratégies de régulation collective des émotions. Cela pourrait prendre la forme de *Personal Disclosure Mutual Sharing* (PDMS ; Warburton et al., 2024), au sein desquelles les joueurs partagent, autour d'un thème choisi, des expériences personnelles liées à des situations stressantes rencontrées. Ces échanges pourraient contribuer à renforcer la capacité à s'exprimer devant ses pairs, faciliter l'identification mutuelle des émotions et ouvrir un espace de régulation émotionnelle collective. Nos résultats permettent aussi de conseiller d'entraîner les équipes à résoudre collectivement des situations de stress anticipées avec de stratégies de résolution collective des problèmes. Cela pourrait prendre la forme de mises en situation ludiques ou tactiques via des *serious games* (Wouters et al., 2013) pour simuler des scénarios à forts enjeux (e.g., arbitrage perçu comme étant injuste, retard au score).

Enfin, comme le souligne les études 1 et 3, il est nécessaire, pour que le coping collectif puisse se déployer, de disposer d'espaces transactionnels au sein desquels les membres de l'équipe peuvent communiquer, partager des émotions, co-construire le sens d'une situation ou encore s'organiser pour déployer des stratégies collectives. Ces espaces transactionnels représentent des conditions structurelles essentielles au coping collectif. Cela pourrait prendre la forme de session visant, en collaboration avec les staffs sportifs, à identifier et préserver des temps et lieux dédiés à la discussion collective (e.g., réunions d'équipe informelles, débriefings tactiques et émotionnels), accompagner les équipes dans la mise en place d'espaces virtuels ou physiques (e.g., groupes de discussion, rituels collectifs, journaux partagés, tableaux de visualisation des valeurs communes). Cette session permettrait de sensibiliser à l'importance

de tenir compte du contexte et des conditions d'émergence du coping collectif. Les résultats de l'étude 3 ont montré que le coping collectif est sensible au contexte. Les enjeux du match, l'intensité du stress perçu, ou encore la configuration spatiale ou temporelle influencent son émergence. En considérant ceci cette session permettrait de proposer un « planning du coping collectif » afin d'anticiper les moments critiques où le coping collectif sera particulièrement mobilisable (e.g., matchs à élimination directe, perte d'un joueur clé sur blessure). Il pourrait aussi être pertinent d'identifier les espaces transactionnels mobilisables en situation de match (e.g., accorder aux athlètes un temps formel de parole pendant les temps morts ou les mi-temps, etc.).

Pour résumer :

Objectif du module 2 **:** outiller l'équipe avec un répertoire de stratégies collectives (centrées sur la tâche et sur les émotions). Préparer un plan de mise en œuvre sur l'ensemble de la saison.

Lien avec nos résultats : l'Étude 2 montre une association positive entre la résolution collective des problèmes et la régulation émotionnelle d'une part, et la performance perçue d'autre part, tandis que les Études 1 et 3 soulignent l'importance des « espaces transactionnels » et du contexte. Ce module traduit ces résultats en entraînements ciblés (PDMS, serious games) et en scénarisation des réponses lors des moments clés.

3. Module 3. Créer et cultiver un sens du « nous » pour faire face ensemble

Compte tenu du rôle central des leaders identitaires dans le processus de coping collectif tel que soulignés dans les trois études de ce travail de thèse, un module spécifique pourrait leur être consacré. Les résultats de l'étude 2 sur l'identification des leaders dans le processus de coping et les travaux sur l'identification des leaders (e.g., Duguay et al., 2019; Fransen et al., 2015, 2020) laissent penser que l'ARS pourrait servir à identifier le groupe de leaders (formels ou informels).

Nos résultats justifieraient de développer le leadership identitaire en s'appuyant par exemple sur le programme 5Rs (Fransen et al., 2022; Fransen, Haslam, Steffens, Peters, et al., 2020; Mertens et al., 2020) structuré autour de cinq phases : (1) *Readying* : sensibilisation à l'importance du "nous" dans la performance collective, (2) *Reflecting* : élaboration d'une identité sociale partagée à partir de valeurs et représentations communes, (3) *Representing* : définition d'objectifs collectifs alignés sur cette identité (sociaux, motivationnels, externes, liés

à la tâche), (4) *Realising* : traduction concrète de cette identité dans les comportements collectifs et les stratégies d'action et (5) *Reporting* : évaluation des progrès réalisés et réajustement des objectifs et stratégies.

Il serait ensuite pertinent d'expliciter auprès des leaders en quoi le sentiment d'appartenance constitue un véritable réservoir de ressources cognitives, sociales et comportementales lorsqu'il s'agit de faire face ensemble à des situations de stress. Il s'agirait de souligner que les membres d'une équipe dotée d'une forte identité partagée ne se demandent plus seulement : « Est-ce *mon* problème ? Puis-*je* y faire face ? », mais bien : « Est-ce *notre* problème ? Pouvons-*nous* faire face ? » (Hartley et al., 2020).

Les résultats de l'étude 2 invitent aussi à former les leaders à repérer les signaux d'une disjonction collective (e.g., perte d'engagement collectif, silences, dissentions), ou au contraire d'une conjonction mais négative (e.g., contagion émotionnelle négative). Enfin, au regard de la discussion autour de la potentielle influence négative de l'identité sociale (études 2 et 3) il serait nécessaire d'intégrer une lecture critique des normes collectives. Dans certains environnements, certaines normes (masculinité, violence, performance à tout prix) (Kerr & Battaglia, 2024; Robidoux, 2001) pourraient entraver le recours à des stratégies collectives (e.g., stratégies de régulation collective des émotions). Afin d'ancrer durablement des pratiques de coping collectif, il serait donc nécessaire d'engager un travail de transformation culturelle. Ce type de session pourrait permettre d'initier les leaders à une transformation culturelle des normes toxiques et à une normalisation de l'expression des émotions dans les groupes. (Hamedani et al., 2024). Concrètement, cela pourrait inclure : des ateliers de diagnostic participatif sur les normes actuelles ("qu'est-ce qui est dicible, faisable, acceptable dans notre groupe ?"), des temps pour discuter de ce qui doit être conservé, transformé, abandonné. Un travail explicite sur la normalisation de l'expression émotionnelle et la déconstruction de certains stéréotypes (e.g., "montrer ses émotions, c'est être faible"), ou encore l'élaboration de chartes de valeurs partagées qui traduisent les engagements collectifs de l'équipe en termes de nouvelles normes.

Pour résumer :

Objectif du module 3 : identifier et outiller un groupe de leaders identitaires capables d'orchestrer l'évaluation partagée, la réponse collective et la mobilisation du « nous » face à une situation de stress.

Lien avec nos résultats : les trois études soulignent l'importance, mais aussi l'ambivalence, du leadership identitaire dans le processus de coping collectif. Ce module opère

le transfert en combinant identification (ARS), formation (programme 5Rs) des leaders et vigilance face aux normes collectives potentiellement contraignantes.

Dans l'ensemble, ces trois modules offrent des pistes concrètes pour traduire les résultats de ce travail doctoral en pratiques d'intervention, en tenant compte à la fois des conditions d'émergence du coping collectif, des stratégies mobilisables et du rôle des leaders identitaires. Ils visent ainsi à renforcer la capacité des équipes sportives à affronter collectivement les situations de stress, en enrichissant les interventions en psychologie du sport d'une dimension encore peu exploitée : la dimension collective du coping. Malgré ces apports théoriques et pratiques, plusieurs limites méritent toutefois d'être soulignées. Elles seront présentées dans la section suivante.

Limites et perspectives

Bien que ce travail présente des contributions théoriques, méthodologiques et pratiques significatives, des limites essentielles doivent être reconnue. Dans un premier temps, nous allons souligner deux limites principales. La première concerne la compréhension encore partielle du rôle joué par les leaders dans le processus de coping collectif. La seconde porte sur l'absence de mesure directe de certains antécédents psychosociaux potentiels du coping collectif, notamment ceux relatifs à l'identité sociale partagée et aux émotions. Pour répondre à ces deux limites, une perspective de recherche privilégiée consisterait à mettre en œuvre et évaluer un programme d'intervention tel que proposé dans les applications pratiques de cette thèse.

Premièrement, si les études 1 et 2 de cette thèse ont permis de mettre en lumière le rôle et l'implication des leaders identitaires dans le processus de coping collectif, elles ne permettent toutefois pas de saisir pleinement les mécanismes psychosociaux sous-jacents à cette implication. Plusieurs questions demeurent ouvertes : pourquoi certains leaders initient-ils des stratégies de coping collectif associées à une amélioration de la performance sous pression, tandis que d'autres mobilisent des stratégies de coping collectif dont les effets perçus sont négativement associés à la performance sous pression ? Comment ces stratégies sont-elles mises en œuvre en situation de match ou au fil d'une saison ? Ces interrogations invitent à nuancer l'idée selon laquelle l'implication des leaders identitaires serait systématiquement bénéfique pour la gestion collective du stress et le fonctionnement de l'équipe face à des sources de stress. Elles soulignent également les limites liées à l'absence de données contextuelles fines dans l'étude 2, qui bien qu'elle confirme l'implication de ces leaders, ne permet pas de

comprendre avec précision quand, comment et dans quelles conditions cette implication influence positivement ou négativement le coping collectif tout au long d'une saison. Si ces résultats poussent à considérer l'importance du leadership en situation de stress, ils soulignent aussi l'importance de l'investiguer plus en profondeur. Il serait possible de s'appuyer sur les travaux menés en psychologie des organisations, précurseurs dans ce domaine. Ces derniers invitent à considérer que les sources de stress et les crises sont inévitables et que dans ces situations les leaders joueront un rôle décisif (Harms et al., 2017). Ces travaux considèrent qu'il est donc nécessaire de penser les sources de stress et de crises en amont de leur survenue (e.g., Nesse et al., 2024; Nesse & Stensaker, 2022). Ces mêmes travaux nous invitent à soutenir l'idée que les leaders identitaires doivent être préparés à réagir en situation de stress et que les organisations sportives devraient anticiper ces situations par des programmes de développement du leadership. Selon Nesse et al. (2024), ces programmes doivent considérer le leadership comme étant à la fois contextuel (e.g., sélectionner et/ou former des leaders capables de détecter les signaux d'apparition de sources de stress ou de crises, agir selon la nature de la situation), collectif (e.g., sélectionner et/ou former des leaders complémentaires aptes à collaborer, coordonner et gérer les sources de stress, tout en étant capables de se retirer afin de laisser d'autres membres assumer le leadership lorsque la situation l'exige) et dynamique (sélectionner et/ou former un groupe de leaders, pouvant varier dans le temps en fonction des besoins et capable d'assumer différents rôles et responsabilités dans les différentes phases d'une situation de stress ou de crise). Ainsi, en complément de nos résultats empiriques, ces travaux ont également mis en lumière la pertinence d'intégrer la formation des leaders dans les perspectives pratiques d'accompagnement des équipes proposées dans cette thèse. Toutefois, ces recommandations, bien que justifiées, méritent désormais d'être testées et validées empiriquement afin d'en évaluer la faisabilité, l'efficacité et les conditions d'implémentation en contexte réel.

Deuxièmement, bien que l'identité sociale ait occupé une place de plus en plus centrale dans notre compréhension du coping collectif, son rôle n'a pas été mesuré de manière directe dans les différentes études de cette thèse. Ainsi, si les résultats convergent pour souligner l'implication du leadership identitaire dans le développement du coping collectif, ils reposent sur le postulat que ce leadership s'appuie sur la construction d'un sentiment partagé de « nous », ou de *we-ness* (Haslam et al., 2020 ; Fransen et al., 2023). Ce sentiment d'appartenance servirait, comme nous l'avons évoqué, de réservoir de ressources cognitives, sociales et comportementales dans lequel les membres de l'équipe puiseraient à la fois pour construire une

évaluation partagée de la situation, et pour élaborer des réponses collectives face à la source de stress. Ces hypothèses sont solidement étayées par la littérature, au regard des effets positifs de l'identité sociale dans les groupes (Cotterill & Fransen, 2016 ; Evans et al., 2021 ; Fransen, Steffens et al., 2016 ; Fransen et al., 2023 ; Fransen, McEwan et al., 2020 ; Slater & Barker, 2019 ; Stevens et al., 2019). Cependant, spécifiquement dans le cadre du processus de coping collectif, il apparaît nécessaire de valider empiriquement le rôle de l'identité sociale comme potentiel antécédent. Il en va de même concernant le rôle des émotions dans le processus de coping collectif. Si des travaux antérieurs ont souligné que, du fait de leur nature sociale, les émotions collectives jouent un rôle central dans ce processus, certains les qualifiant même d' « essentielles » (Tamminen et al., 2016, p. 13), nos résultats vont dans le même sens et invitent à approfondir cette piste. La mise en œuvre du programme d'intervention proposé et son évaluation constitueraient une opportunité pertinente pour intégrer la mesure de ces variables, tant de manière quantitative que qualitative, et ainsi mieux comprendre la place de l'identité sociale et des émotions dans l'émergence du coping collectif.

S'affranchir de ces limites ouvrirait de nouvelles perspectives pour affiner notre compréhension du coping collectif et de ses conditions d'émergence. La mise en œuvre et l'évaluation d'un programme d'intervention offrirait notamment l'opportunité de répondre à des questions de recherche centrales, en particulier celles portant sur une meilleure compréhension des antécédents psychosociaux et contextuels du coping collectif au sein des équipes sportives. En effet bien que plusieurs modules aient été proposés dans la section des contributions pratiques de cette thèse, il reste nécessaire d'en tester la faisabilité, de mesurer différents antécédents potentiels à l'œuvre dans le coping collectif et d'évaluer empiriquement les conséquences du coping collectif sur la performance. Il s'agirait dans ce cas d'avoir une approche holistique de la performance, incluant les dimensions physiques, techniques, tactiques et psychosociales (Sarmento et al., 2022). Une telle démarche permettrait de contribuer à littérature en psychologie du sport, puisque les effets des interventions psychologiques sur la performance sont encore insuffisamment documentés (Brown & Fletcher, 2017).

Pour en mesurer les conséquences, la réalisation d'un essai contrôlé randomisé, bien qu'idéale sur le plan méthodologique, reste difficilement applicable dans le contexte du sport de haut niveau, et est même jugée « inappropriée » pour les équipes élites (Bernier et al., 2025 p.02). En réponse à cette contrainte, nous proposons de suivre les recommandations récentes de Bernier et al. (2025), en adoptant un design de type longitudinal reposant sur une méthode mixte (Voir Figure 9). Cette méthodologie pouvant aider à identifier et à expliquer les effets des

interventions en psychologie du sport sur les populations d'élite. Cette approche articulant rigueur scientifique et pertinence écologique (e.g., item simple) permettrait d'évaluer le programme en contexte réel, au sein d'une ou plusieurs équipes engagées dans des compétitions officielles. Concrètement, différentes variables pourraient être mesurés à plusieurs moments clés (pré-intervention, durant l'intervention, post-intervention), en combinant :

- L'utilisation du Social Identity Questionnaire for Sport (SIQS; Bruner & Benson, 2018) combiné avec l'Inventaire des Stratégies de Communal Coping pour les Sports Collectifs en Compétition-R (ISCCSCC-R; Pété, Chanal, et al., 2023) permettrait de quantifier la force de l'identité sociale partagée au sein d'une équipe, et ainsi d'examiner empiriquement sa relation avec le degré de coping collectif rapporté,
- L'utilisation d'outils comme le *Visual Identity Leadership Scale* (VILS ; Steffens et al., 2024) permettrait de mesurer dans le temps l'évolution des comportements identitaires des leaders, et leur influence sur le développement du coping collectif,
- Des données objectives de performance collective (e.g., résultats, occasions de marquer, efforts fournis), permettaient d'évaluer les liens entre coping collectif et performance effective,
- Des indicateurs issus de GPS, croisés avec des données issues d'analyses de réseaux sociaux, permettrait de visualiser l'évolution de la dynamique collective (e.g., liens entre la fréquence de l'utilisation de certaines stratégies de coping collectif et les configurations spatiales observées sur le terrain).

À l'échelle individuelle, l'étude des conséquences pourrait porter sur :

- Les émotions (via des approches de type journal quotidien centrées sur la régulation émotionnelle interpersonnelle ; Tamminen et al., 2019),
- Le bien-être psychologique (e.g., Fransen, McEwan et al., 2020 ; Khan et al., 2014).

Ces recueils de donnés pourraient être complétés par la réalisation de focus groupes, menés à trois moments-clés de la saison (par exemple : pré-saison, mi-saison, fin de saison). Ces derniers permettraient de mieux comprendre les processus psychosociaux susceptibles d'expliquer les variations observées dans les variables mesurées quantitativement. Ces focus groupes, centrés sur les expériences vécues par les athlètes et les entraîneurs participant à l'intervention, permettraient d'identifier les leviers et freins perçus, ainsi que d'éclairer les antécédents (e.g., identité sociale, émotions) à l'œuvre dans le processus de coping collectif.

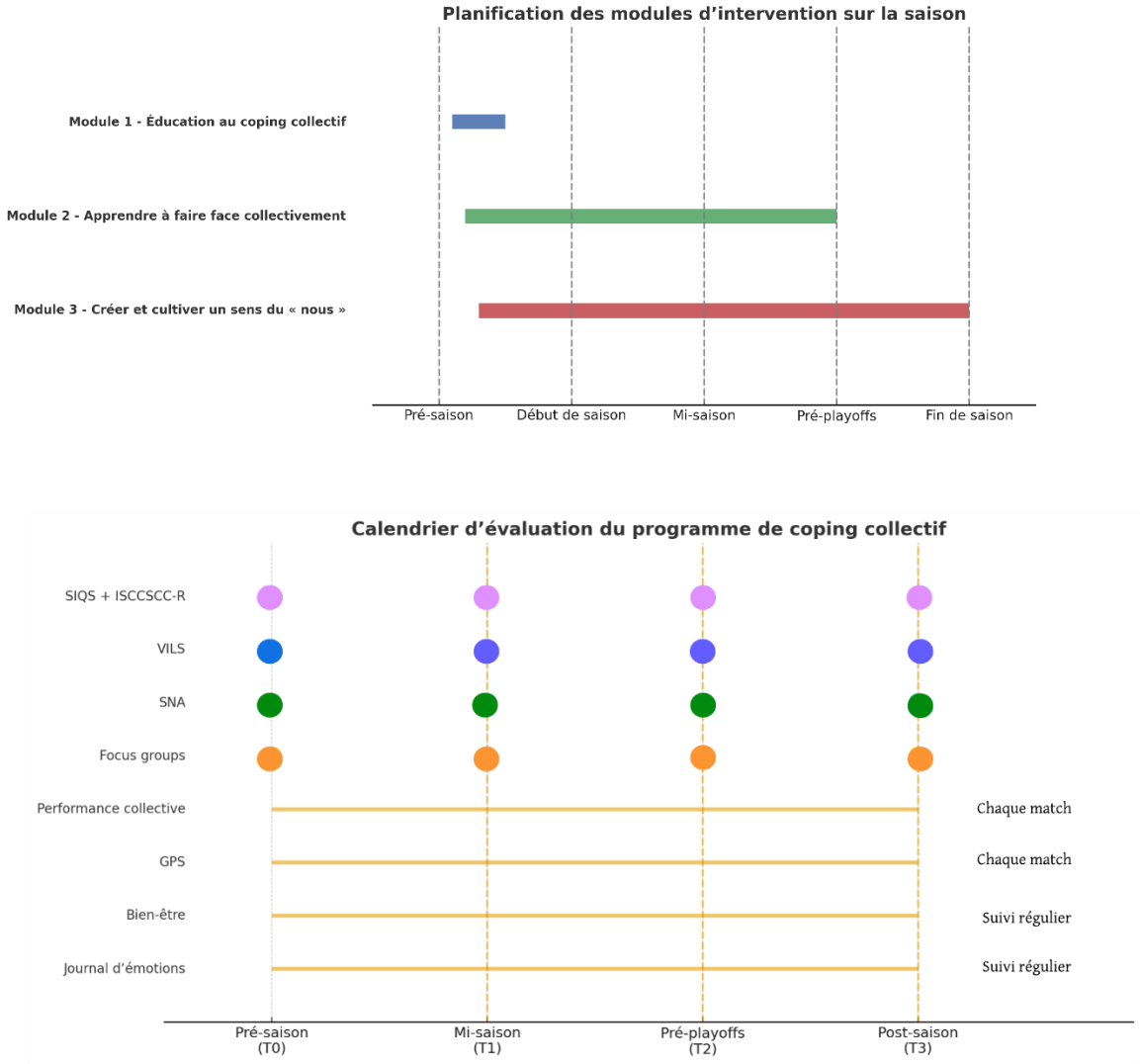


Figure 9. *Mise en place d'une intervention et de son évaluation au cours d'une saison*

Dans un second temps, nous proposons de souligner une troisième limite. Cette limite est relative à la portée contextuelle de ce travail et aux environnements sportifs étudiés. Au cours de cette thèse, les trois études empiriques se sont concentrées sur des sports collectifs d'équipe, dans des contextes compétitifs encadrés alors que d'autres pratiques sportives existent. Pour répondre à cette limite relative à la transférabilité des résultats obtenus à d'autres contexte sportif, une perspective de recherche complémentaire consisterait à élargir l'investigation du coping collectif à des environnements sportifs radicalement différents comme les sports individuels ou les sports d'endurance.

En effet, la portée contextuelle de ce travail demeure circonscrite aux dynamiques et relations internes aux équipes sportives, sans avoir pris en considération d'autres figures clés de l'environnement social des athlètes, telles que les coachs, les membres du staff technique et

médical, ou encore les proches (famille, partenaires, etc.). Pour autant, il serait légitime de penser que ces acteurs jouent un rôle dans le processus de coping collectif au sein des environnements sportifs de haute performance. Les coachs traditionnellement considérés comme « les leaders de leurs équipes respectives » (Loughead, 2017, p. 58) au vue de leur influence sur les processus de coping individuel, sur la régulation des émotions ou des normes d'expressions des émotions (Tamminen et al., 2016) pourraient à l'instar des athlètes leaders jouer un rôle dans le processus de coping collectif. Les membres du staff technique et médical pourraient aussi agir dans le processus de coping collectif, par exemple lors de la prise en charge d'une blessure, ou lors de conflits interpersonnels impliquant le coach par exemple. De plus, à l'instar de la littérature en santé (e.g., Afifi et al., 2006; Basinger, 2018; Basinger et al., 2021) l'environnement familial et social pourrait être pris en compte dans le processus de coping collectif des athlètes tant les sources de stress rencontrées par ces derniers peuvent être partagées avec l'environnement familial et social (e.g., blessure, fin de contrat précipitée, badbuzz médiatique, etc.). Cette perspective s'inscrit dans la continuité des travaux de Neely et al. (2017), qui, en mobilisant le cadre du coping dyadique, ont étudié la manière dont les familles faisaient face à la désélection d'un athlète. En somme, exclure ces acteurs clés limite la compréhension du coping collectif. Prendre en compte ces acteurs permettrait de mieux rendre compte du processus de coping collectif à l'échelle d'un environnement sportif complexe. Il serait par exemple possible pour cela de déployer une analyse de réseaux sociaux élargis, intégrant coachs, staffs et l'environnement familial et social. Dans la continuité de cette limite, notons que les travaux menés au cours de cette thèse ont tous porté sur des équipes de sports collectifs évoluant dans des environnements de haut niveau et institutionnalisés. Si ces milieux sont particulièrement exigeants et rarement accessibles à la recherche, ils ne reflètent qu'une partie de la diversité des contextes sportifs. Or, le coping collectif, en tant que processus social, pourrait se manifester différemment selon les structures organisationnelles, les catégories d'âges ou encore les normes culturelles de la discipline. Par exemple, explorer le coping collectif dans des équipes jeunes ou en formation offrirait une perspective intéressante, en permettant d'observer comment se construit la capacité à faire face collectivement au stress dès les premières phases de socialisation sportive. Ou encore, parmi les perspectives de recherche envisagées, l'une des directions serait d'étendre l'étude du coping collectif à des sports individuels, comme les sports d'ultra-endurance (e.g., ultra-trail). Ces formes de pratiques, bien qu'individuelles sur le plan compétitif, s'inscrivent cependant dans des dynamiques collectives périphériques, impliquant des individus en soutien à l'activité (famille,

staff, partenaires d'entraînement, accompagnants). C'est ce dont témoigne un utra-traileur professionnel :

> L'ultra-trail, un sport individuel ? On pourrait être tenté de le croire. Selon moi, c'est bien plus que ça. L'ultra-trail, c'est une aventure qui se partage en équipe, dont les succès se construisent dans la collaboration et pour laquelle on ne peut espérer performer sans l'appui d'une assistance qui vous connait mieux que personne (Blanchard, 2022-present).

Ce constat est étayé par des travaux qui montrent que les interactions sociales et les relations interpersonnelles sont fréquentes lors des courses d'ultra-trail. Différents groupes de personnes (e.g., autres coureurs, entraineurs, bénévoles, personnel médical, amis, famille) jouent un rôle déterminant dans la motivation des athlètes et dans l'atteinte de leurs objectifs personnels. Durant ces courses, les ultra-traileurs forment ainsi des groupes ad hoc, cherchant à coopérer temporairement pour faciliter la poursuite de leurs buts individuels, tout en bénéficiant de formes variées de soutien social tout au long de l'épreuve (Harman et al., 2019). Cet entourage pourrait jouer un rôle potentiel dans le processus de coping collectif pour faire face aux sources de stress rencontrées par les ultra-traileurs (e.g., gestion de la douleur, préparation de la course, gestion de l'équilibre entre charge d'entrainement et vie personnelle et familiale, etc.). Dans ce cadre, il serait particulièrement pertinent d'explorer les situations de stress vécues par les ultra-traileurs et leur entourage en mobilisant le cadre théorique du coping collectif (Afifi et al., 2020; Lyons et al., 1998). Les objectifs seraient de (1) identifier des sources de stress partagées et (2) de mieux comprendre comment émergent le processus de coping collectif dans un environnement de performance a priori non-défini comme collectif. Cela permettrait d'élargir l'applicabilité du concept à des contextes moins traditionnels et de préciser les conditions dans lesquelles une gestion partagée des sources de stress peut se construire dans ce contexte d'ultra-trail. Ces travaux complémentaires permettraient de tester la transférabilité des processus de coping collectif et pourraient être étendus aussi dans des environnements moins institutionnalisés.

Après avoir présenté les principales limites et perspectives de recherche découlant de ce travail doctoral, il convient désormais de conclure. Cette conclusion visera à synthétiser les apports majeurs de cette thèse, tant sur le plan théorique, méthodologique que pratique, tout en réaffirmant la contribution originale de ce travail à la compréhension du coping collectif en contexte sportif de haut niveau.

Conclusion

« La force d'une équipe dépend de la solidité des liens qui unissent ses membres. Une grande équipe repose sur de grandes relations. »
Urban Meyer, entraineur des Ohio State Buckeye
(Meyer & Coffey, 2015)

Cette thèse avait pour ambition de mieux comprendre comment les membres d'une équipe sportive se coordonnent pour faire face collectivement aux sources de stress. En s'appuyant sur le cadre théorique du coping collectif (Afifi et al., 2020 ; Lyons et al., 1998) et en mobilisant une pluralité de méthodes (étude de cas qualitative, analyse de réseaux sociaux, approche mixte), elle a contribué à faire progresser les connaissances sur un concept encore peu exploré dans le champ de la psychologie du sport.

Sur le plan théorique, cette thèse invite à considérer le coping collectif comme un processus dynamique, social, contextuel et complexe. Les trois études qui composent ce travail ont permis, chacune à leur manière, d'éclairer les conditions d'émergence, le rôle et l'implication des leaders, ainsi que les conséquences du coping collectif. L'étude 1, menée dans un contexte de crise sanitaire, a mis en évidence la nature partagée des sources de stress, les stratégies de coping collectif mobilisées pour y faire face, ainsi que le rôle central des leaders identitaires dans la construction d'un environnement social propice à ce processus. L'étude 2, fondée sur une analyse de réseaux sociaux, a permis de tester empiriquement les liens entre leadership identitaire et stratégies de coping collectif (e.g., implication des leaders dans l'initiation des stratégies de résolution collective du problème ou de régulation collective des émotions). Elle a également permis de mesurer les effets du coping collectif sur la performance perçue, tout en soulignant la complexité de ces effets selon les dimensions du coping impliquées (e.g., relation positive entre les stratégies de résolution collective du problème, les stratégies de régulation collective des émotions et la performance perçue sous pression, relation négative entre le désengagement collectif des objectifs et la performance perçue sous pression). Enfin, l'étude 3, à travers une approche mixte, a approfondi la compréhension des mécanismes psychosociaux (e.g., rôle social des émotions, influence des leaders, impact de l'identité sociale) et des variables environnementales (e.g., temporalité, espaces géographiques, niveau de l'adversaire) à l'œuvre dans la mise en œuvre du coping collectif. Ce travail de thèse se distingue par l'introduction du concept d'espaces transactionnels, envisagés comme des structures essentielles à la co-construction du sens attribué à la situation de stress et à la mise en œuvre du coping collectif.

Sur le plan méthodologique, elle a permis de dépasser plusieurs verrous conceptuels et méthodologiques en adoptant systématiquement une échelle d'analyse collective (e.g., en interrogeant tous les membres d'une équipe, en analysant des réseaux sociaux complets, ou en menant des focus-groupes). Elle contribue ainsi à l'étude du *coping de l'équipe* plutôt que du *coping dans l'équipe* (Tamminen & Gaudreau, 2014). Ce travail se distingue également par la diversité des contextes étudiés, en portant son attention sur des équipes de haut niveau (tiers 3 et 4 ; McKay et al., 2022) issues de plusieurs disciplines collectives (hockey sur glace, basketball, football), ainsi que sur une variété de sources de stress, allant de la pandémie de Covid-19 à des situations rencontrées en match, investiguées au plus près de l'environnement dans lequel elles se sont effectivement déployées. Sur le plan pratique, ce travail de thèse ouvre des perspectives d'intervention visant à renforcer les ressources collectives face au stress, en s'appuyant sur le développement du leadership identitaire, la création d'espaces transactionnels et la formation aux stratégies de coping collectif.

Certaines limites doivent néanmoins être reconnues. Tout d'abord, si ce travail a permis de montrer l'implication des leaders dans le processus de coping collectif, les mécanismes psychosociaux sous-jacents à cette implication n'ont pas été directement investigués. Leur exploration constituerait une piste prometteuse pour mieux comprendre comment et pourquoi certains leaders influencent la réponse collective au stress. Ensuite, l'absence de prise en compte des individus périphériques à l'équipe (entraîneurs, staff, entourage) ou l'absence de mesure directe de l'identité sociale comme médiateur potentiel du coping collectif constituent également des limites de ce travail. Ces limites sont autant d'ouvertures pour de futures recherches, notamment en vue d'évaluer de manière longitudinale les effets des interventions proposées, à partir d'indicateurs liés à la performance ou au bien-être. Par ailleurs, il serait pertinent d'élargir l'étude du coping collectif à d'autres contextes, tels que les sports dits individuels (e.g., ultra-trail), ou à d'autres populations, comme les équipes en formation.

En définitive, cette thèse défend l'idée que le coping collectif peut difficilement être étudié, si l'on place l'analyse au niveau d'individus isolés. Il convient de se placer résolument à l'échelle du groupe afin de capter la nature collective du processus car les individus s'adaptent dans et à travers leurs interactions sociales. Enfin, ce travail doctoral soutient l'idée que mieux comprendre et développer le coping collectif, c'est offrir aux psychologues du sport et aux intervenants de terrain des leviers d'action pour renforcer la coordination collective. Menée en contexte de haute performance, cette thèse invite à considérer le coping collectif comme l'un de ces gains marginaux nécessaires à la réussite collective.

Bibliographie

Afifi, T. D., Afifi, W. A., Acevedo Callejas, M., Shahnazi, A., White, A., & Nimah, N. (2019). The Functionality of Communal Coping in Chronic Uncertainty Environments : The Context of Palestinian Refugees in Lebanon. *Health Communication*, *34*(13), 1585-1596. https://doi.org/10.1080/10410236.2018.1514682

Afifi, T. D., Basinger, E. D., & Kam, J. A. (2020). The Extended Theoretical Model of Communal Coping : Understanding the Properties and Functionality of Communal Coping. *Journal of Communication*, *70*(3), 424-446. https://doi.org/10.1093/joc/jqaa006

Afifi, T. D., Hutchinson, S., & Krouse, S. (2006). Toward a Theoretical Model of Communal Coping in Postdivorce Families and Other Naturally Occurring Groups. *Communication Theory*, *16*(3), 378-409. https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2006.00275.x

Afifi, T., Davis, S., Merrill, A. F., Coveleski, S., Denes, A., & Afifi, W. (2015). In the Wake of the Great Recession : Economic Uncertainty, Communication, and Biological Stress Responses in Families: In the Wake of the Great Recession. *Human Communication Research*, *41*(2), 268-302. https://doi.org/10.1111/hcre.12048

Afifi, W. A., Afifi, T. D., & Merrill, A. (2014). Uncertainty and Control in the Context of a Category-Five Tornado. *Research in Nursing & Health*, *37*(5), 358-366. https://doi.org/10.1002/nur.21613

Alarcon, G. M., Lyons, J. B., Schlessman, B. R., & Barelka, A. J. (2012). Leadership and coping among Air Force officers. *Military Psychology*, *24*(1), Article 1. https://doi-org.sid2nomade-1.grenet.fr/10.1080/08995605.2012.639674

Alsarve, D. (2021). The need for a violence prevention programme in ice hockey : A case study on how hegemonic masculinity supports and challenges violent behaviour in

Swedish ice hockey. *European Sport Management Quarterly*, *21*(2), 218-236. https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1737956

Arnold, R., & Fletcher, D. (2021). Stressors, Hassles, and Adversity. In *Stress, Well-Being, and Performance in Sport* (Rachel Arnold and David Fletcher, p. 30-61). Routledge.

Arnold, R., Fletcher, D., & Hobson, J. A. (2018). Performance Leadership and Management in Elite Sport : A Black and White Issue or Different Shades of Grey? *Journal of Sport Management*, *32*(5), 452-463. https://doi.org/10.1123/jsm.2017-0296

Badr, H. (2004). Coping in marital dyads : A contextual perspective on the role of gender and health. *Personal Relationships*, *11*(2), 197-211. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00078.x

Balk, Y. A., Adriaanse, M. A., De Ridder, D. T. D., & Evers, C. (2013). Coping Under Pressure : Employing Emotion Regulation Strategies to Enhance Performance Under Pressure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *35*(4), 408-418. https://doi.org/10.1123/jsep.35.4.408

Bandura, C. T., Kavussanu, M., & Ong, C. W. (2019). Authentic leadership and task cohesion : The mediating role of trust and team sacrifice. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, *23*(3-4), 185-194. https://doi.org/10.1037/gdn0000105

Basinger, E. D. (2018). Explicating the Appraisal Dimension of the Communal Coping Model. *Health Communication*, *33*(6), 690-699. https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1300208

Basinger, E. D., Wehrman, E. C., Delaney, A. L., & McAninch, K. G. (2021). Couples managing chronic illness : A test of the extended theoretical model of communal coping: *Journal of Social and Personal Relationships*. https://doi.org/10.1177/0265407521999461

Bass, B. M., & Avolio, B. J. (1993). Transformational leadership and organizational culture. *Public Administration Quarterly*, *17*(1), 112–121. http://www.jstor.org/stable/40862298

Battochio, R. C., Schinke, R. J., Eys, M. A., Battochio, D. L., Halliwell, W., & Tenenbaum, G. (2009). An examination of the challenges experienced by Canadian ice-hockey players in the National Hockey League. *Journal of Clinical Sport Psychology*, *3*(3), Article 3. doi: 10.1123/jcsp.3.3.267

Battochio, R. C., & Stambulova, N. (2019). Coping resources and strategies of Canadian ice-hockey players : An empirical National Hockey League career model. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *14*(6), Article 6. https://doi.org/10.1177/174795411987885

Beauguitte, L. L'analyse de réseaux en sciences sociales et en histoire. Le réseau. Usages d'une notion polysémique en sciences humaines et sociales, Presses Universitaires de Louvain, pp.9-24, 2016,978-2-87558-500-4. halshs-01476090v2

Bergen, N., & Labonté, R. (2020). "Everything Is Perfect, and We Have No Problems" : Detecting and Limiting Social Desirability Bias in Qualitative Research. *Qualitative Health Research*, *30*(5), 783-792. https://doi.org/10.1177/1049732319889354

Bergin, M., Wells, J. S. G., & Owen, S. (2008). Critical realism : A philosophical framework for the study of gender and mental health. *Nursing Philosophy*, *9*(3), 169-179. https://doi.org/10.1111/j.1466-769X.2008.00358.x

Bernier, M., Bagot, P., Sondt, N., Levillain, G., Vacher, P., Doron, J., Martinent, G., Fournier, J. F., & Kermarrec, G. (2025). The effectiveness of psychological interventions in elite sport : Methodological issues and opportunities to gather evidence. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1516760. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1516760

Bhaskar, R. (1989). *Reclaiming Reality : A Critical Introduction to Contemporary Philosophy*. Verso.

Blanchard, M. (s. d.). *Episode 15 : Esprit d'équipe, assistance et collaboration.* [Émission]. https://podcasts.apple.com/fr/podcast/episode-15-esprit-d%C3%A9quipe-assistance-et-collaboration/id1605452921?i=1000570264576

Bonk, D., Leprince, C., Tamminen, K. A., & Doron, J. (2019). Collective rituals in team sports : Implications for team resilience and communal coping. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité*, *105*, 27-36. https://doi.org/10.1051/sm/2019007.

Borgatti, S., Mehra, A., Brass, D. J., & Labianca, G. (2009). Network Analysis in the Social Sciences. *Science*, *323*, 892-895. https://doi.org/10.1126/science.1165821

Brannick, T., & Coghlan, D. (2007). In Defense of Being « Native » : The Case for Insider Academic Research. *Organizational Research Methods - ORGAN RES METHODS*, *10*, 59-74. https://doi.org/10.1177/1094428106289253

Braun, V., & Clarke, V. (2012). *Thematic analysis.* American Psychological Association.

Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis : A practical guide*. SAGE.

Brooks, J., McCluskey, S., Turley, E., & King, N. (2015). The Utility of Template Analysis in Qualitative Psychology Research. *Qualitative Research in Psychology*, *12*(2), 202. https://doi.org/10.1080/14780887.2014.955224

Bruner, M. W., & Benson, A. J. (2018). Evaluating the psychometric properties of the Social Identity Questionnaire for Sport (SIQS). *Psychology of Sport and Exercise*, *35*, 181-188. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.12.006

Bruner, M. W., McLaren, C. D., Mertens, N., Steffens, N. K., Boen, F., Haslam, S. A., & Fransen, K. (2022, juillet). *Surrendering the 'Me' for the 'We' : Longitudinal Evidence on the Benefits of Coaches' and Athlete Leaders' Identity Leadership*. FEPSAC

Conference (European Federation of Sport Psychology), Date: 2022/07/11 - 2022/07/15, Location: Padova, Italy. https://lirias.kuleuven.be/3791400

Bryman, A. (2006). Integrating quantitative and qualitative research : How is it done? *Qualitative Research*, *6*(1), 97-113. https://doi.org/10.1177/1468794106058877

Bucci, J., Bloom, G. A., Loughead, T. M., & Caron, J. G. (2012). Ice hockey coaches' perceptions of athlete leadership. *Journal of Applied Sport Psychology*, *24*(3), Article 3. DOI: 10.1080/10413200.2011.636416

Burke, W., Hovick, S. R., Jordan, E., Ni, H., Kinnamon, D. D., & Hershberger, R. E. (2022). Communal Coping as a Strategy to Enhance Family Engagement in Dilated Cardiomyopathy. *Circulation. Genomic and Precision Medicine*, *15*(3), e003541. https://doi.org/10.1161/CIRCGEN.121.003541

Butalia, R., Boen, F., Haslam, S. A., Van Puyenbroeck, S., Meeussen, L., Coffee, P., Biglari, N., Bruner, M. W., Chaudhary, A., Chmura, P., Crozier, A. J., George, E. S., Gurjar, S., Hartley, C., Huzarski, M., Leo, F. M., López-Gajardo, M. A., Loughead, T. M., Machida-Kosuga, M., Fransen, K. (2025). The role of identity leadership in promoting athletes' mental health : A cross-cultural study. *Applied Psychology*, *74*(2), e70008. https://doi.org/10.1111/apps.70008

Byers, T. (2013). Using critical realism : A new perspective on control of volunteers in sport clubs. *European Sport Management Quarterly*, *13*(1), Article 1. https://doi.org/10.1080/16184742.2012.744765

Campo, M., Mellalieu, S., Ferrand, C., Martinent, G., & Rosnet, E. (2012). Emotions in team contact sports : A systematic review. *The Sport Psychologist*, *26*(1), 62-97. https://doi.org/10.1123/tsp.26.1.62

Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport : A meta analysis. *Journal of sport and exercise psychology*, *24*(2), Article 2.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies : A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(2), 267-283. https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267

Chemers, M. M. (2001). Leadership Effectiveness : An Integrative Review. In M. A. Hogg & R. S. Tindale (Éds.), *Blackwell Handbook of Social Psychology : Group Processes* (1re éd., p. 376-399). Wiley. https://doi.org/10.1002/9780470998458.ch16

Christensen, D. S., & Smith, R. E. (2018). Leveling the playing field : Can psychological coping resources reduce the influence of physical and technical skills on athletic performance? *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, *31*(6), 626-638. https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1506646

Claude Onesta : « La performance, en soi, on s'en fout ». (2016, janvier 14). https://www.lemonde.fr/handball/article/2016/01/14/claude-onesta-la-performance-en-soi-on-s-en-fout_4847482_1616660.html

Constandt, B., Vertommen, T., Cox, L., Kavanagh, E., Kumar, B. P., Pankowiak, A., Parent, S., & Woessner, M. (2024). Quid interpersonal violence in the sport integrity literature? A scoping review. *Sport in Society*, *27*(1), 162-180. https://doi.org/10.1080/17430437.2023.2233433

Cosh, S., & Tully, P. (2015). Stressors, Coping and Support Mechanisms for Student-Athletes Combining Elite Sport and Tertiary Education : Implications for Practice. *Sport Psychologist*, *19*, 120-133. https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0102

Cotterill, S., & Cheetham, R. (2017). The experience of captaincy in professional sport : The case of elite professional rugby. *European Journal of Sport Science*, *17*, 215-221. https://doi.org/10.1080/17461391.2016.1245788

Cotterill, S. T., Clarkson, B. G., & Fransen, K. (2020). Gender differences in the perceived impact that athlete leaders have on team member emotional states. *Journal of Sports Sciences*, *38*(10), 1181-1185. https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1745460

Cotterill, S. T., & Fransen, K. (2016). Athlete leadership in sport teams : Current understanding and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *9*(1), Article 1. https://doi.org/10.1080/1750984X.2015.1124443

Cotterill, S. T., Loughead, T. M., & Fransen, K. (2022). Athlete Leadership Development Within Teams : Current Understanding and Future Directions. *Frontiers in Psychology*, *13*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.820745

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design : Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (Fifth edition). SAGE.

Crocker, P., Mosewich, A. D., Kowalski, K. C., & Ferguson, L. (2010). Coping : Research design and analysis issues. In *Coping in Sport : Theory, Methods, and Related Constructs* (p. 53-76).

Crocker, P. R. E., Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2015). Coping in sport. In S. D. Mellalieu & S. Hanton (Eds.), *Contemporary advances in sport psychology: A review* (pp. 28–67). Routledge/Taylor & Francis Group.

Cupples, B., O'Connor, D., & Cobley, S. (2021). Facilitating transition into a high-performance environment : The effect of a stressor-coping intervention program on elite youth rugby league players. *Psychology of Sport and Exercise*, *56*, 101973. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101973

Degenne, A., & Forsé, M. (2004). *Les réseaux sociaux* (2 ème). Armand Colin. https://doi.org/10.3917/arco.forse.2004.01

Didymus, F. F. (2017). Olympic and international level sports coaches' experiences of stressors, appraisals, and coping. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, *9*(2), 214-232. https://doi.org/10.1080/2159676X.2016.1261364

Doron, J., & Bourbousson, J. (2017). How stressors are dynamically appraised within a team during a game : An exploratory study in basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. https://doi.org/10.1111/SMS.12796

Doron, J., & Martinent, G. (2021). Dealing with elite sport competition demands : An exploration of the dynamic relationships between stress appraisal, coping, emotion, and performance during fencing matches. *Cognition and Emotion*, *35*(7), 1365-1381. https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1960800

Duguay, A. M., Loughead, T. M., & Cook, J. M. (2019). Athlete Leadership as a Shared Process : Using a Social-Network Approach to Examine Athlete Leadership in Competitive Female Youth Soccer Teams. *The Sport Psychologist*, *33*(3), 189-202. https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0019

Eckardt, V. C., & Tamminen, K. A. (2023). A scoping review on interpersonal coping in sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-27. https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2251137

Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1994). Assessment of multidimensional coping : Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological Assessment*, *6*(1), 50-60. https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.1.50

Evans, A. B., Blackwell, J., Dolan, P., Fahlén, J., Hoekman, R., Lenneis, V., McNarry, G., Smith, M., & Wilcock, L. (2020). Sport in the face of the COVID-19 pandemic : Towards an agenda for research in the sociology of sport. *European Journal for Sport and Society*, *17*(2), 85-95. https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1765100

Fischer, P., Ai, A. L., Aydin, N., Frey, D., & Haslam, S. A. (2010). The relationship between religious identity and preferred coping strategies : An examination of the relative importance of interpersonal and intrapersonal coping in Muslim and Christian faiths. *Review of General Psychology*, *14*(4), 365-381. https://doi.org/10.1037/a0021624

Fisher, L. A., & Anders, A. (2020). Engaging with Cultural Sport Psychology to Explore Systemic Sexual Exploitation in USA Gymnastics : A Call to Commitments. *Journal of Applied Sport Psychology*, *32*, 129-145. https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1564944

Flemington, A., Loughead, T. M., & Desrosiers, M. (2023). Assessing athlete leadership and cohesion using a social network analysis approach. *Frontiers in Psychology*, *14*, 1050385. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1050385

Fletcher, D., & Arnold, R. (2017). Stress in sport : The role of the organizational environment. In *The organizational psychology of sport : Key issues and practical applications* (p. 83-100). Routledge/Taylor & Francis Group.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The relationship between coping and emotion : Implications for theory and research. *Social Science & Medicine*, *26*(3), 309-317. https://doi.org/10.1016/0277-9536(88)90395-4

Fransen, K., Boen, F., Haslam, S. A., McLaren, C. D., Mertens, N., Steffens, N. K., & Bruner, M. W. (2023). Unlocking the power of 'us' : Longitudinal evidence that identity leadership predicts team functioning and athlete well-being. *Journal of Sports Sciences*, *0*(0), 1-16. https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2193005

Fransen, K., Cruwys, T., Haslam, C., Iserbyt, P., Seghers, J., Vanderlinden, J., van Uffelen, J., Verbaanderd, E., & Boen, F. (2022). Leading the way together : A cluster randomised controlled trial of the 5R Shared Leadership Program in older adult walking groups.

International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, *19*(1), 63. https://doi.org/10.1186/s12966-022-01297-x

Fransen, K., Haslam, S. A., Mallett, C. J., Steffens, N. K., Peters, K., & Boen, F. (2017). Is perceived athlete leadership quality related to team effectiveness ? A comparison of three professional sports teams. *Journal of science and medicine in sport*, *20*(8), Article 8. https://doi.org/10.1016/J.JSAMS.2016.11.024

Fransen, K., Haslam, S. A., Steffens, N. K., Peters, K., Mallett, C. J., Mertens, N., & Boen, F. (2020). All for us and us for all : Introducing the 5R Shared Leadership Program. *Psychology of Sport and Exercise*, *51*. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101762

Fransen, K., Haslam, S., Steffens, N. K., Mallett, C., Peters, K., & Boen, F. (2020). Making « us » better : High-quality athlete leadership relates to health and burnout in professional Australian football teams. *European Journal of Sport Science*, *20*, 953-963. https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1680736

Fransen, K., McEwan, D., & Sarkar, M. (2020). The impact of identity leadership on team functioning and well-being in team sport : Is psychological safety the missing link? *Psychology of Sport and Exercise*, *51*, undefined-undefined. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101763

Fransen K, Van Puyenbroeck S, Loughead TM, Vanbeselaere N, De Cuyper B, Vande Broek G, Boen F. The Art of Athlete Leadership: Identifying High-Quality Athlete Leadership at the Individual and Team Level Through Social Network Analysis. J Sport Exerc Psychol. 2015 Jun;37(3):274-90. doi: 10.1123/jsep.2014-0259. PMID: 26265340.

Friesen, A. P., Devonport, T. J., Lane, A. M., & Sellars, C. N. (2015). Interpersonal emotion regulation : An intervention case study with a professional ice hockey team. *Athletic Insight*, *7*(2), Article 2.

Gaetz, M. (2022). Substance availability and use in ex-professional ice hockey enforcers. *Scientific Reports*, *12*(1), 22204. https://doi.org/10.1038/s41598-022-26806-7

González-García H, Martinent G. Relationships between perceived coach leadership, athletes' use of coping and emotions among competitive table tennis players. Eur J Sport Sci. 2020 Sep;20(8):1113-1123. doi: 10.1080/17461391.2019.1693633. Epub 2019 Nov 25. PMID: 31724897..

González-García, H., Martinent, G., & Nicolas, M. (2022). A Temporal Study on Coach Behavior Profiles : Relationships With Athletes Coping and Affects Within Sport Competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *44*(2), 94-102. https://doi.org/10.1123/jsep.2021-0071

Gröpel, P., & Mesagno, C. (2017). Choking interventions in sports : A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1750984X.2017.1408134

Hall, D., James, D., & Marsden, N. (2012). Marginal gains : Olympic lessons in high performance for organisations. *HR Bulletin: Research and Practice*, *7*(2), 9-13.

Hambrick, M. E. (2019). *Social Network Analysis in Sport Research*. Cambridge Scholars Publishing.

Hamedani, M. G., Markus, H. R., Hetey, R. C., & Eberhardt, J. L. (2024). We built this culture (so we can change it) : Seven principles for intentional culture change. *American Psychologist*, *79*(3), 384-402. https://doi.org/10.1037/amp0001209

Hardy, L., Jones, J. G., & Gould, D. (1996). *Understanding psychological preparation for sport : Theory and practice of elite performers* (p. xvi, 346). John Wiley & Sons, Inc.

Harman, B., Kosirnik, C., & Antonini Philippe, R. (2019). From social interactions to interpersonal relationships : Influences on ultra-runners' race experience. *PLoS ONE*, *14*(12), e0225195. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225195

Harms, P. D., Credé, M., Tynan, M., Leon, M., & Jeung, W. (2017). Leadership and stress : A meta-analytic review. *The Leadership Quarterly*, *28*(1), 178-194. https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2016.10.006

Hartley, C., Coffee, P., & Abhyankar, P. (2022). Provider-recipient perspectives on how social support and social identities influence adaptation to psychological stress in sport. *Frontiers in Psychology*, *13*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.940747

Hartley, C., Haslam, S. A., Coffee, P., & Rees, T. (2020). *Social Support* (p. 245-264). SAGE Publications. http://dspace.stir.ac.uk/handle/1893/30404

Haslam, S. (2004). *Psychology in Organizations : The Social Identity Approach*. SAGE Publications Ltd. https://doi.org/10.4135/9781446278819

Haslam, S. A., Fransen, K., & Boen, F. (2020). *The new psychology of sport and exercise: The social identity approach*. Sage; London.

Haslam, S. A., McMahon, C., Cruwys, T., Haslam, C., Jetten, J., & Steffens, N. K. (2018). Social cure, what social cure? The propensity to underestimate the importance of social factors for health. *Social Science & Medicine*, *198*, 14-21. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.12.020

Haslam, S. A., O'Brien, A., Jetten, J., Vormedal, K., & Penna, S. (2005). Taking the strain : Social identity, social support, and the experience of stress. *The British Journal of Social Psychology*, *44*(Pt 3), 355-370. https://doi.org/10.1348/014466605X37468

Haslam, S. A., & Reicher, S. (2006). Stressing the group : Social identity and the unfolding dynamics of responses to stress. *Journal of Applied Psychology*, *91*, 1037-1052. https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.5.1037

Haslam, S. A., Reicher, S. D., & Levine, M. (2012). When other people are heaven, when other people are hell : How social identity determines the nature and impact of social support. In *The social cure : Identity, health and well-being* (p. 157-174). Psychology Press. https://doi.org/10.4324/9780203813195

Haslam, S. A., Reicher, S. D., & Platow, M. J. (2020). *The new psychology of leadership : Identity, influence and power*. Routledge.

Haslam, S. A., Steffens, N. K., Reicher, S. D., & Bentley, S. V. (2021). Identity Leadership in a Crisis : A 5R Framework for Learning from Responses to COVID-19. *Social Issues and Policy Review*, *15*(1), 35-83. https://doi.org/10.1111/sipr.12075

Haslam, S., O'Brien, A., Jetten, J., Vormedal, K., & Penna, S. (2005). Taking the strain : Social identity, social support, and the experience of stress. *The British journal of social psychology / the British Psychological Society*, *44*, 355-370. https://doi.org/10.1348/014466605X37468

Helgeson, V. S., Jakubiak, B., Seltman, H., Hausmann, L., & Korytkowski, M. (2017). Implicit and explicit communal coping in couples with recently diagnosed type 2 diabetes. *Journal of Social and Personal Relationships*, *34*(7), 1099-1121. https://doi.org/10.1177/0265407516669604

Helgeson, V. S., Jakubiak, B., Van Vleet, M., & Zajdel, M. (2018). Communal Coping and Adjustment to Chronic Illness : Theory Update and Evidence. *Personality and Social Psychology Review*, *22*(2), 170-195. https://doi.org/10.1177/1088868317735767

Hellec, F. (2014). Le rapport au terrain dans une thèse CIFRE:Du désenchantement à la distanciation. *Sociologies pratiques*, *28*(1), 101-109. https://doi.org/10.3917/sopr.028.0101

Hirsch, K., & Loughead, T. (2024). Investigating the relationships among athlete leadership behaviours, perceptions of athlete leader fairness, and cohesion. *International Journal*

of Sport and Exercise Psychology, *0*(0), 1-22. https://doi.org/10.1080/1612197X.2024.2434109

Hogg, M. A. (2001). A Social Identity Theory of Leadership. *Personality and Social Psychology Review*, *5*(3), 184-200. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0503_1

Holt, N. L., & Dunn, J. G. H. (2006). Guidelines for Delivering Personal-Disclosure Mutual-Sharing Team Building Interventions. *The Sport Psychologist*, *20*(3), 348-367. DOI:10.1123/tsp.20.3.348

Ide, Y., & Beddoe, L. (2023). Challenging perspectives : Reflexivity as a critical approach to qualitative social work research. *Qualitative Social Work*, 14733250231173522. https://doi.org/10.1177/14733250231173522

Ito, J. K., & Brotheridge, C. M. (2003). Resources, coping strategies, and emotional exhaustion : A conservation of resources perspective. *Journal of Vocational Behavior*, *63*(3), 490-509. https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00033-7

Jackson, P., & Delehanty, H. (s. d.). *Eleven Rings : The Soul of Success*. Penguin Books.

Jensen, P. R., & Wrisberg, C. A. (2014). Performance under acute stress : A qualitative study of soldiers' experiences of hand-to-hand combat. *International Journal of Stress Management*, *21*(4), 406-423. https://doi.org/10.1037/a0037998

Kam, J. A., Pérez Torres, D., & Steuber Fazio, K. (2018). Identifying individual- and family-level coping strategies as sources of resilience and thriving for undocumented youth of Mexican origin. *Journal of Applied Communication Research*, *46*(5), 641-664. https://doi.org/10.1080/00909882.2018.1528373

Kavanagh, E., Brown, L., & Jones, I. (2017). Elite Athletes' Experience of Coping With Emotional Abuse in the Coach–Athlete Relationship. *Journal of Applied Sport Psychology*, *29*(4), 402-417. https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1298165

Kellison, T., Orr, M., & Watanabe, N. M. (2023). The nonexcludable function of sports stadiums in climate-changed cities. *Sport in Society*, *26*(12), 1979-1998. https://doi.org/10.1080/17430437.2023.2227588

Kent S, Devonport TJ, Lane AM, Nicholls W, Friesen AP. The Effects of Coping Interventions on Ability to Perform Under Pressure. J Sports Sci Med. 2018 Mar 1;17(1):40-55. PMID: 29535577; PMCID: PMC5844208.

Kent, S., McKenna, J., & Mellalieu, S. (2024). Two on a tightrope : The stress experiences of the romantic partners of professional athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, *0*(0), 1-24. https://doi.org/10.1080/10413200.2024.2428656

Kerdijk, C., van der Kamp, J., & Polman, R. (2016). The Influence of the Social Environment Context in Stress and Coping in Sport. *Frontiers in Psychology*, *7*, 875. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00875

Kerr, G., & Battaglia, A. (2024). The Crisis of Toxic Cultures in Competitive Sport. In B. Strauss, S. Buenemann, C. Behlau, M. Tietjens, & K. Tamminen (Éds.), *Psychology of Crises in Sport* (p. 199-213). Springer Nature Switzerland. https://doi.org/10.1007/978-3-031-69328-1_14

Kim, M.-S., & Duda, J. L. (2003). The Coping Process : Cognitive Appraisals of Stress, Coping Strategies, and Coping Effectiveness. *The Sport Psychologist*, *17*(4), 406-425. https://doi.org/10.1123/tsp.17.4.406

Kim, Y., Tian, X., & Solomon, D. H. (2021). Coping with COVID-19 at the community level : Testing the predictors and outcomes of communal coping. *Journal of Community Psychology*, *n/a*(n/a). https://doi.org/10.1002/jcop.22797

Kim, Y., Tian, X., & Solomon, D. H. (2022). Coping with COVID-19 at the community level : Testing the predictors and outcomes of communal coping. *Journal of Community Psychology*, *50*(7), 2790-2807. https://doi.org/10.1002/jcop.22797

Klagge, J. (2018). *Guidelines for Conducting Focus Groups*. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.33817.47201

Koehly, L. M., Peters, J. A., Kuhn, N., Hoskins, L., Letocha, A., Kenen, R., Loud, J., & Greene, M. H. (2008). Sisters in hereditary breast and ovarian cancer families : Communal coping, social integration, and psychological well-being. *Psycho-Oncology*, *17*(8), 812-821. https://doi.org/10.1002/pon.1373

Kowalski, K. C., & Crocker, P. R. E. (2001). Development and Validation of the Coping Function Questionnaire for Adolescents in Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *23*(2), 136-155. https://doi.org/10.1123/jsep.23.2.136

Krackardt, D. (1987). QAP partialling as a test of spuriousness. *Social Networks*, *9*(2), 171-186. https://doi.org/10.1016/0378-8733(87)90012-8

Kristiansen, E., Hanstad, D. V., & Roberts, G. C. (2011). Coping with the Media at the Vancouver Winter Olympics : "We All Make a Living Out of This". *Journal of Applied Sport Psychology*, *23*(4), 443-458. https://doi.org/10.1080/10413200.2011.598139

Kristiansen, E., & Roberts, G. C. (2010). Young elite athletes and social support : Coping with competitive and organizational stress in "Olympic" competition. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *20*(4), 686-695. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.00950.x

Kroshus, E., Kubzansky, L. D., Goldman, R. E., & Austin, S. B. (2015). Norms, athletic identity, and concussion symptom under-reporting among male collegiate ice hockey players : A prospective cohort study. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, *49*(1), 95-103. https://doi.org/10.1007/s12160-014-9636-5

Lahire, B., Sanseigne, F., & Flandrin, L. (2025). *Vers une science sociale du vivant—Questions et avant-propos de Laure Flandrin et Francis Sanseigne*. La Découverte.

Lazarus, R. (1999). Stress and emotion: A new synthesis. New York: Springer Publishing Co.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1991). *The concept of coping* (p. 206). Columbia University Press.

Leblanc, S. (2017). Coopération chercheurs-praticiens pour analyser l'activité et concevoir des ressources de formation. *Éducation et socialisation*, *45*. https://doi.org/10.4000/edso.2484

Leprince, C., d'Arripe-Longueville, F., Chanal, J., & Doron, J. (2019). Development and preliminary validation of the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports. *Psychology of Sport and Exercise*, *45*, 101569. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101569

Leprince, C., D'Arripe-Longueville, F., & Doron, J. (2018). Coping in teams: Exploring athletes' communal coping strategies to deal with shared stressors. *Frontiers in Psychology, 9,* Article 1908. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01908

Levine, R. M., & Reicher, S. D. (1996). Making sense of symptoms : Self-categorization and the meaning of illness and injury. *British Journal of Social Psychology*, *35*(2), 245-256. https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1996.tb01095.x

Levitt, H. M., Motulsky, S. L., Wertz, F. J., Morrow, S. L., & Ponterotto, J. G. (2017). Recommendations for designing and reviewing qualitative research in psychology : Promoting methodological integrity. *Qualitative Psychology*, *4*(1), Article 1. https://doi.org/10.1037/QUP0000082

Levy, A., Nicholls, A., Marchant, D., & Polman, R. (2009). Organisational Stressors, Coping, and Coping Effectiveness : A Longitudinal Study with an Elite Coach. *International*

Journal of Sports Science & Coaching, *4*(1), 31-45. https://doi.org/10.1260/1747-9541.4.1.31

Loughead, T., Hardy, J., & Eys, M. (2006). The Nature of Athlete Leadership. *Journal of Sport Behavior*, *29*, 142-158.

Loughead, T. M., Fransen, K., Van Puyenbroeck, S., Hoffmann, M. D., De Cuyper, B., Vanbeselaere, N., & Boen, F. (2016). An examination of the relationship between athlete leadership and cohesion using social network analysis. *Journal of Sports Sciences*, *34*(21), Article 21. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1150601

Loughead, T. M., & Hardy, J. (2005). An examination of coach and peer leader behaviors in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *6*(3), 303-312. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.02.001

Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., & Coyne, J. C. (1998). Coping as a Communal Process. *Journal of Social and Personal Relationships*. https://doi.org/10.1177/0265407598155001

Maguire, K. C., & Parcell, E. S. (2015). Communication and the Coping Paradox : The Case of Army Spouses and Wartime Deployment. *Southern Communication Journal*, *80*(5), 365-376. https://doi.org/10.1080/1041794X.2015.1081973

McEwan, D., & Beauchamp, M. R. (2014). Teamwork in sport : A theoretical and integrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *7*(1), 229-250. https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.932423

McKay, A. K. A., Stellingwerff, T., Smith, E. S., Martin, D. T., Mujika, I., Goosey-Tolfrey, V. L., Sheppard, J., & Burke, L. M. (2022). Defining Training and Performance Caliber : A Participant Classification Framework. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, *17*(2), 317-331. https://doi.org/10.1123/ijspp.2021-0451

McKimmie, B. M., Butler, T., Chan, E., Rogers, A., & Jimmieson, N. L. (2020). Reducing stress : Social support and group identification. *Group Processes & Intergroup Relations*, *23*(2), 241-261. https://doi.org/10.1177/1368430218818733

Mehrsafar, A. H., Gazerani, P., Moghadam Zadeh, A., & Jaenes Sánchez, J. C. (2020). Addressing potential impact of COVID-19 pandemic on physical and mental health of elite athletes. *Brain, Behavior, and Immunity*, *87*, 147-148. https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.011

Meissonier, R. (2022). XII. Roy Bhaskar. Le réalisme critique britannique. In *Les grands auteurs aux frontières du management* (p. 147-156). EMS Éditions. https://doi.org/10.3917/ems.livia.2022.01.0147

Mertens, N., Boen, F., Steffens, N. K., Cotterill, S. T., Haslam, S. A., & Fransen, K. (2020). Leading together towards a stronger 'us' : An experimental test of the effectiveness of the 5R Shared Leadership Program (5RS) in basketball teams. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *23*(8), 770-775. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.01.010

Mertens, N., Boen, F., Steffens, N. K., Haslam, S. A., & Fransen, K. (2021). Will the real leaders please stand up? The emergence of shared leadership in semi-professional soccer teams. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *24*(3), 281-290. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.09.007

Meyer, U., & Coffey, W. (2015). *Above the Line : Lessons in Leadership and Life from a Championship Program*. Penguin Books.

Miller, A., Slater, M., & Turner, M. (2020). Coach identity leadership behaviours are positively associated with athlete resource appraisals : The mediating roles of relational and group identification. *Psychology of Sport and Exercise*. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101755

Milne, M. J., & Neely, K. C. (2022). Exploring female dancer's emotions and coping experiences following deselection : An interpretative phenomenological analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, *63*, 102289. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102289

Moreland, J. J., Coxe, K. A., & Yang, J. (2018). Collegiate athletes' mental health services utilization : A systematic review of conceptualizations, operationalizations, facilitators, and barriers. *Journal of Sport and Health Science*, *7*(1), 58-69. https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.04.009

Neely, K. C., McHugh, T.-L. F., Dunn, J. G. H., & Holt, N. L. (2017). Athletes and parents coping with deselection in competitive youth sport : A communal coping perspective. *Psychology of Sport and Exercise*. https://doi.org/10.1016/J.PSYCHSPORT.2017.01.004

Nesse, S., Schei, V., & Mitroff, I. (2024). Collective response capacity : Developing crisis leadership in organisations. *Journal of Contingencies and Crisis Management*, *32*(3), e12612. https://doi.org/10.1111/1468-5973.12612

Nesse, S., & Stensaker, I. G. (2022). Coping, not choking, under the pressure of a terrorist attack : A crisis leadership coping model. *Journal of Applied Behavioral Science*, *58*(2), 223-255. https://doi.org/10.1177/00218863211066569

Nicholls, A. R., Perry, J. L., Jones, L., Morley, D., & Carson, F. (2013). Dispositional coping, coping effectiveness, and cognitive social maturity among adolescent athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *35*(3), 229-238. https://doi.org/10.1123/jsep.35.3.229

Nicholls, A., Taylor, N., Carroll, S., & Perry, J. (2016). The Development of a New Sport-Specific Classification of Coping and a Meta-Analysis of the Relationship between

Different Coping Strategies and Moderators on Sporting Outcomes. *Frontiers in Psychology*, *7*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01674

Nicholson, M., Hoye, R., & Gallant, D. (2011). The Provision of Social Support for Elite Indigenous Athletes in Australian Football. *Journal of Sport Management*, *25*(2), 131-142. https://doi.org/10.1123/jsm.25.2.131

Olusoga, P., Butt, J., Maynard, I., & Hays, K. (2010). Stress and Coping : A Study of World Class Coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, *22*(3), 274-293. https://doi.org/10.1080/10413201003760968

Orr, M. (2020). On the potential impacts of climate change on baseball and cross-country skiing. *Managing Sport and Leisure*, *25*, 307-320. https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1723436

Pankowiak, A., Woessner, M. N., Parent, S., Vertommen, T., Eime, R., Spaaij, R., Harvey, J., & Parker, A. G. (2023). Psychological, Physical, and Sexual Violence Against Children in Australian Community Sport : Frequency, Perpetrator, and Victim Characteristics. *Journal of Interpersonal Violence*, *38*(3-4), 4338-4365. https://doi.org/10.1177/08862605221114155

Paradis, K. F., & Loughead, T. M. (2012). Examining the mediating role of cohesion between athlete leadership and athlete satisfaction in youth sport. *International Journal of Sport Psychology*, *43*(2), 117-136.

Parkinson, B., & Manstead, A. (1993). Making Sense of Emotion in Stories and Social Life. *Cognition and Emotion*, *7*, 295-323. https://doi.org/10.1080/02699939308409191

Pensgaard, A. M., Ivarsson, A., Nilstad, A., Solstad, B. E., & Steffen, K. (2018). Psychosocial stress factors, including the relationship with the coach, and their influence on acute and overuse injury risk in elite female football players. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, *4*(1), e000317. https://doi.org/10.1136/bmjsem-2017-000317

Pété, E., Chanal, J., & Doron, J. (2023). An extended validation of the Communal Coping Strategies Inventory for Competitive Team Sports : A multilevel approach. *Psychology of Sport and Exercise*, *65*, 102367. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102367

Pété, E., Goisbault, M., Martinent, G., & Doron, J. (2023). The winding road to the Tokyo Olympics : A dynamic approach to the relationships between stress appraisal, coping, performance, and burnout among an artistic swimming team. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *12*(3), 172-188. https://doi.org/10.1037/spy0000323

Platow, M., Haslam, S. A., Reicher, S. D., & Steffens, N. K. (2015). There is no leadership if no-one follows : Why leadership is necessarily a group process. *international Coaching Psycholgy review*, 10(1), 20-37.

Platow, M. J., van Knippenberg, D., Haslam, S. A., van Knippenberg, B., & Spears, R. (2006). A special gift we bestow on you for being representative of us : Considering leader charisma from a self-categorization perspective. *The British Journal of Social Psychology*, *45*(Pt 2), 303-320. https://doi.org/10.1348/014466605X41986

Price, A., Collins, D., & Stoszkowski, J. (2021). How do high-level youth soccer players approach and solve game problems? The role of strategic understanding. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *28*(3), 229-243. https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1967307

Price, M. S., & Weiss, M. R. (2011). Peer leadership in sport: Relationships among personal characteristics, leader behaviors, and team outcomes. *Journal of Applied Sport Psychology, 23*(1), 49–64. https://doi.org/10.1080/10413200.2010.520300

Quidu, M. (2023). S'engager dans des méthodes mixtes de recherche : Croyances ontologiques et vertus épistémiques sous-tendant une pratique scientifique singulière. *Staps*, *141*(3), 55-76. https://doi.org/10.3917/sta.141.0055

Rapin, J., & Gendron, S. (2022). Le réalisme critique : La valeur de sa réflexion ontologique et épistémologique pour la créativité méthodologique des chercheurs qualitatifs engagés en faveur d'une transformation plus juste des structures. In *Usage des perspectives critiques en recherche qualitative : Méthodes, réflexions épistémologiques et questionnements éthiques* (Association pour la recherche qualitative (ARQ), p. 67-81).

Rees, T., Alexander Haslam, S., Coffee, P., & Lavallee, D. (2015). A Social Identity Approach to Sport Psychology : Principles, Practice, and Prospects. *Sports Medicine*, *45*(8), 1083-1096. https://doi.org/10.1007/s40279-015-0345-4

Robidoux, M. (2001). *Men at Play : A Working Understanding of Professional Hockey*. McGill-Queen's University Press. https://doi.org/10.1515/9780773569096

Ryba, T. V., Wiltshire, G., North, J., & Ronkainen, N. J. (2020). Developing mixed methods research in sport and exercise psychology : Potential contributions of a critical realist perspective. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1827002

Samuel, R. D., Tenenbaum, G., & Galily, Y. (2020). The 2020 Coronavirus Pandemic as a Change-Event in Sport Performers' Careers : Conceptual and Applied Practice Considerations. *Frontiers in Psychology*, *11*. https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.567966

Sandelowski, M. (1995). Sample size in qualitative research. *Research in Nursing & Health*, *18*(2), 179-183. https://doi.org/10.1002/nur.4770180211

Schei, G. S., Høigaard, R., Erikstad, M. K., Ivarsson, A., & Haugen, T. (2023). Identity leadership and cohesion in elite sport : The mediating role of intra-team communication. *Heliyon*, *9*(7), e17853. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17853

Schweickle, M. J., Swann, C., Jackman, P. C., & Vella, S. A. (2020). Clutch performance in sport and exercise : A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1750984X.2020.1771747

Shotter, J. (1990). Roy Bhaskar, Reclaiming Reality : A Critical Introduction to Contemporary Philosophy, London: Verso, 1989, £24.95, paper £8.95, ix + 218 pp. *History of the Human Sciences*, *3*(3), 443-457. https://doi.org/10.1177/095269519000300309

Slater, M. J., & Barker, J. B. (2019). Doing social identity leadership : Exploring the efficacy of an identity leadership intervention on perceived leadership and mobilization in elite disability soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, *31*(1), 65-86. https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1410255

Slater, M. J., Coffee, P., Barker, J. B., & Evans, A. L. (2014). Promoting shared meanings in group memberships : A social identity approach to leadership in sport. *Reflective Practice*, *15*(5), 672-685. https://doi.org/10.1080/14623943.2014.944126

Smith, B., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research : Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *11*(1), 101-121. https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1317357

Smith, B., & Sparkes, A. (2016). Interviews : Qualitative interviewing in the sport and exercise sciences. *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise*, 103-123.

Smith, E. R., & Mackie, D. M. (2008). Intergroup emotions. In *Handbook of emotions, 3rd ed* (p. 428-439). The Guilford Press.

Smith, M. J., Arnold, R., & Thelwell, R. C. (2018). “There’s No Place to Hide” : Exploring the Stressors Encountered by Elite Cricket Captains. *Journal of Applied Sport Psychology*, *30*(2), 150-170. https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1349845

Staff, H. R., Didymus, F. F., & Backhouse, S. H. (2017). Coping rarely takes place in a social vacuum : Exploring antecedents and outcomes of dyadic coping in coach-athlete relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, *30*, 91-100. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.02.009

Stambulova, N. B., Schinke, R. J., Lavallee, D., & Wylleman, P. (2022a). The COVID-19 pandemic and Olympic/Paralympic athletes' developmental challenges and possibilities in times of a global crisis-transition. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *20*(1), 92-101. https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1810865

Stambulova, N. B., Schinke, R. J., Lavallee, D., & Wylleman, P. (2022b). The COVID-19 pandemic and Olympic/Paralympic athletes' developmental challenges and possibilities in times of a global crisis-transition. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *20*(1), 92-101. https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1810865

Stambulova, N., Pehrson, S., & Olsson, K. (2017). Phases in the junior-to-senior transition of Swedish ice hockey players : From a conceptual framework to an empirical model. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *12*, 174795411769492. https://doi.org/10.1177/1747954117694928

Steffens, N. K., Haslam, S. A., Reicher, S. D., Platow, M. J., Fransen, K., Yang, J., Ryan, M. K., Jetten, J., Peters, K., & Boen, F. (2014). Leadership as social identity management : Introducing the Identity Leadership Inventory (ILI) to assess and validate a four-dimensional model. *The leadership quarterly*, *25*(5), Article 5.

Steffens, N. K., Tatachari, S., Haslam, S. A., Wilson-Lemoine, J. E., Maskor, M., van Dick, R., Kratzer, B. E., Christensen, J., & Kerschreiter, R. (2024). Introducing and validating a single-item measure of identity leadership : The visual identity leadership scale (VILS). *British Journal of Social Psychology*, *63*(4), 1658-1680. https://doi.org/10.1111/bjso.12744

Stevens, M., Cruwys, T., Olive, L., & Rice, S. (2024). Understanding and Improving Athlete Mental Health : A Social Identity Approach. *Sports Medicine*, *54*, 1-17. https://doi.org/10.1007/s40279-024-01996-4

Stevens, M., Rees, T., & Cruwys, T. (2021). Social identity leadership in sport and exercise : Current status and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, *55*, 101931. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101931

Stevens, M., Rees, T., Steffens, N. K., Haslam, S. A., Coffee, P., & Polman, R. (2019). Leaders' creation of shared identity impacts group members' effort and performance : Evidence from an exercise task. *PLoS ONE*, *14*(7). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218984

Strack, F. (1992). "Order Effects" in Survey Research : Activation and Information Functions of Preceding Questions. In N. Schwarz & S. Sudman (Éds.), *Context Effects in Social and Psychological Research* (p. 23-34). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4612-2848-6_3

Tamminen, K. A., & Cai, R. (2024). Overcoming Crises with Effective Coping and Emotion Regulation. In B. Strauss, S. Buenemann, C. Behlau, M. Tietjens, & K. Tamminen (Éds.), *Psychology of Crises in Sport : Causes, Consequences and Solutions* (p. 43-56). Springer Nature Switzerland. https://doi.org/10.1007/978-3-031-69328-1_4

Tamminen, K. A., & Gaudreau, P. (2014). Coping, social support, and emotion regulation in teams. *Group dynamics in exercise and sport psychology*, *2*, 222e39-222e39. https://doi.org/10.4324/9780203794937-13

Tamminen, K. A., & Neely, K. C. (2020). We're in This Together. *Feelings in Sport: Theory, Research, and Practical Implications for Performance and Well-being*.

Tamminen, K. A., & Neely, K. C. (2021). We're in This Together. *Feelings in Sport: Theory, Research, and Practical Implications for Performance and Well-being*.

Tamminen, K. A., Palmateer, T. M., Denton, M., Sabiston, C., Crocker, P. R. E., Eys, M., & Smith, B. (2016). Exploring emotions as social phenomena among Canadian varsity athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, *27*, 28-38. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.07.010

Thelwell, R., Weston, N. J. V., & Greenlees, I. (2010). Coping with stressors in elite sport : A coach perspective. *European Journal of Sport Science*, *10*(4), 243-253. https://doi.org/10.1080/17461390903353390

Thelwell, R., Wagstaff, C., Chapman, M., & Kenttä, G. (2017). Examining coaches' perceptions of how their stress influences the coach–athlete relationship. *Journal of Sports Sciences*, 35, 1928 - 1939. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1241422.

Timpka, T. (2020). Sports Health During the SARS-Cov-2 Pandemic. *Sports Medicine*, *50*(8), 1413-1416. https://doi.org/10.1007/s40279-020-01288-7

Trinquecoste, J.-F. (2022). *Épistémodico : Portrait de sciences en mosaïque.* EMS Éditions. https://doi.org/10.3917/ems.trinq.2022.01.

Van Dick, R., Cordes, B. L., Lemoine, J. E., Steffens, N. K., Haslam, S. A., Akfirat, S. A., Ballada, C. J. A., Bazarov, T., Aruta, J. J. B. R., Avanzi, L., Bodla, A. A., Bunjak, A., Černe, M., Dumont, K. B., Edelmann, C. M., Epitropaki, O., Fransen, K., García-Ael, C., Giessner, S., … Kerschreiter, R. (2021). Identity Leadership, Employee Burnout and the Mediating Role of Team Identification : Evidence from the Global Identity Leadership Development Project. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(22), 12081. https://doi.org/10.3390/ijerph182212081

Van Pelt, K. L., Puetz, T., Swallow, J., Lapointe, A. P., & Broglio, S. P. (2021). Data-Driven Risk Classification of Concussion Rates : A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, *51*(6), 1227-1244. https://doi.org/10.1007/s40279-021-01428-7

van Dick, R., Ciampa, V., & Liang, S. (2018). Shared identity in organizational stress and change. *Current Opinion in Psychology*, *23*, 20-25. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.11.005

van Zomeren, M., Spears, R., & Leach, C. W. (2008). Exploring psychological mechanisms of collective action : Does relevance of group identity influence how people cope with collective disadvantage? *British Journal of Social Psychology*, *47*(2), 353-372. https://doi.org/10.1348/014466607X231091

Vincer, D. J. E., & Loughead, T. M. (2010). The relationship among athlete leadership behaviors and cohesion in team sports. *The Sport Psychologist*, *24*(4), 448-467.

Voelker, D., Gould, D., & Crawford, M. (2011). Understanding the Experience of High School Sport Captains. *Sport Psychologist*, *25*, 47-66. https://doi.org/10.1123/tsp.25.1.47

Wagstaff, C. R. D. (2019). Taking Stock of Organizational Psychology in Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, *31*(1), 1-6. https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1539785

Wäsche, H., Dickson, G., Woll, A., & Brandes, U. (2017). Social network analysis in sport research : An emerging paradigm. *European Journal for Sport and Society*, *14*(2). https://doi.org/10.1080/16138171.2017.1318198

Watts, N., Amann, M., Arnell, N., Ayeb-Karlsson, S., Belesova, K., Boykoff, M., Byass, P., Cai, W., Campbell-Lendrum, D., Capstick, S., Chambers, J., Dalin, C., Daly, M., Dasandi, N., Davies, M., Drummond, P., Dubrow, R., Ebi, K. L., Eckelman, M., … Montgomery, H. (2019). The 2019 report of The Lancet Countdown on health and climate change : Ensuring that the health of a child born today is not defined by a changing climate. *The Lancet*, *394*(10211), 1836-1878. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32596-6

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2024). *Foundations of sport and exercise psychology* (Eighth edition). Human Kinetics.

Wergin, V. V., Wolf, S. A., Schwender, J. T., & Mallett, C. J. (2024). Experienced emotions, emotion regulation strategies, and regulation depletion in collective team collapse and performance recovery situations. *Journal of Applied Sport Psychology*, *0*(0), 1-22. https://doi.org/10.1080/10413200.2024.2413996

Wlodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Reyes, C., Villagrán, L., Madariaga, C., Palacio, J., & Martínez, F. (2016). Communal coping and posttraumatic growth in a context of natural disasters in Spain, Chile, and Colombia. *Cross-Cultural Research: The Journal of Comparative Social Science*, *50*, 325-355. https://doi.org/10.1177/1069397116663857

Woezik, R. A. V., Benson, A. J., & Bruner, M. W. (2020). Next One Up ! Exploring How Coaches Manage Team Dynamics Following Injury. *The Sport Psychologist*, *34*(3), 198-208. https://doi.org/10.1123/tsp.2019-0148

Wolf, B. M. (2015). Do Families Cope Communally With Breast Cancer, or is it Just Talk? *Qualitative Health Research*, *25*(3), 320-335. https://doi.org/10.1177/1049732314549605

Woodhead, C. J., Didymus, F. F., & Potts, A. J. (2024). Interpersonal coping in sport : A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 102631. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102631

Wouters, P., van Nimwegen, C., van Oostendorp, H., & van der Spek, E. D. (2013). A meta-analysis of the cognitive and motivational effects of serious games. *Journal of Educational Psychology*, *105*(2), 249-265. https://doi.org/10.1037/a0031311

Wu, Z., Zhang, N., Pan, J., Han, M., Nopembri, S., Shahril, M. I., & Nor, M. A. M. (2024). The Relationship between Preferred Coaches' Leadership Styles and Stress Levels

among Chinese College Bridge Athletes. *Malaysian Journal of Sport Science and Recreation*, *20*(2), Article 2. https://doi.org/10.24191/mjssr.v20i2.3348

Yang, D., Wang, J., He, J., & Zhao, C. (2024). A clustering mining method for sports behavior characteristics of athletes based on the ant colony optimization. *Heliyon*, *10*(12), e33297. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e33297

Zaccaro, S. J., Rittman, A. L., & Marks, M. A. (2001). Team leadership. *The Leadership Quarterly*, *12*(4), 451-483. https://doi.org/10.1016/S1048-9843(01)00093-5

Zajdel, M., Helgeson, V. S., Butner, J. E., Tracy, E. L., & Berg, C. A. (2022). A Multi-Method Approach to Measuring Communal Coping in Adults with Type 1 Diabetes. *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, *41*(1), 23-31. https://doi.org/10.1037/hea0001123

Zanin, A., Avalos, B., Town, S., Tracy, S., & Stanley, B. (2021). Discursive, Communal, and Individual Coping Strategies : How U.S. Adults Co-constructed Coping During Preliminary COVID-19 Stressors. *Health Communication*, *38*, 1-15. https://doi.org/10.1080/10410236.2021.2010347

Annexes

Annexe 1 : Guide d'entretien Etude 1

Les entretiens ont eu lieu dans les locaux de l'équipe interrogée. Voici dans cette annexe le guide d'entretien.

Guide d'entretien.

Objectif de l'entretien (recherche) : Explorer la manière dont les joueurs de l'équipe professionnelle (N = 20) perçoivent la crise sanitaire de la covid-19, la spécificité des sources de stress qu'ils rencontrent actuellement, leur degré de partage au sein de l'équipe, leur(s) effets(s) sur leurs fonctionnements individuel et collectif, la manière dont ils y font face individuellement et collectivement (i.e., coping), et la nature et le rôle (la / les fonction(s)) des interactions sociales au sein de l'équipe (au sens large) dans un tel contexte.

Les athlètes interrogés pratiquent le hockey sur glace à un niveau national ou international et font partie de l'équipe de hockey professionnelle XXX évoluant en ligue Magnus.

L'interview est conduite par Kevin Mahot et Emilie Pété, en présence de Rebecca Grenouilleau-Loescher (Traductrice, pour les entretiens menés avec les joueurs anglophones)

Lors de ces entretiens l'anonymat et la confidentialité sont garantis.

Les athlètes consentent à l'enregistrement des échanges. Ces échanges seront retranscrits par écrit dans le but de traiter les données à des fins de recherche

Présentation de l'étude aux participants :

> Pour prolonger la discussion que nous avons eu collectivement dans le vestiaire, je réalise des entretiens individuels pour mieux comprendre comment la crise du Covid-19 impacte ta / votre saison. Cet entretien s'inscrit plus largement dans un projet de recherche visant à rendre compte des effets psychologiques de la crise sanitaire de la covid-19 dans le milieu sportif professionnel ou de haut niveau. Il est mené en collaboration avec le laboratoire MIP de l'Université de Nantes (présence d'Emilie). Nous souhaitons ainsi en savoir plus sur la manière dont toi et tes coéquipiers faites face à la crise sanitaire de la covid-19.

AXE 1 : INTERROGER LA PERCEPTION DE LA SITUATION, LES STRESSEURS, LES CONSÉQUENCES SUR LE FONCTIONNEMENT AINSI QUE LES STRATÉGIES DE COPING EMPLOYÉES SUR UN DOUBLE NIVEAU (INDIVIDUEL ET COLLECTIF)

Axe 1-A : Perception de la situation, stresseurs, effets sur le fonctionnement et stratégies de coping individuel

A. Perception de la situation

- **Question :** En tant que joueur de hockey sur glace, comment perçois-tu cette situation de crise sanitaire liée à la Covid-19 ?
- **Relance : Est-ce que tu considères cette situation comme plutôt menaçante (qu'elle te fait peur) ou comme un défi, un challenge qui s'offre à toi ?**
- **Question :** Lors du workshop, vous avez été nombreux à dire que vous aviez la sensation de n'avoir aucun contrôle sur la situation. Es-tu d'accord avec ça ?

B. Sources de stress

- **Question :** Lors du workshop, vous avez évoqué des modifications et des perturbations liées à la crise du Covid-19 sur votre métier. Pour toi, quelles sont-elles ?
- **Relances :**
  – Est-ce que, par exemple, l'environnement des matchs ou du vestiaire a changé ?
  – Lors du workshop, vous avez évoqué le calendrier qui change en permanence, le fait de ne pas avoir de dates de matchs.
  – Qu'est-ce qui est difficile pour toi à gérer durant cette crise ?

C. Effets du stress sur le fonctionnement de l'équipe

- **Question :** Est-ce que la crise sanitaire a des conséquences sur ton fonctionnement en tant que joueur de hockey ? Sur ton ressenti à l'entraînement ?
- **Relances :**
  – As-tu l'impression que cette crise a des conséquences sur tes performances ? (Ex. : perte de motivation, consommation d'alcool, problèmes de sommeil…)
  – Ressens-tu des changements en toi (émotions, sommeil, irritabilité, etc.) ?
  – As-tu déjà rencontré des situations énervantes, agaçantes ou déstabilisantes liées à la crise ?
  – Est-ce que cette crise a eu un impact sur le soin que tu apportes à ton hygiène de vie, ton corps ?
  – Est-ce que cette crise a des conséquences sur tes relations avec tes coéquipiers ou d'autres membres du club ?
  – Y a-t-il d'autres changements que tu aimerais évoquer ?

D. Stratégies de coping employées

- **Question :** Peux-tu décrire en quelques mots les « stratégies » que tu utilises pour faire face à cette crise sanitaire ? Comment fais-tu concrètement pour la gérer ?

- **Relances :**
  – Qu'est-ce que tu fais aujourd'hui pour gérer ça ?
  – Est-ce que tu t'es dit « je vais mettre les bouchées doubles à l'entraînement », « je vais me fixer des objectifs » ? Ou au contraire, as-tu un peu lâché ?
  – Est-ce que tu essayes de gérer tes émotions ? tes pensées ?
  – Est-ce que tu t'appuies sur tes coéquipiers ?

Axe 1-B : Niveau de partage des sources de stress, de leurs conséquences au niveau collectif et stratégies de coping interindividuelles

A. Sources de stress partagées

- **Question** : Est-ce que tu as l'impression que les perturbations qui t'affectent touchent aussi tes coéquipiers **?**

- **Relances :**
  – Est-ce que tu penses que cette crise perturbe aussi certains de tes coéquipiers, et plus globalement le fonctionnement de l'équipe ?
  – As-tu des exemples précis de perturbations (type d'entraînement, fréquence, intensité, objectifs) ?
  – Qu'est-ce qui pourrait te faire dire que cette crise a également impacté tes partenaires ? As-tu observé des indices ou des changements chez eux ?

B. Conséquences sur le fonctionnement collectif

- **Questions :**
  – Est-ce que tu as l'impression que la crise a des conséquences sur le fonctionnement de l'équipe ? (performance physique, tactique, etc.)
  – Est-ce que la situation a eu un impact sur la vie du groupe, ta relation avec les autres joueurs ? (conflits, rapprochement, distance, humeur générale)

- **Relance :** Lors du workshop, certains ont dit que vous preniez de mauvaises habitudes à l'entraînement (moins d'intensité, perte de repères tactiques). Tu es d'accord avec ça ?

C. Stratégies collectives mises en place et leur efficacité

- **Question :** Est-ce que tu pourrais décrire en quelques mots les « stratégies » que vous avez utilisées pour faire face aux stresseurs partagés ?

- **Relances :**
  – Avez-vous mis des choses en place pour maintenir une intensité et une qualité de travail ?
  – Arrivez-vous à rester une équipe soudée, à garder des liens ? Comment ?

– Est-ce que des actions ont été mises en place pour les coéquipiers vivant seuls, pour maintenir la communication, éviter leur isolement ?

– Quelles ont été les stratégies et les actions mises en place par l'équipe lorsqu'elle a vécu collectivement cet événement stressant ?

- **Question :** Penses-tu que certains joueurs ont eu un rôle particulier dans la gestion collective de la situation ? Si oui, peux-tu les identifier ?
- **Relances :**
  – Est-ce que les leaders ont eu des comportements ou des paroles qui ont permis à l'équipe d'initier ou de maintenir ces stratégies ? Si oui, peux-tu les décrire ?
- **Question :** Est-ce que tu trouves que ces stratégies ont été efficaces ?

- **Relances :**
  – Ont-elles amélioré ta performance individuelle ? Celle de l'équipe ?
  – Ont-elles renforcé la cohésion, la communication ?
  – Ont-elles aidé à gérer des émotions négatives ?
  – Ont-elles permis de retrouver du plaisir sur le terrain ? De la satisfaction collective ?

AXE 2 : INTERROGER LA NATURE ET LE RÔLE DES INTERACTIONS SOCIALES AU SEIN DE L'ÉQUIPE DANS LE CONTEXTE DE LA CRISE SANITAIRE

Axe 2-A : Relations sociales (soutien, régulation émotionnelle interpersonnelle)

- **Question :** Est-ce qu'il y a des personnes sur lesquelles tu t'appuies pour faire face à cette crise ? Des personnes en particulier ?

- **Relance :** Est-ce que tu parles de cette situation et de la manière de la gérer avec certains ? (vestiaire, famille, amis, partenaire de vie)

Axe 2-B : Identité et rôle des leaders, niveau de satisfaction

- **Question :** Selon toi, quel est le rôle des leaders dans cette période de crise ?

- **Relances :**
  – Peux-tu identifier des personnes comme leaders dans cette situation?
  – Que font-ils ? Ont-ils le même rôle ?
  – Qu'attends-tu d'eux ?
  – Que penses-tu du rôle du staff dans cette période ?

- **Questions :**
  – Es-tu satisfait de ce qu'ils font pour t'aider à bien fonctionner pendant cette crise ?
  – Es-tu satisfait de ce qu'ils font pour aider l'équipe à bien fonctionner ?

- **Relance :** Est-ce que certains joueurs prennent en main les choses pour aider le groupe à fonctionner de manière optimale ?

OUVERTURE / CONCLUSION

- Est-ce qu'il y a des choses qu'on n'a pas évoquées dans ce questionnaire et que tu aimerais ajouter ?
- Quelles sont tes attentes et tes besoins actuels pour gérer au mieux cette crise sanitaire ?
- Qu'aimerais-tu que le club ou le staff mette en place pour accompagner l'équipe ?
- Quelles stratégies pourraient être mises en place pour t'aider à performer pendant cette période ? Et pour l'équipe ?

Annexe 2 : Avis du CEDIS- Etude 2

Nantes Université

Nantes, le 20 décembre 2023

Dossier suivi par : Catherine BONTE
Direction de la recherche, des partenariats et de l'innovation
catherine.bonte @univ-nantes.fr
+33 (0) 2 53 00 92 29
07 87 20 45 26

N/Réf : SY/GD/CB DRPI n°2023-823

Madame Julie DORON
UFR STAPS / Labo MIP
24 rue du Recteur Schmitt
BP 92235
44322 NANTES cedex 3

Objet : Avis du CEDIS sur le projet « Déterminants psychologiques et psychosociaux du coping collectif en sport ».

Madame, Chère collègue,

Vous avez soumis à l'examen du comité d'éthique, de déontologie et d'intégrité scientifique (CEDIS ex-CERNI) de Nantes Université (n°IRB : IORG0011023), un projet intitulé « Déterminants psychologiques et psychosociaux du coping collectif en sport », dont vous assurez la responsabilité scientifique et nous vous en remercions.

L'objectif de votre étude est d'explorer les liens entre le leadership et la gestion collective du stress en contexte de performance (lors d'une saison sportive) au sein de différentes équipes sportives.

Après un examen attentif, j'ai le plaisir de vous informer que la qualification règlementaire en recherche non interventionnelle a été soumise et validée par le Comité avec le numéro de référence n°20122023.

Restant à votre disposition, je vous prie de croire, Madame, Chère collègue, en l'assurance de mes sentiments dévoués.

Guillaume DURAND
Président du CERNI

Présidence de l'université • 1 quai de Tourville
BP 13 522 • BP 44 035 Nantes Cedex 1
Tél. 02 40 99 83 83 • drpi@univ-nantes.fr
www.univ-nantes.fr

Annexe 3 : Questionnaire de l'étude 2

Ce questionnaire a été rempli sur la plateforme en ligne Qualtrics. Voici dans cette annexe les questions auxquelles les participants ont répondu.

Instruction tout au long du questionnaire :

Il est bien connu que la dimension mentale de la performance fait souvent la différence entre deux équipes. Nous cherchons à mieux comprendre comment les équipes sportives font face collectivement aux situations stressantes qu'elles peuvent rencontrer au cours d'une saison sportive. Plus précisément, nous visons à étudier si certains joueurs ont une influence dans ces moments de gestion collective. Ce questionnaire nous aidera à répondre à ces questions. Une fois les résultats traités, nous vous présenterons les conclusions de l'étude, conduisant à des recommandations en termes d'entraînement et de performance.

Vos réponses sont extrêmement précieuses pour l'étude, alors n'hésitez pas à donner votre avis en toute honnêteté et le plus spontanément possible.

À aucun moment vos entraîneurs ou coéquipiers ne pourront consulter vos réponses à ce questionnaire.

Nous vous remercions de votre aide.

I. Préambule : A propos de vous

1. Quels sont vos nom et prénom? **……**
2. Depuis combien d'années jouez-vous au hockey sur glace?
3. Depuis combien de temps (en mois) jouez-vous dans cette équipe?
4. Etes-vous capitaine ou assistant capitaine ? Oui /Non

II. Nos stratégies collectives en situations stressantes

Consigne : Dans quelle mesure ton équipe utilise-t-elle habituellement les stratégies proposées ci-dessous pour faire face collectivement à des situations stressantes (ex : situations négatives, désagréables, difficiles, problèmes) en compétition ?

Habituellement, quand nous faisons face à des situations stressantes en compétition, moi et mes coéquipiers(ères)…

	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Toujours
1. On se focalise sur les choses essentielles.	1	2	3	4	5
2. On se soutient mutuellement.	1	2	3	4	5
3. On se dit des choses rassurantes.	1	2	3	4	5
4. On met en place des stratégies pour résoudre le problème.	1	2	3	4	5
5. On se calme les un(e)s les autres.	1	2	3	4	5
6. On se rapproche les un(e)s des autres.	1	2	3	4	5
7. On fait plus d'effort.	1	2	3	4	5
8. On se motive.	1	2	3	4	5
9. On essaye de trouver des solutions.	1	2	3	4	5
10. On arrête de faire des efforts.	1	2	3	4	5

11. On cherche à se redonner confiance.	1	2	3	4	5
12. On suit le plan d'action établi ensemble.	1	2	3	4	5
13. On rigole pour minimiser l'impact de la situation.	1	2	3	4	5
14. On se réorganise collectivement pour aider un(e) coéquipier(ère) en difficulté.	1	2	3	4	5
15. On exprime nos frustrations.	1	2	3	4	5
16. On se donne à fond.	1	2	3	4	5
17. On s'encourage.	1	2	3	4	5
18. On se regroupe tous(toutes) ensemble.	1	2	3	4	5
19. On baisse les bras.	1	2	3	4	5
20. On applique les stratégies décidées collectivement.	1	2	3	4	5
21. On maintient notre attention sur les choses importantes.	1	2	3	4	5
22. On s'adapte collectivement pour faire face aux défaillances d'un(e) de nos coéquipiers(ères).	1	2	3	4	5
23. On essaye de gérer la pression.	1	2	3	4	5
24. On se crie dessus.	1	2	3	4	5
25. On utilise l'humour pour désamorcer la situation.	1	2	3	4	5
26. On donne le meilleur de nous.	1	2	3	4	5
27. On s'énerve les un(e)s contre les autres.	1	2	3	4	5
28. On prend part aux tâches d'un(e) coéquipier(ère) en difficulté.	1	2	3	4	5
29. On se concentre sur ce qu'on a à faire.	1	2	3	4	5
30. On se décourage.	1	2	3	4	5
31. On analyse la situation ensemble.	1	2	3	4	5
32. On se parle pour gérer notre stress.	1	2	3	4	5
33. On fait bloc ensemble.	1	2	3	4	5
34. On tente de se rassurer les uns(e)s les autres.	1	2	3	4	5
35. On rit pour dédramatiser la situation.	1	2	3	4	5
36. On envisage toutes les solutions possibles.	1	2	3	4	5

III. Le leadership de mes coéquipiers

Instructions : Pour chacune des affirmations ci-dessous, veuillez évaluer dans quelle mesure votre coéquipier fait preuve de qualités de leader. Choisissez un chiffre sur l'échelle ci-dessous qui va de 0 (pas du tout) à 10 (tout à fait).

PAS DU TOUT 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 TOUT À FAIT

1. Ce coéquipier agit comme « l'un des nôtres »

Liste	**Ce membre du groupe est un leader modèle.** Il représente les qualités uniques qui définissent l'équipe et ce que signifie être membre de cette équipe. Il incarne les valeurs fondamentales de l'équipe qui la rendent spéciale et la distinguent des autres équipes. Il est un membre exemplaire et modèle de l'équipe.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Ce coéquipier « joue collectif »

	Ce membre du groupe agit comme un défenseur du collectif pour le groupe. Il fait progresser et promeut les intérêts fondamentaux de l'équipe. Il soutient et, en cas de menace, défend les intérêts de l'équipe, et non ses intérêts personnels ni ceux d'autres groupes. Il nourrit des ambitions qui sont essentielles pour le groupe dans son ensemble. Il contribue à la réalisation des objectifs du groupe. Il agit pour prévenir les échecs de l'équipe et pour surmonter les obstacles à la réalisation des objectifs de l'équipe.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Ce coéquipier agit pour « nous forger un sentiment d'appartenance »

Liste	**Ce membre du groupe crée un sentiment de cohésion au sein du groupe.** Il rassemble les individus en créant un sentiment partagé du « collectif » au sein de l'équipe. Il fait en sorte que des personnes très différentes aient le sentiment qu'elles font partie de la même équipe et il renforce la cohésion et l'intégration au sein de l'équipe. Il s'assure que les gens comprennent ce que l'équipe représente (et ce qu'elle ne représente pas) en définissant des valeurs, des normes et des idéaux fondamentaux.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4. Ce coéquipier agit pour « promouvoir l'équipe »

Liste	**Ce membre du groupe crée des structures utiles aux membres de l'équipe.** Il développe des structures, des événements ou des activités qui renforcent l'existence de l'équipe et permettent aux membres du groupe de vivre leur appartenance à l'équipe. Il promeut des structures qui facilitent et inculquent une compréhension, une coordination et une réussite communes (et non des structures qui divisent ou affaiblissent l'équipe). Il donne une réalité physique à l'équipe en créant du contenu lié à l'équipe et en obtenant des résultats tangibles pour l'équipe. Il donne de l'importance à l'équipe en lui donnant de la visibilité non seulement au sein du groupe, mais aussi pour les personnes extérieures.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

IV. Le comportement de mes coéquipiers face à une situation difficile.

Instructions : Pour chacune des affirmations ci-dessous, veuillez évaluer dans quelle mesure votre coéquipier adopte un comportement de leader lorsque vous et vos coéquipiers êtes confrontés à des situations stressantes ou difficiles (ex : situations négatives, désagréables, difficiles, problèmes). Veuillez choisir un chiffre en utilisant l'échelle ci-dessous qui va de 0 (pas du tout) à 10 (tout à fait).

PAS DU TOUT 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 TOUT À FAIT

Liste	**Ce coéquipier joue un rôle important dans la mise en œuvre de stratégies collectives visant à gérer et à résoudre les problèmes.** Par exemple, il joue un rôle important pour : (a) analyser la situation et planifier une action, en utilisant le tableau blanc pour analyser une situation problématique et organiser un plan d'action commun, (b) partager les informations afin de résoudre le problème, (c) se concentrer sur les éléments pertinents lorsque nous sommes confrontés à un problème (d) revenir aux fondamentaux, aux stratégies simples, que l'équipe connaît parfaitement.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Liste	**Ce coéquipier joue un rôle important dans la mise en œuvre de stratégies collectives visant à gérer et entretenir les relations au sein de l'équipe.** Par exemple, il joue un rôle important pour (a) encourager verbalement ou non , par exemple en tapant avec sa crosse contre la bande, (b) en adaptant le jeu de l'équipe pour soulager un coéquipier en difficulté et pallier ses faiblesses, (c) en mettant en œuvre du lien social, par exemple, en se concertant en cercle, en s'encourageant en se tapant mutuellement dans les mains.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Liste	**Ce coéquipier joue un rôle important dans la mise en œuvre de stratégies collectives visant à réguler les émotions de l'équipe dans une situation difficile.** Il joue un rôle important pour (a) réguler les émotions de l'équipe, par exemple en inhibant ses propres émotions pour protéger ses coéquipiers, (b) pour rassurer, par

	exemple lorsqu'un coéquipier doute de ses capacités, (c) pour dédramatiser une situation, par exemple prendre le parti de rire de la pression exercée sur l'équipe, en la tournant en dérision pour mieux la gérer.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Liste	**Ce coéquipier joue un rôle important dans la mise en œuvre des stratégies collectives par lesquelles notre équipe s'éloigne volontairement se désengage vis-à-vis de nos objectifs communs.** Par exemple, il joue un rôle important dans (a) le désengagement de la tâche, par exemple lorsque les coéquipiers se découragent ou baissent les bras et (b) l'évacuation des émotions désagréables, par exemple lorsque les coéquipiers expriment et évacuent des émotions désagréables ou lorsqu'on s'énerve les uns contre les autres.
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nom du coéquipier	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

V. Performance sous pression

Instructions : Le point suivant concerne la capacité de l'équipe à réussir sous pression. Pour répondre à cette question, veuillez choisir le chiffre qui correspond le mieux à votre degré d'accord avec cette affirmation.

Pas du tout d'accord	Plutôt pas d'accord	En léger désaccord	Sans opinion	Légèrement d'accord	Plutôt d'accord	Tout à fait d'accord
1	2	3	4	5	6	7

En général, dans les situations difficiles, les performances de notre équipe ont tendance à être :

1 2 3 4 5 6 7

(1 = moins bonnes) (7 = meilleures)

Annexe 4 : Accord du comité d'éthique étude 3

Nantes Université

Nantes, le 20 décembre 2023

Dossier suivi par : Catherine BONTE
Direction de la recherche, des partenariats et de l'innovation
catherine.bonte @univ-nantes.fr
+33 (0) 2 53 00 92 29
07 87 20 45 26

N/Réf : SY/GD/CB DRPI n°2023-823

Madame Julie DORON
UFR STAPS / Labo MIP
24 rue du Recteur Schmitt
BP 92235
44322 NANTES cedex 3

Objet : Avis du CEDIS sur le projet « Déterminants psychologiques et psychosociaux du coping collectif en sport ».

Madame, Chère collègue,

Vous avez soumis à l'examen du comité d'éthique, de déontologie et d'intégrité scientifique (CEDIS ex-CERNI) de Nantes Université (n°IRB : IORG0011023), un projet intitulé « Déterminants psychologiques et psychosociaux du coping collectif en sport », dont vous assurez la responsabilité scientifique et nous vous en remercions.

L'objectif de votre étude est d'explorer les liens entre le leadership et la gestion collective du stress en contexte de performance (lors d'une saison sportive) au sein de différentes équipes sportives.

Après un examen attentif, j'ai le plaisir de vous informer que la qualification règlementaire en recherche non interventionnelle a été soumise et validée par le Comité avec le numéro de référence n°20122023.

Restant à votre disposition, je vous prie de croire, Madame, Chère collègue, en l'assurance de mes sentiments dévoués.

Guillaume DURAND
Président du CERNI

Présidence de l'université • 1 quai de Tourville
BP 13 522 • BP 44 035 Nantes Cedex 1
Tél. 02 40 99 83 83 • drpi@univ-nantes.fr
www.univ-nantes.fr

Annexe 5 : Questionnaire atelier et guide d'entretien du focus groupe.

Lors des ateliers les participants ont d'abord répondu à questionnaire qui a été rempli sur la plateforme en ligne Wooclap. Les différentes définitions ont été présentées en amont et une version imprimée de celles-ci restaient à disposition des participants pendant l'atelier. La partie quantitative était suivi d'un focus-groupe. Voici dans cette annexe le questionnaire, les définitions et le guide d'entretien.

Questionnaire

Question 1. Quel était ton statut à ce moment du match ?

□ sur le terrain □ sur le banc □ autre

Question 2. A ce moment du match, toi et tes coéquipiers vous sentiez-vous capable de gagner le match ?

1 2 3 4 5

(1 = Pas du tout) (5= Tout à fait)

Question 3. Pour toi et tes coéquipiers, cette situation était :

1 2 3 4 5

(1 = Totalement incontrôlable) (5= Totalement contrôlable)

Question 4. Pour toi et tes coéquipiers, cette situation était :

1 2 3 4 5

(1 = **Pas du tout stressante**) (5= **Tout à fait stressante**)

Question 5. Quel impact cette situation a eu sur la performance de l'équipe ?

1 2 3 4 5

(1 = **Totalement défavorable**) (5= **Totalement favorable**)

Question 6. Indique dans quelle mesure toi et tes coéquipiers avez eu recours à des stratégies particulières pour gérer cette situation.

Stratégie Tâche

1 2 3 4 5

(1 = Pas du tout) (5= Tout à fait)

Stratégie Emotion

1 2 3 4 5

(1 = Pas du tout) (5= Tout à fait)

Stratégie Désengagement

1 2 3 4 5

(1 = Pas du tout) (5= Tout à fait)

Stratégie Relation

1 2 3 4 5

(1 = Pas du tout) (5= Tout à fait)

Définitions à disposition des participants

Stratégie Tâche	Elles visent à mettre en place des actions, générer des efforts et/ou augmenter ses propres ressources pour gérer la situation.	On pense à des solutions technico-tactiques pour résoudre le problème, on se concentre sur ce qu'on à a faire sur les prochaines actions : - En attaque : donner le ballon à l'intérieur pour trouver un panier facile, maintenir notre attention sur les éléments importants des principes de jeu (spacing, timing,...). - En défense : tenir les 1c1, empêcher le joueur adverse le plus adroit de shooter, mettre de la pression tout terrain, on communique (annonce des écrans, des tirs...),...
Stratégie Emotions	Elles visent à gérer les émotions, pensées, sensations induites par la situation lorsque celles-ci interfèrent avec la performance ou le fonctionnement optimal de l'équipe.	Difficulté à tenir les 1c1, l'équipe encaisse des paniers faciles : on se parle pour se rassurer et/ou on rigole pour dédramatiser afin de passer à autre chose. On évoque les émotions associées à la situation et on se calme les uns les autres. On se soutien, on se concentre uniquement sur nous et non sur les éléments extérieurs (arbitres, spectateurs,...).
Stratégie Désengagement	Elles visent à se soustraire à la situation rencontrée. Elle se manifestent par des comportements amenant à se détourner de la situation et, par conséquent, à se déconnecter de la tâche et se détacher de l'objectif.	On s'énerve contre les arbitres et on conteste leurs décisions. On exprime nos frustrations (parole et/ou langage corporel) sur nos erreurs, sur notre manque de réussite,... On se fâche, on se dispute, on rejette la faute les uns sur les autres, on n'est plus solidaire, on joue chacun pour soi.
Stratégie Relation	Elles visent à maintenir les relations entre les membres d'un même groupe pendant une situation de stress.	On va taper dans la main de son coéquipier qui vient de faire une faute et on lui dit que ce n'est pas grave, on l'encourage. Les joueurs du banc encouragent en chantant "Défense… défense… défense…". On se rassemble (hoodle) et on se motive.

UNIVERSITÉ DE NANTES

Laboratoire Motricité - Interactions - Performance EA 4334 Nantes - Le Mans

MÉMO

Guide d'entretien du focus group

Objectif du focus group

Si le premier temps de l'atelier a permis d'explorer les stratégies de communal coping de manière quantitative via un questionnaire individuel, le focus group aura pour fonction d'identifier de manière qualitative les modes d'organisation et d'émergence des stratégies de communal coping au sein de votre équipe. Le fait d'interroger un groupe permettra de s'assurer de la nature collective des stratégies. L'interaction entre les membres de l'équipe ainsi que le partage des différents points de vue éclairciront le degré de partage des stratégies et les modalités de mise en place du communal coping.

Présentation aux joueurs :

« Bonjour à tous. Merci de nous accorder ce temps parmi vous pour cette deuxième et dernière étape de notre étude. Pour rappel, notre étude vise à comprendre certaines dimensions psychologiques de la performance, et plus particulièrement, comment des membres d'une équipe s'organisent collectivement pour faire face à des situations difficiles ou problématiques rencontrées en match. Lors du premier atelier, nous avons mesuré les stratégies que vous utilisez collectivement et comment vous gérez mentalement telle ou telle situation, et nous avons aussi cherché à savoir si, au sein du collectif, il y a des joueurs qui jouent des rôles particuliers. Aujourd'hui nous poursuivons le même objectif, en essayant d'enrichir les résultats en complétant notre questionnaire avec un temps d'échange collectif ».

Organisation du questionnement :

Objectif A : degré de partage de la signification de la situation pour l'équipe.

Pour chaque situation, ce premier temps a pour objectif de faire expliciter la signification de la situation pour l'équipe et de s'assurer de son orientation collective « notre problème ».

Il vise à identifier le degré de partage du stress et comment ce partage se diffuse au sein de l'équipe.

Pour les joueurs :

« Ce premier temps nous aidera à comprendre quelle signification vous donnez à la situation, et si cette signification est partagée »

Questions :

- « Comment avez-vous perçu cette situation ? Quelle signification donnez-vous à cette situation, est-ce que vous avez trouvé que c'était plutôt une situation qui vous a

challengé collectivement, ou bien peut-etre qui vous a menacé ? Est-ce que cette perception/sentiment est partagé?

- « Est-ce qu'il y a des signes particuliers, des comportements ou des attitudes de vos coéquipiers qui vous ont fait penser que cette situation était aussi stressante pour eux ? Relance : « Est-ce que dans cette situation, vous sentiez que l'équipe était stressée ? Si oui, qu'est qui vous amène à ressentir ça ? »
- « Est-ce que quand cette situation devient stressante, vous-vous le dites à haute voix, ou bien est-ce qu'il y une communication non verbale entre vous ? »
- « Est-ce que certains d'entre vous qui n'étaient pas stressés par cette situation, mais voyant certains autres joueurs stressés, vous vous êtes dit qu'il fallait malgré tout aider l'équipe à faire face collectivement ? »
- Synthèse – reformulation -

Objectif B : Stratégies de coping collectives mises en place par l'équipe pour faire face à cette situation.

Ce second temps a pour objectif de faire expliciter les efforts cognitifs et comportementaux déployés au niveau collectif pour faire face à chaque situation.

Pour faciliter la compréhension de ces différentes stratégies, nous les regrouperons en catégories en lien avec leurs fonctions. (Leprince et al., 2019).

1. Pour chaque situation présentée dans l'extrait vidéo : « Comment avez-vous réagi collectivement pour faire face à cette situation ? ».
2. Dans un second temps, les relances suivantes seront utilisées pour amener les équipes vers des formes de stratégies qu'ils n'auraient pas citées (en lien avec les 4 dimensions de communal coping, Leprince et al., 2019).

Pour les joueurs :

« Ce second temps nous aidera à comprendre quelles « actions nous menons » pour faire face à « notre problème » ».

Questions :

- Qu'avez-vous essayé de faire faire pour résoudre cette situation ? Quelles solutions avez-vous pu trouver ensemble ? Comment cela s'est-il mis en place ? Qui a joué un rôle particulier dans la mise en œuvre de cette stratégie ?

- Quelles émotions ont pu se développer chez un/ plusieurs coéquipiers / l'ensemble de l'équipe dans cette situation ? Comment avez-vous fait pour réguler ces émotions au sein de l'équipe ? Qui a joué un rôle particulier dans la mise en œuvre de cette stratégie ?
- Comment avez-vous fait pour maintenir des relations des qualités entre vous ? Pour maintenir un bon niveau de cohésion malgré cette situation ? Qui a joué un rôle particulier dans la mise en œuvre de cette stratégie ?
- Dans cette situation, est-ce qu'il vous est arrivé de baisser les bras ? Vous désengagez ? de cesser de faire les efforts nécessaires ? Comment cela s'est-il manifesté ? Qui a joué un rôle particulier dans la mise en œuvre de cette stratégie ?
- Est-ce que vous avez l'impression que la/les stratégies que vous avez mises en place ont été efficaces ? Pourquoi ? Qu'est-ce qui vous fait dire que la stratégie a été efficace ? Faire expliciter les critères d'efficacité (e.g, panier marqué, sentiment de cohésion, d'efficacité ?)

Idem si elles n'étaient pas efficaces

Terminer chaque situation en récapitulant les stratégies qu'ils ont citées, les valider avec eux.
Synthèse – reformulation -

Objectif C : Identification des leaders et influence du leadership dans la gestion collective du stress.

Après s'être assuré que la signification de la situation était bien perçue comme « notre problème » et avoir fait expliciter « les actions collectives » mises en place pour faire face par l'équipe, nous allons voir si certains joueurs ont eu des rôles particuliers dans cette situation.

Question 1 :

- Vous citez-vous X et Y comme leaders dans la situation ? Quelles sont les raisons qui vous amènent à les identifier comme leaders dans la gestion de cette situation ? Faire expliciter ce qu'ils font, disent, pensent et de quelle manière cela permet d'initier une stratégie collective ou une vision partagée de la situation de stress ?

    - Est-ce que X et Y ont dit des mots particuliers ou agit de manière particulière qui ont permis à l'équipe de gérer cette situation ? Ou bien est-ce qu'ils ont eu des comportements, des attitudes particulières dans ces situations… ? Faire expliciter au regard des définitions des différents leadership.

- Est-ce que par le passé (en match ou en compétition), X et Y ont déjà agit de la même manière dans ce type de situation.
- Est-ce que si X et Y n'ont pas ces mots ou ces comportements (reprendre ce qui a été cité précédemment) pour aider l'équipe à faire face collectivement, vous avez l'impression que l'équipe peut baisser les bras ? Si oui, vous baissez les bras juste le temps de la situation, ou est-ce que ça impacte le fonctionnement de l'équipe pendant tout le match ?
- X et Y : est-ce que vous aviez conscience de ces attentes ? Est-ce que c'est quelque chose que vous anticipiez avant le match ? Est-ce que vous vous sentez prêts et/ou préparés pour assumer ce rôle ?
- Est-ce que X et Y sont aussi des leaders hors des situations de stress, sur et en dehors du terrain ? Si oui, pourquoi ?

COLLEGE DOCTORAL PAYS DE LA LOIRE
ED EDUCATION, COGNITION, LANGAGES, INTERACTIONS, SANTE
Nantes Université

Titre : Le coping collectif dans le sport de haut niveau : conditions d'émergence et rôle du leadership identitaire.

Mots clés : coping collectif ; leadership ; dynamique de groupe ; haute-performance

Résumé : L'objectif de ce travail de thèse était de comprendre comment les membres des équipes sportives se coordonnent face aux sources de stress. Menée auprès d'équipes de haut niveau (hockey sur glace, basketball, football) dans différents contextes de stress (e.g., pandémie de Covid-19, matchs à enjeux), cette recherche contribue à enrichir un champ encore peu exploré en psychologie du sport : le coping collectif.
En mobilisant une pluralité de méthodes (étude de cas qualitative, analyse de réseaux sociaux, méthode mixte), les trois études réalisées permettent d'éclairer les conditions d'émergence du coping collectif en décrivant les facteurs psychosociaux et contextuels qui le sous-tendent, avec une attention particulière portée au rôle des leaders identitaires. Ces derniers favorisent un environnement social propice à une évaluation partagée du stress et à la mobilisation d'efforts collectifs pour y faire face.
Ce travail a également permis d'appréhender les conséquences du coping collectif sur la performance perçue. Il introduit par ailleurs le concept d'espaces transactionnels comme élément central de la mise en œuvre du coping collectif.
Sur le plan pratique, cette thèse ouvre des perspectives d'intervention visant à renforcer les ressources collectives face au stress, notamment par le développement du leadership identitaire, la structuration d'espaces transactionnels et la formation aux stratégies de coping collectif.
Cette thèse défend l'idée que mieux comprendre et développer le coping collectif constitue un levier pour améliorer la coordination entre les membres d'une équipe, ce qui pourrait générer des bénéfices significatifs en contexte de haute performance.

Title : Communal coping in high-performance sports teams: conditions of emergence and the role of identity leadership.

Keywords : communal coping ; leadership ; group dynamics ; high-performance

Abstract : The aim of this doctoral research was to understand how members of sports teams coordinate in response to stressors. Conducted within high-level sports teams (ice hockey, basketball, football) across various stressful contexts (e.g., the COVID-19 pandemic, high-stakes competitions), this work contributes to advancing a relatively underexplored area in sport psychology: communal coping.
By employing a pluralistic methodological approach (including a qualitative case study, social network analysis, and a mixed-method design) the three studies conducted identify the conditions conducive to the emergence of communal coping, by identifying key psychosocial and contextual factors, with particular attention to the role of identity leadership. Identity leaders foster a social environment conducive to shared stress appraisal and the mobilisation of collective coping efforts.
This research also examined the consequences of communal coping on perceived performance. Moreover, it introduces the concept of *transactional spaces* as a central element in the implementation of communal coping process. From a practical standpoint, this thesis opens up avenues for intervention aimed at strengthening collective resources to face stress, notably through the development of identity leadership, the structuring of transactional spaces, and training in communal coping strategies. It argues that better understanding and supporting communal coping development represents a key lever for enhancing coordination among team members, an improvement that can yield significant benefits in high-performance contexts.