

**La passion sportive chez des entraîneurs universitaires  
québécois :  
définition, développement et maintien**

**The Definition, Development and Maintenance of Passion for  
Sports among University Level Coaches in Quebec**

Jacques Plouffe, Ph.D.,<sup>1</sup> Daniel Lalande, Ph.D.,<sup>2</sup> Étienne Hébert,  
Ph.D.,<sup>2</sup> Marc-Antoine Roussel, M.Sc.<sup>1</sup> et Samuel Lemieux, M.Sc.<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Module d'études en kinésiologie, <sup>2</sup>Module d'études en psychologie  
Département des sciences de la santé  
Université du Québec à Chicoutimi  
[jacques\\_plouffe@uqac.ca](mailto:jacques_plouffe@uqac.ca)

**Résumé.**

Cette recherche porte sur la passion sportive des entraîneurs universitaires québécois. Le terme « passion » fait partie du vocabulaire sportif depuis toujours, mais peu d'entraîneurs et d'athlètes sont conscients de son développement et de son maintien dans le temps. Il semble donc que la passion sportive est un sujet dont la compréhension doit encore être peaufinée puisque rares sont les recherches qui ont tenté de cerner la passion de l'entraîneur et de l'impact que celle-ci peut avoir sur lui-même et son équipe. Les objectifs de l'étude consistent à définir la passion de l'entraîneur et à découvrir comment elle se développe et se maintient. La méthodologie utilisée est de type qualitatif/interprétatif, et dix entrevues semi-structurées ont permis aux entraîneurs universitaires de s'exprimer sur la passion sportive. Les résultats démontrent que la notion de temps et d'énergie est présente dans la définition de la passion sportive des entraîneurs. Enfin, le développement et le maintien de la passion sportive des entraîneurs semblent être favorisés par la satisfaction des besoins psychologiques de compétence, d'autonomie et d'appartenance.

**Mots Clés :**

Passion sportive, motivation, développement, entraîneurs, recherche qualitative.

**Abstract.**

This study addresses passion for sports among university-level coaches in Quebec. The term "passion" has been a part of the vocabulary in sports contexts for years, however, not many coaches and athletes are aware of how they become and stay passionate throughout the years. In fact, only a few studies have sought to better understand coaches' passion and the impact it can have on them and their team. The objectives of the present study were to define passion among coaches as well as to describe how it develops and how the coaches maintain it throughout many seasons. A qualitative/interpretative methodology was employed and semi-structured interviews were carried out with 10 university-level coaches. Results were interpreted through the Dualistic Model of Passion.

The results show that the notions of time and energy are present in the coaches' definition. Finally, it appears that the development and maintenance of coaches' passion are associated with the satisfaction of the psychological needs for competence, autonomy and relatedness.

**Keywords:**

Passion, motivation, development, coaches, qualitative research.

**Introduction.**

Il est de commune renommée que les personnes passionnées consacrent de très nombreuses heures et beaucoup d'énergie à vivre pleinement leur passion (Lafrenière, St-Louis, Vallerand & Donahue, 2012; Vallerand, 2008). En effet, elles consacraient plus de huit heures par semaine à l'activité qui les passionne (Lafrenière et al., 2012; Vallerand, 2008), et ce, sur une période d'environ six ans (Vallerand, 2008). Par ailleurs, la passion peut s'exprimer dans de très nombreux domaines d'activités, dont certains ont déjà fait l'objet de recherches. Ce fut notamment le cas des activités récréatives (Bonneville-Roussy, Lavigne & Vallerand, 2010), de l'arbitrage sportif (Philippe, Vallerand, Andrianarisoa & Brunel, 2009) et de l'enseignement (Rampa, 2012), un domaine où la passion est considérée comme un concept clé pour rehausser la qualité de l'acte d'enseigner (Carbonneau, Vallerand, Fernet & Guay, 2008). Considérant que les domaines de l'enseignement et du *coaching* sportif s'avèrent similaires, notamment sur le plan de la pédagogie et de la transmission des connaissances, il est possible de penser que la passion pourrait aussi contribuer à la qualité des interventions que l'entraîneur effectue auprès de ses athlètes. Dans cet ordre d'idées, la passion des entraîneurs a maintes fois été désignée par de nombreux chercheurs (Lafrenière, Jowett, Vallerand, Donahue & Lormier, 2008; Lafrenière, Jowett, Vallerand, & Carbonneau, 2011; Mageau & Vallerand, 2003) comme pouvant influencer positivement la performance de leurs athlètes. Toutefois, même si ces études reconnaissent l'influence de la passion de l'entraîneur, aucune de ces dernières ne précise comment elle se développe ni comment elle se maintient d'une saison sportive à une autre. En fait, rares sont les recherches qualitatives ayant tenté de définir et de comprendre spécifiquement la passion sportive de l'entraîneur universitaire ainsi que son influence sur lui-même et son équipe. De plus, il existe peu d'études francophones (Donahue, 2013) qui donnent la parole aux entraîneurs afin de connaître leurs pensées, leurs sentiments et leurs comportements en lien avec la passion sportive.

**1. Cadre conceptuel.**

Comme la passion sportive des entraîneurs universitaires n'a pas été étudiée en profondeur, il importe de se référer aux travaux portant sur le concept général de la passion et la théorie de l'autodétermination. Pour y arriver, les auteurs du présent texte se sont inspirés des nombreux travaux de Vallerand (2007, 2008, 2012, 2015; Vallerand et al., 2003) portant sur divers domaines d'activités dont le domaine sportif ainsi que sur les travaux de Deci et Ryan (1985) relatifs à l'autodétermination.

Au début des années 2000, Vallerand et al. (2003) sont parvenus à définir et à construire un modèle théorique de la passion. Ils ont, dans un premier temps,

défini le concept général de la passion comme étant une forte préférence pour une activité qui nous définit, que nous aimons et que nous jugeons importante et à laquelle nous consacrons temps et énergie.

Dans un deuxième temps, le modèle dualiste de la passion (Vallerand, 2008, 2012, 2015; Vallerand et al., 2003) a été développé à l'aide de la théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan (1985). Selon Vallerand (2008), le développement et le maintien de la passion sont possibles lorsque les besoins psychologiques fondamentaux (autonomie, compétence et appartenance) d'un individu sont satisfaits. En effet, une personne doit satisfaire ces besoins pour stimuler sa motivation autodéterminée (Deci & Ryan, 2002). Plus spécifiquement, la satisfaction de ces besoins se reconnaît lorsqu'une personne réussit à combler ses désirs d'initiative personnelle (autonomie), d'interaction efficace avec son environnement (compétence) et de relations interpersonnelles significatives (appartenance) (Deci & Ryan, 2002; Ryan & Deci, 2017).

Ce modèle développé par Vallerand (2008, 2012, 2015; Vallerand et al., 2003) permet de distinguer deux types de passion : la passion harmonieuse et la passion obsessionnelle. La distinction de ces deux types de passion s'opère grâce au processus d'intégration mis en place. D'une part, la passion est dite harmonieuse lorsque la personne choisit de façon autonome son activité, qu'elle la pratique avec flexibilité et concentration, qu'elle vit des émotions positives à son égard tout en étant dans une zone agréable de performance ou un état psychologique optimal (Vallerand et al., 2003; Vallerand, 2008, 2012). Une telle passion peut alors engendrer certains bienfaits comme l'augmentation des niveaux de satisfaction de vie (Vallerand, 2008) et de bien-être (Bonneville-Roussy et al., 2010) ainsi que le fait de vivre davantage d'expériences et d'émotions positives (Vallerand, 2008; Vallerand et al., 2008). D'autre part, l'apparition d'une passion obsessionnelle se réalise lorsque les personnes se laissent contrôler par une envie irrésistible de pratiquer l'activité qui les passionne, et ce, au détriment de leurs autres occupations (Vallerand et al., 2003). De plus, ces personnes se laissent aller à des ruminations obsessionnelles et pratiquent leur activité avec une persistance rigide, ce qui peut les amener à vivre des émotions négatives ainsi que des conflits avec leur entourage (Vallerand et al., 2003; Vallerand, 2008, 2012). La passion obsessionnelle engendre donc davantage d'inconvénients comparativement à la passion harmonieuse. Par exemple, la diminution des niveaux de bien-être (Lafrenière et al., 2008) et de satisfaction de vie (Lafrenière et al., 2012) ainsi que la hausse d'émotions et d'expériences négatives (Bonneville-Roussy et al., 2010; Philippe et al., 2009) font partie de ces inconvénients.

En ce qui concerne le développement et le maintien de la passion, elle passerait par la sélection de l'activité (préférence), par la valeur attribuée à cette dernière (importance) et par l'internalisation de l'activité (soutien à l'autonomie) (Vallerand, 2008). Donc, si l'intégration est réalisée de manière autonome, le résultat du processus consistera en une passion harmonieuse (Forest, Mageau, Sarrazin & Morin, 2010; Vallerand, 2012). Ce cas survient quand une personne s'engage dans une activité de façon volontaire (Vallerand, 2008). La passion harmonieuse fait alors partie intégrante de la personne, mais sans prendre une

place dominante, sans devenir sa priorité absolue (Vallerand et al., 2003; Vallerand, 2008, 2012, 2015).

Plus spécifiquement, en ce qui concerne les recherches sur la passion sportive, la communauté scientifique reconnaît qu'elle a des effets sur la pratique sportive et la performance. La passion d'un athlète ou d'un entraîneur, peut permettre d'améliorer le niveau de performance (Lafrenière et al., 2008; Lafrenière et al., 2011; Vallerand et al., 2008). De plus, si la passion de l'entraîneur est harmonieuse, elle peut avoir comme avantages de favoriser l'instauration d'un climat axé sur la maîtrise de la tâche sportive (Vallerand, 2008; Vallerand et al., 2008) et l'adoption de comportements soutenant l'autonomie (Lafrenière, et al., 2011; Mageau et al., 2009), ce qui, par conséquent, influence positivement la motivation intrinsèque (s'engager par plaisir dans une activité) des athlètes (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017). Une passion harmonieuse chez l'entraîneur peut aussi mener à une relation de bonne qualité entre ce dernier et ses athlètes (Lafrenière, et al., 2008; Lafrenière et al., 2011) et ainsi favoriser une pratique délibérée chez ces derniers (Bonneville-Roussy et al., 2010; Mageau et al., 2009; Vallerand, 2008; Vallerand et al., 2008). La passion harmonieuse engendre donc des émotions positives qui, à leur tour, améliorent la qualité de la relation entraîneur-athlètes (Lafrenière et al., 2008). Par contre, lorsque l'entraîneur éprouve une passion obsessionnelle, ce dernier connaît une augmentation de comportements contrôlants à l'égard de ses athlètes, ce qui entraîne des sentiments négatifs chez ceux-ci et, ultimement, ce contrôle accru influe négativement sur leur motivation (Lafrenière et al., 2011). Dans le cas d'une situation où la qualité de la relation entre l'entraîneur et les athlètes est mauvaise, un entraîneur ayant une passion obsessionnelle peut en venir à influencer négativement les niveaux de productivité, de performance et d'unité de son équipe (Philippe, Vallerand, Houliort, Lavigne & Donahue, 2010).

Au regard de ce qui précède, la présente étude est donc pertinente, d'une part, pour mieux connaître la perception des entraîneurs universitaires sur la passion sportive et, d'autre part, pour mieux comprendre le développement et le maintien de la passion sportive afin d'assurer le meilleur encadrement possible des athlètes.

Cette étude tente donc de répondre à deux questions de recherche :

- Quelle est la perception des entraîneurs universitaires concernant la passion sportive et comment la définissent-ils?
- Comment se développe et se maintient la passion sportive chez les entraîneurs universitaires?

## **2. Méthodologie.**

### **2.1 Échantillon et critères de sélection des participants.**

Le choix d'un échantillonnage théorique a comme objectif de sélectionner des sujets susceptibles de formuler, non seulement, des réponses aux questions de recherche, mais aussi de recueillir de nouvelles données pour comprendre un phénomène dans un contexte donné (Mucchielli, 2004). À cet égard, la taille de l'échantillon n'est pas déterminée par une représentativité statistique, mais plutôt par l'atteinte de la saturation empirique. Celle-ci se produit lorsque le chercheur

considère que la collecte de nouvelles données n'apporterait rien de plus au phénomène à l'étude (Savoie-Zajc, 2007; Savoie-Zajc & Karsenti, 2011). À la lumière de ces propos, les participants retenus pour la présente étude sont dix entraîneurs universitaires, car ils étaient les mieux placés pour exprimer leurs perceptions en fonction du sujet à l'étude. Il s'agissait d'entraîneurs impliqués dans les équipes sportives d'excellence de l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), appelées les *Inuk*. Ces entraîneurs universitaires oeuvraient dans différentes disciplines sportives, soit l'athlétisme, le badminton, le *cheerleading*, le golf, la natation, le soccer et le volleyball. Ces entraîneurs étaient âgés en moyenne de 31,1 (9,7) ans et ils ont tous été des athlètes actifs avec une moyenne de 15,6 (8,6) ans d'expérience dans le sport de haut niveau. De plus, ils ont en moyenne 7,7 (5,9) ans d'expérience à titre d'entraîneur et passent en moyenne 19 (10,9) heures par semaine à superviser des entraînements.

## **2.2 Entrevues semi-dirigées et collecte de données.**

Compte tenu des questions de recherche, la méthode consistant à mener des entrevues individuelles semi-dirigées avec les entraîneurs universitaires s'est imposée. Parmi les avantages associés à cette méthode se trouve l'exploration des expériences vécues par les individus interviewés. En effet, de telles entrevues permettent d'obtenir des données riches en termes de descriptions et de détails (Savoie-Zajc, 2009, Savoie-Zajc & Karsenti, 2011). Ensuite, ces entrevues permettent d'établir une relation interpersonnelle entre l'intervieweur et l'interviewé, ce qui mène le chercheur à mieux comprendre la perspective du participant (Savoie-Zajc, 2009, Savoie-Zajc & Karsenti, 2011). Le guide d'entrevues construit pour cette étude s'inspirait des travaux de Vallerand et al. (2003) et il était composé de 15 questions ouvertes qui avaient pour objectif de trouver des réponses aux questions de recherche.

À la suite de l'approbation du comité d'éthique de l'UQAC, la collecte de données a été effectuée auprès de dix entraîneurs universitaires. Ces derniers ont accepté de participer à l'étude, après avoir été contactés par téléphone et informés des objectifs de recherche. Les entrevues d'une durée moyenne de 40 minutes ont eu lieu dans un environnement calme, soit dans un local situé dans l'université. Avant le début de l'entrevue, les participants ont été informés des directives relatives au déroulement de cette dernière, notamment celle concernant le fait qu'il n'y avait pas de bonnes ou de mauvaises réponses aux questions qui leur seraient posées. L'atteinte de la saturation empirique a été obtenue avec les septièmes et huitièmes entrevues, mais les chercheurs ont tout de même effectué les entrevues restantes par courtoisie pour les entraîneurs recrutés.

## **2.3 Analyse inductive générale.**

Le principal avantage de la démarche d'analyse inductive générale est de déterminer quelles sont les significations essentielles et évidentes des données collectées relatives aux objectifs de recherche (Blais & Martineau, 2006). Cette démarche d'analyse comporte quatre étapes. La première étape consiste à faire la retranscription intégrale des entrevues semi-dirigées. Ensuite, le chercheur se doit de lire de nombreuses fois les données brutes afin d'en avoir une compréhension globale. La troisième étape a pour objet l'identification et la

description des premières catégories. Pour compléter l'analyse inductive générale, ces dernières doivent ensuite être révisées et raffinées par les chercheurs. Plus spécifiquement, les chercheurs de cette étude, lors des deux premières étapes, ont réuni sur une même page les dix réponses des entraîneurs pour chacune des questions composant le guide d'entrevues. Ils ont ensuite travaillé manuellement sur ces grandes feuilles afin d'avoir une vue d'ensemble des données brutes. Ce travail a permis l'identification des premières catégories ainsi que leur révision et leur raffinement. Cette démarche d'analyse a aussi été accompagnée d'un codage parallèle en aveugle afin d'assurer la rigueur scientifique de l'analyse des données qualitatives par un processus de triangulation des données et des analystes (Blais & Martineau, 2006).

### **3. Analyse et discussions des résultats.**

Pour comprendre la passion sportive des entraîneurs universitaires, les participants ont décrit leurs perceptions concernant les caractéristiques d'un entraîneur passionné ainsi que le développement et le maintien de leur passion. Les résultats obtenus permettent de répondre aux deux questions de recherche, soit de définir la passion sportive et de comprendre le développement et le maintien de la passion des entraîneurs universitaires.

#### **3.1 Les caractéristiques d'un entraîneur passionné.**

L'analyse inductive permet de constater que l'ensemble des participants de cette étude sont très impliqués et engagés dans leur sport afin de contribuer à son essor. Ces entraîneurs ne comptent pas leurs heures et ils sont prêts à faire des sacrifices pour s'améliorer. Selon eux, cette implication est une façon de démontrer leur degré de passion, et tous mentionnent vivre cette passion. À cet égard, voici le témoignage de l'entraîneur E1 : « Je ne calcule pas le temps que je passe à préparer les entraînements ou tout le temps que je passe au soccer parce que - je me répète depuis le début - pour moi, c'est une véritable passion ! »

À ce sujet, des études ont confirmé que les personnes passionnées ont tendance à s'investir de façon très importante par rapport à leur passion (Lafrenière et al., 2012; Vallerand, 2008). En effet, une personne passionnée consacrerait une moyenne de huit heures et demie par semaine à sa passion (Vallerand, 2008), ce qui représenterait environ dix pour cent du temps total d'éveil de l'individu passionné (Lafrenière et al., 2012). Dans le cas de l'étude actuelle, les entraîneurs disent consacrer environ 19 heures par semaine à leur passion, ce qui est nettement supérieur aux résultats des études précédentes et qui laisse penser que ces entraîneurs sont véritablement passionnés. Toutefois, deux d'entre eux estiment investir parfois un peu trop d'énergie dans leur passion, et les citations suivantes en font foi :

Tu prends peut-être ça parfois un peu trop à cœur. Ces temps-ci, ça me gruge beaucoup d'énergie, trop d'énergie ! (E7)

Tu peux être un peu trop plongé dans ce que tu aimes ! (E9)

Les résultats mettent également en relief que les entraîneurs passionnés démontrent de l'intérêt, de l'amour pour ce qu'ils font, de la motivation, la volonté d'enseigner leur savoir et le souhait de léguer leur passion à leurs

athlètes. En ce sens, voici les témoignages de deux entraîneurs résumant les propos des participants :

Ce que le sport m'a donné, je souhaite lui redonner. (E2)

Ça me permet de redonner aussi aux autres ce qu'on m'a donné. (E10)

De plus, la totalité des entraîneurs de cette étude mentionne que le fait d'avoir de bonnes relations entraîneur-athlètes permet de bien encadrer ces derniers. En effet, elles favorisent un climat de confiance et elles facilitent la communication et l'écoute mutuelle. Selon eux, le fait d'être un entraîneur passionné permet de telles relations positives. Dans le même sens, l'étude de Lafrenière et al. (2008) mentionne qu'une passion harmonieuse mène à une meilleure qualité de la relation entre l'entraîneur et les athlètes. En effet, la passion harmonieuse engendre des émotions positives qui, à leur tour, améliorent la qualité de cette relation (Lafrenière et al., 2008). Dans un même ordre d'idées, un entraîneur nourrissant une passion harmonieuse tend à adopter des comportements soutenant l'autonomie, ce qui influence de façon positive les sentiments des athlètes (Lafrenière et al., 2011). L'effet opposé est aussi possible dans le cas où l'entraîneur entretient une passion obsessive. En pareil cas, l'entraîneur adopte des comportements contrôlants qui influencent alors négativement les sentiments des athlètes (Lafrenière et al., 2011).

Enfin, l'ensemble des entraîneurs énumère d'autres caractéristiques importantes pour décrire un entraîneur passionné comme le fait de vouloir en apprendre davantage, être compétent, se perfectionner et se mettre à jour en suivant des formations sur le *coaching*. À cet égard, voici les propos d'un de ces entraîneurs : « Moi, je pense que l'entraîneur qui est passionné va toujours vouloir se perfectionner, faire des formations afin de se renouveler. Pour moi, un entraîneur passionné, c'est quelqu'un qui veut vraiment se perfectionner et aller plus loin. » (E1)

### **3.2 La perception de la passion sportive selon les entraîneurs: la définition.**

L'analyse des données qualitatives recueillies auprès des participants de cette étude permet de définir la passion sportive des entraîneurs. Celle-ci se définit comme étant le fait que les entraîneurs redonnent au sport ce que ce dernier leur a apporté en s'impliquant à fond, entre autres, en y consacrant énormément de temps ainsi qu'en faisant profiter les autres de leur expertise et de leurs connaissances. Cette définition s'approche de celle de Vallerand et al. (2003) puisqu'ils définissent la passion comme étant une forte préférence pour une activité qui nous définit, que nous aimons et que nous jugeons importante et à laquelle nous consacrons temps et énergie. La principale ressemblance entre ces deux définitions concerne la grande implication en temps et en énergie dans l'activité choisie. De plus, comme mentionné par certains entraîneurs, la passion peut en venir à prendre un peu trop d'énergie, un peu trop de place dans la vie des individus passionnés. Sur ce sujet, un lien peut être établi avec la passion obsessive. En effet, contrairement à la passion harmonieuse, la passion obsessive contrôle l'individu et peut mener ce dernier à négliger les autres aspects de sa vie (Vallerand, 2008, 2015).

Par contre, il existe deux différences notables entre la définition de Vallerand et al. (2003) et celle provenant des résultats de cette étude. D'abord, les

entraîneurs ont insisté sur leur volonté de faire profiter les autres de leur expérience et de leurs connaissances, mais surtout ils souhaitent redonner au sport ce que ce dernier leur a apporté. Ces différences sont principalement dues au contexte de la recherche actuelle qui traite de la passion chez les entraîneurs sportifs tandis que Vallerand et al. (2003) traitait de la passion en général.

### **3.3 Le développement et le maintien de la passion sportive selon les entraîneurs.**

Les entraîneurs participant à cette étude mentionnent que la notion de transfert de la passion sportive est importante pour son développement et son maintien. En effet, sept entraîneurs sur dix pensent qu'il faut être en mesure de transmettre sa passion pour assurer son développement et son maintien. Le propos de cet entraîneur illustre bien ce principe :

C'est quelque chose qui se fait quand même naturellement. Si tu fais vivre des sensations aux athlètes et que tu vis ces sensations en tant qu'entraîneur, je pense que la passion va se transférer de l'entraîneur à l'athlète. (E5)

Par ailleurs, quelques entraîneurs considèrent que la motivation engendre la passion, et le témoignage de l'entraîneur E1 en fait état : « plus tu es motivé à faire une chose, plus tu vas devenir passionné. »

Ensuite, plus de la moitié des entraîneurs soutiennent que certains éléments sont nécessaires pour développer et maintenir leur passion. Ces derniers font référence à l'intérêt qu'ils montrent envers l'activité sportive ainsi qu'au fait d'avoir été un athlète passionné dans le passé. Les citations suivantes résument ces propos :

C'est lorsque tu as été un athlète passionné que tu deviens un entraîneur passionné. (E4)

Enfin, l'ensemble des entraîneurs conclut qu'il faut un certain temps afin de devenir un entraîneur passionné. En ce sens, voici un extrait relatant cet avis : « Un moment donné, c'est beaucoup [de temps]! On met plusieurs heures là-dedans! C'est gratifiant sur le plan personnel et sur l'expérience, mais ça prend du temps. » (E10)

Bien que le transfert de la passion n'ait pas beaucoup été étudié dans la littérature scientifique (Donahue, 2013), le concept général de transfert a toutefois fait l'objet de certaines recherches. En effet, le transfert se produit lorsque des connaissances sont construites dans un contexte particulier et qu'elles sont ensuite reprises dans un nouveau contexte, que ce soit pour acquérir de nouveaux apprentissages ou accomplir de nouvelles tâches (Brisebois, 2006; Michaud, 2003; Tardif, 1999). Au regard de ce qui précède, le fait d'avoir été un athlète dans le passé, de démontrer un intérêt pour le *coaching* et d'investir beaucoup de temps dans cette activité pourrait contribuer au transfert de la passion de l'entraîneur aux athlètes.

Au-delà de la notion de transfert de la passion, de nombreux éléments semblent avoir la capacité de favoriser le développement et le maintien de la passion sportive. En effet, neuf entraîneurs sur dix pensent que les liens sociaux, les résultats, le soutien administratif et le perfectionnement peuvent contribuer au développement et au maintien de la passion.



Neuf entraîneurs sur dix abordent l'aspect des liens sociaux dans leurs témoignages. Ils font référence à l'importance d'un bon esprit d'équipe, à l'attitude positive des athlètes ainsi qu'à la gratitude que ces derniers leur expriment. Les citations qui suivent rendent compte de l'influence de ces liens sociaux sur le développement et le maintien de la passion des entraîneurs :

Avoir des athlètes motivés, ça amène un meilleur esprit d'équipe, une meilleure cohésion pendant la saison ce qui se traduit par un développement et le maintien de la passion sportive. (E2)

Quand mes athlètes sont présents de corps et d'esprit, qu'ils prennent des initiatives pour commencer l'entraînement et qu'ils s'amusent, je me sens plus passionné. (E7)

Par ailleurs, quelques entraîneurs sont d'avis que le fait de côtoyer d'autres personnes passionnées peut aussi aider au développement et au maintien de leur passion dans le temps. Par exemple, les citations suivantes soulignent cette situation :

C'est certain que les discussions avec les autres entraîneurs et mes athlètes, ça augmente ma passion! Moi je pense que, quand on côtoie des gens passionnés, la passion devient contagieuse. (E4)

Je pense que la communication avec les gens qui nous entourent peut aider à développer la passion sportive. (E1)

C'est en ayant eu un bon modèle dans mon passé d'athlète que j'ai pu développer ma passion. Aujourd'hui, le fait d'avoir un certain soutien de mon entourage en général, ça m'aide à conserver ma passion. (E5)

Finalement, plusieurs entraîneurs mentionnent que le fait d'avoir une bonne relation et une bonne communication avec les athlètes contribue au développement et au maintien de leur passion. L'extrait qui suit soutient cette affirmation : « Je pense que si on a un bon contact et une bonne relation avec nos athlètes, ça va augmenter notre passion. » (E9)

Un autre élément soulevé par huit des dix entraîneurs pour développer et maintenir leur passion concerne les résultats, autant les victoires que la progression des athlètes. Les deux témoignages suivants montrent l'importance de la fixation des objectifs sur la passion :

Avoir des objectifs sur les plans physique, technique, tactique et mental me permettent de suivre leur progression, et ça encourage ma passion et, je pense, celle de mes athlètes. (E9)

J'encourage toujours le processus plutôt que les résultats parce que je pense que l'implication dans le processus nourrit la passion. (E1)

Le troisième élément abordé par six des dix entraîneurs concerne le soutien administratif qui leur est offert. Ils ont souligné l'importance d'avoir une bonne structure organisationnelle. Selon eux, le fait d'avoir la confiance des membres de l'organisation sportive aide beaucoup à assurer le développement et le maintien de la passion sportive. Dans le cas inverse, la pression semble nuire à la passion. Les extraits suivants résumant leurs pensées :

Mon C.A. [conseil d'administration] a beaucoup d'expérience, et ça me donne confiance puisqu'il m'appuie dans mes décisions. Je ne sens pas qu'ils remettent en question mes décisions. Et c'est un facteur de protection de ma passion. (E8)

Mon club sportif existe depuis un certain temps, et sa structure de fonctionnement est bien installée, ce qui fait que je passe plus de temps à *coacher* qu'à faire de l'administration. (E2)

Il y a quelques années, j'étais dans un club où je n'avais pas le soutien de l'administration. Je devais me battre sur chaque décision et ça me mettait beaucoup de pression pour performer. Si la structure n'est pas derrière toi, si elle ne t'appuie dans ce que tu fais, c'est sûr que ça va affecter ta passion. (E6)

Par ailleurs, la moitié des entraîneurs font ressortir un quatrième élément, soit la contribution du perfectionnement en *coaching* dans le développement et le maintien de la passion sportive. Les citations qui suivent soutiennent cet aspect :

C'est vraiment important de s'informer et de se tenir à jour, justement, pour augmenter ta passion ou la maintenir. Il faut vraiment avoir quelqu'un qui va t'aider à développer tes connaissances dans le domaine. Donc, oui, je pense que les formations, c'est bénéfique pour la passion. (E9)

Le fait d'avoir l'occasion d'être formé par des entraîneurs reconnus, ça contribue au développement de ma passion. (E4)

La littérature scientifique décrit, à l'instar des données recueillies auprès des entraîneurs, divers éléments (les liens sociaux, les résultats, le soutien administratif et le perfectionnement) influençant le développement et le maintien de la passion (Balon, Lecoq & Rimé, 2013; Carbonneau et al., 2008; Gagné & Deci, 2005; Mageau et al., 2009; Vallerand, 2008; Xanthopoulou et al., 2012). Toutefois, ces recherches font référence à la motivation et à la satisfaction des besoins psychologiques fondamentaux (autonomie, compétence, appartenance) (Deci & Ryan, 2002, Ryan & Deci, 2017) pour aborder ces différents éléments. En effet, de nombreux chercheurs sont d'avis que la motivation peut engendrer une augmentation de la passion (Cardon, 2008; Mageau et al., 2009; Philippe et al., 2009; Ryan & Deci, 2007, 2017; Sié & Yakhlef, 2009; Vallerand et al., 2003; Vallerand, 2012, 2015). Ainsi, en comblant les besoins psychologiques fondamentaux, il est possible de contribuer au développement et au maintien de la passion chez les entraîneurs universitaires.

Pour les entraîneurs, le fait d'établir une bonne relation entraîneur-athlètes, d'avoir la reconnaissance de ces derniers, de côtoyer d'autres personnes passionnées et de mettre en place un bon esprit d'équipe sont des éléments qui contribuent à la satisfaction de leur besoin d'appartenance, ce qui permet de développer et de maintenir leur passion. Il en est de même lorsqu'ils travaillent avec des athlètes motivés. De plus, l'atteinte d'objectifs, les victoires et la progression des athlètes participent à la satisfaction de leur besoin de compétence, ce qui favorise également le développement et le maintien de leur passion. Ensuite, les clubs sportifs ayant une structure organisationnelle efficace et démontrant une réelle confiance en leurs entraîneurs concourent à satisfaire leur besoin d'autonomie et, par la même occasion, favorisent l'essor de leur passion sportive (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017).

Par ailleurs, les résultats obtenus peuvent être analysés sous l'angle du modèle dualiste de la passion (Vallerand et al., 2003). En effet, certains entraîneurs interviewés ont apporté une nuance intéressante en ce qui a trait aux objectifs de progression qu'ils mettent de l'avant. Ceux-ci mentionnent que, pour qu'un objectif puisse contribuer à la passion sportive, ce dernier doit être axé sur

le processus plutôt que sur les résultats. Cette conclusion rejoint les propos de Vallerand et al. (2008) à savoir que les entraîneurs ayant une passion harmonieuse ont tendance à favoriser l'utilisation des objectifs axés sur la maîtrise de la tâche sportive. En effet, cette façon de faire peut contribuer à l'amélioration de la performance (Vallerand et al., 2008). Dans le même sens, Mageau et al. (2009) affirment que la qualité de l'encadrement sportif des entraîneurs a une influence positive sur le développement de la passion harmonieuse.

Bien que les entraîneurs de cette étude n'aient pas démontré une passion obsessionnelle, certains d'entre eux ont tout de même mis de l'avant qu'ils vivaient une certaine pression. Qu'elle soit en termes de résultats ou de soutien administratif, cette pression peut nuire au développement de leur passion harmonieuse. Si cette pression devenait plus grande, des comportements contrôlants pourraient faire leur apparition, ce qui serait alors associé à une passion obsessionnelle (Balon et al., 2013; Mageau et al., 2009; Vallerand, 2008). Par exemple, les comportements contrôlants d'une organisation sportive et les entraîneurs avec une personnalité ayant tendance à être gérée par des pressions internes et externes sont susceptibles de développer une passion obsessionnelle (Balon et al., 2013; Mageau et al., 2009; Vallerand et al., 2006; Vallerand, 2008, 2012).

## **Conclusion.**

Cette étude a permis de définir la passion sportive chez les entraîneurs universitaires, ce qui a permis de répondre à la première question de recherche. En effet, la passion sportive se définit comme étant le fait que les entraîneurs redonnent au sport ce que ce dernier leur a apporté en s'impliquant à fond, entre autres, en y consacrant énormément de temps ainsi qu'en faisant profiter les autres de leur expertise et de leurs connaissances. De plus, cette étude permet de répondre à la deuxième question de recherche, c'est-à-dire avoir une meilleure compréhension du développement et du maintien de la passion sportive. À cet égard, les résultats démontrent que, lorsque les entraîneurs voient leurs besoins psychologiques fondamentaux satisfaits, leur passion se développe et se maintient dans le temps.

Par ailleurs, les résultats mettent en évidence que les entraîneurs ont su s'exprimer sur les deux types de passion identifiés dans le modèle dualiste de la passion (Vallerand et al., 2003). D'une part, l'analyse des données qualitatives mène à établir des liens entre la passion harmonieuse et l'utilisation des objectifs axés sur la maîtrise de la tâche sportive, ce qui contribue à l'amélioration de la performance. D'autre part, les résultats mettent en lumière que la pression vécue par les entraîneurs, qu'elle soit interne ou externe, peut favoriser le développement d'une passion obsessionnelle.

Enfin, cette étude peut avoir des implications sur le plan pratique, car elle pourra permettre une meilleure formation des futurs entraîneurs. Pour y arriver, des recherches futures sont toutefois nécessaires, entre autres, pour en connaître davantage sur les bienfaits découlant de cette passion.

## **Bibliographie.**

- Balon, S., Lecoq, J. & Rimé, B. (2013). Passion and personality: Is passionate behaviour a function of personality? *Europea review of applied psychology*, 63(1), 59. doi: 10.10.16/j.erap.2012.06.001
- Blais, M. & Martineau, S. (2006). L'analyse inductive générale : description d'une démarche visant à donner un sens à des données brutes. *Recherches qualitatives*, 26(2), 1-18.
- Bonneville-Roussy, A., Lavigne, G. & Vallerand, R. J. (2010). When passion leads to excellence: The case of musicians. *Psychology of Music*, 39(1), 123-138. doi:10.1177/0305735609352441
- Brisebois, G. (2006). *Étude exploratoire du transfert des apprentissages chez les athlètes de haut niveau dans un contexte de réorientation*. (Mémoire de maîtrise inédit). Université de Sherbrooke, QC.
- Carbonneau, N., Vallerand, R.J., Fernet, C. & Guay, F. (2008). The role of passion for teaching in intrapersonal and interpersonal outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 100(4), 977-987.
- Cardon, M.S. (2008). Is passion contagious? The transference of entrepreneurial passion to employees. *Human Resource Management Review*, 18(2), 77-86. doi:10.1016/j.hrmr.2008.04.001
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, NY: Plenum Press.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Donahue, É. (2013). *La transmission de la passion : étude de l'impact des individus passionnés sur les autres*. (Thèse de doctorat inédite). Université du Québec à Montréal, QC.
- Forest, J., Mageau, G.A., Sarrazin, C. & Morin, E.M. (2010). Work is my passion: The different affective, behavioral, and cognitive consequences of harmonious and obsessive passion toward work. *Canadian Journal of Administrative Sciences*, 28(1), 27-40. doi:10.1002/cjas.170
- Gagné, M. & Deci, E.L. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26(4), 331-362. doi:10.1002/job.322
- Lafrenière, M.A.K., Jowett, S., Vallerand, R.J., Donahue, E. & Lormier, R. (2008). Passion in sport: On the quality of the coach-athlete relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(5), 541-560.
- Lafrenière, M.A.K., Jowett, S., Vallerand, R.J. & Carbonneau, N. (2011). Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship: The mediating role of coaching behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(2), 144-152. doi:10.1016/j.psychsport.2010.08.002
- Lafrenière, M.A.K., St-Louis, A., Vallerand, R.J. & Donahue, E.G. (2012). On the relation between performance and life satisfaction: The moderating role of passion. *Self and Identity*, 11(4), 516-530. doi:10.1080/15298868.2011.616000
- Mageau, G.A. & Vallerand, R.J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904.
- Mageau, G.A., Vallerand, R.J., Charest, J., Salvy, S.J., Lacaille, N., Bouffard, T. & Koestner, R. (2009). On the development of harmonious and obsessive passion: The role of autonomy support, activity specialization, and identification with the activity. *Journal of Personality*, 77(3), 601-645 doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00559.x
- Michaud, G. (2003). *Étude du transfert des apprentissages dans le cadre de démarches de counseling d'orientation*. (Thèse de doctorat inédite). Université de Sherbrooke, QC.
- Mucchielli, A. (2004). *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines* (2<sup>e</sup> éd.). Paris : Armand Colin.

- Philippe, F.L., Vallerand, R.J., Andrianarisoa, J. & Brunel, P. (2009). Passion in referees: Examining their affective and cognitive experiences in sport situations. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 1-21.
- Philippe, F.L., Vallerand, R.J., Houliort, N., Lavigne, G.L. & Donahue, E.G. (2010). Passion for an activity and quality of interpersonal relationships: The mediating role of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(6), 917-932.
- Rampa, S.H. (2012). Passion for Teaching: A Qualitative Study. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47, 1281-1285. doi:10.1016/j.sbspro.2012.06.812
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2007). Active human nature: Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M.S.D. Hagger et N.L.D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport* (pp. 8-28). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York, NY: The Guilford Press.
- Savoie-Zajc, L. (2007). Comment peut-on construire un échantillonnage scientifiquement valide? *Recherches Qualitatives- Hors série- numéro 5*. Actes du colloque recherche qualitative : les questions de l'heure. 99-111.
- Savoie-Zajc, L. (2009). L'entrevue semi-dirigée. In B. Gauthier (Ed.), *Recherche sociale. De la problématique à la collecte des données (5th ed., pp.337-360)*. Sainte-Foy, QC : Presses de l'Université du Québec.
- Savoie-Zajc, L. & Karsenti, T. (2011). La méthodologie. In T. Karsenti & L. Savoie-Zajc (Eds.), *La recherche en éducation : étapes et approches* (pp. 109-122). Montréal, QC : ERPI.
- Sié, L. & Yakhlef, A. (2009). Passion and expertise knowledge transfer. *Emerald Group Publishing Limited Journal of Knowledge Management*, 13(4), 175-186.
- Tardif, J. (1999). *Le transfert des apprentissages*. Montréal, QC : Les Éditions Logiques.
- Vallerand, R.J., Blanchard, C.M., Mageau, G.A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Gagné, M. & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756-767.
- Vallerand, R.J., Rousseau, F., Gouzet, M., Dumais, A., Grenier, S. & Blanchard, C. (2006). Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 454-478.
- Vallerand, R.J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. In M.S.D. Hagger et N.L.D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport* (pp. 255-279). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vallerand, R.J. (2008). On the Psychology of Passion. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*. 49(1), 1-13.
- Vallerand, R.J., Mageau, G.A., Elliot, A.J., Dumais, A., Demers, M.A. & Rousseau, F. (2008). Passion and performance attainment in sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 9(3), 373-392. doi:10.1016/j.psychsport.2007.05.003
- Vallerand, R.J. (2012). The Dualistic Model of Passion in Sport and Exercise. In G.C. Roberts et D.C. Treasure (Eds.), *Advances in motivation in sport and exercise* (3rd ed., pp. 169-206). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vallerand, R.J. (2015). *The Psychology of passion: A dualistic model*. New York, NY: Oxford University Press.
- Xanthopoulou, D., Bakker, A.B., Ilies, R., Forest, J., Mageau, G.A., Crevier-Braud, L., Bergeron, É., ... Lavigne, G.L. (2012). Harmonious passion as an explanation of the relation between signature strengths' use and well-being at work: Test of an intervention program. *Human Relations*, 65(9), 1233-1252. doi:10.1177/0018726711433134