
L'effet tampon du soutien social sur l'impact des stressseurs rencontrés par les adolescents en structure de pratique intensive : une étude longitudinale sur une saison sportive

Valentin Duvert-Chenebert^{*1,2}, Aurélie Campagne³, and David Trouilloud⁴

¹Sport et Environnement Social – Université Grenoble Alpes, Université Grenoble Alpes : EA3742 – France

²Laboratoire de Psychologie et NeuroCognition – Université Grenoble Alpes – France

³Laboratoire de Psychologie et NeuroCognition (LPNC) – UGA-CNRS – France

⁴Laboratoire Sport et ENvironnement Social (UFRAPS) – Université Grenoble Alpes – France

Résumé

Introduction. Les athlètes engagés dans une pratique sportive intensive sont confrontés à de nombreuses exigences dits " stressseurs ", liées à leur pratique compétitive (e.g., la préparation des compétitions), leur organisation sportive (e.g., l'atmosphère au sein du club), ou à leur vie personnelle (e.g., un déménagement) (Arnold & Fletcher, 2021). Ces stressseurs sont susceptibles d'avoir des répercussions négatives sur les athlètes en impactant notamment leurs états émotionnels, leur bien-être, performances (Fletcher et al., 2006) et risque de blessure (Chyi et al., 2024). Le stress-buffering model (Cohen & Wills, 1985) suggère que le soutien social dont les athlètes bénéficient est susceptible d'atténuer l'impact des stressseurs rencontrés. Cet effet tampon du soutien social est soutenu par plusieurs travaux en contexte sportif, montrant notamment que le soutien fourni par l'entraîneur peut atténuer l'impact de certains stressseurs compétitifs (Duvert-Chenebert et al., 2025).

Au sein des structures de pratique intensive (e.g., pôle espoir), les athlètes évoluent dans des organisations complexes et plurielles (i.e., lycée, club, structure sportive) où les stressseurs organisationnels peuvent être particulièrement importants. Basée sur la théorie des besoins psychologique fondamentaux (Vansteenkiste et al., 2020), cette étude vise à explorer l'effet tampon du soutien fourni par l'entraîneur sur l'impact des stressseurs organisationnels sur les états émotionnels et les risques de blessure d'adolescents-athlètes engagés au sein de structure de pratique intensive, au cours d'une saison sportive.

Méthode. 204 athlètes (163 hommes, Mâge = $15,49 \pm 0,68$ ans) engagés au sein de structures d'accession au haut niveau en rugby ont évalué leurs perceptions des stressseurs organisationnels, de leurs états émotionnels et du soutien fourni par leur entraîneur (en termes de soutien de la compétence, de l'autonomie, et de la proximité sociale) tous les deux mois au cours d'une saison sportive. De plus, leurs blessures au cours de la saison ont été également recueillies par le biais des staffs des athlètes. Différentes analyses sont envisagées pour répondre aux objectifs de l'étude, telles que des modèles multiniveaux de croissance et/ou des modèles auto-régressifs à effets décalés.

*Intervenant

Résultats. Les analyses préliminaires indiquent que certains stressors organisationnels (liés aux objectifs et développement de la carrière, et liés à leur sélection pour les compétitions futures) sont particulièrement présents pour les adolescents-athlètes en début saison. La suite des analyses, en cours de réalisation, permettra d'investiguer l'effet tampon du soutien de l'entraîneur (perçu par les athlètes) sur l'impact de ces stressors organisationnels.

Discussion. Les résultats de cette étude seront discutés au regard de leur contribution aux connaissances scientifiques sur l'effet tampon du soutien social sur l'impact des stressors. Leurs potentielles implications pratiques relatives à l'accompagnement des adolescents-athlètes en contexte de pratique intensive seront également considérées.

Bibliographie

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

Chyi, T., Lu, F. J. H., Hsieh, Y.-C., Hsu, Y.-W., Gill, D. L., & Fang, B.-B. (2024). Relationship Between Athletes' History of Stressors and Sport Injury: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Perceptual and Motor Skills*, *131*(1), 192–218. <https://doi.org/10.1177/00315125231216329>

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, *98*(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>

Duvert-Chenebert, V., Campagne, A., & Trouilloud, D. (2024). Sport-related stressors and athletes' emotional states in intensive rugby training centers: The buffering effect of coach's need-supportive style. *Movement & Sport Sciences - Science & Motricité*. <https://doi.org/10.1051/sm/2024028>

Fletcher, D., Hanton, S., & Mellalieu, S. (2006). An organisational stress review: Conceptual and theoretical issues in competitive sport. In *Literature Reviews in Sport Psychology* (pp. 321–374).

Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion*, *44* (1), 1–31. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1>