HAL
open science

Analyse psycho-sociologique et interculturelle des comportements à l'entrainement et lors de la compétition chez des jeunes nageuses chinoises et françaises

Monique Allès-Jardel, Wanyun Zhang

To cite this version:

Monique Allès-Jardel, Wanyun Zhang. Analyse psycho-sociologique et interculturelle des comportements à l'entrainement et lors de la compétition chez des jeunes nageuses chinoises et françaises. Kabaro, revue internationale des Sciences de l'Homme et des Sociétés, 2010, Construction identitaire et interculturalité dans le monde indo-océanique, V (6-7), pp.209-223. hal-03538420

HAL Id: hal-03538420

https://hal.univ-reunion.fr/hal-03538420

Submitted on 21 Jan 2022

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

ANALYSE PSYCHO-SOCIOLOGIQUE ET INTERCULTURELLE DES COMPORTEMENTS À L'ENTRAÎNEMENT ET LORS DE LA COMPÉTITION CHEZ DES JEUNES NAGEUSES CHINOISES ET FRANÇAISES

MONIQUE ALLES-JARDEL ET WANYUN ZHANG
LABORATOIRE S.O.I. SPORT ORGANISATION IDENTITÉ
UNIVERSITÉ TOULOUSE PAUL SABATIER

Résumé

Le travail présenté consiste en une étude comparative sur l'influence de variables personnelles et socio-culturelles sur les comportements à l'entraînement et lors de la compétition chez des nageuses chinoises et françaises de haut niveau (8 nageuses chinoises âgées de 17 à 21 ans et 6 nageuses françaises âgées de 14 à 21 ans).

- Pour les variables personnelles nous avons prise en compte la gestion du stress et des émotions et les stratégies de coping avec un questionnaire comprenant 45 items répartis en 8 catégories utilisées pour gérer ce stress ainsi que les différences génétiques et morphologiques entre les 2 groupes
- Pour les variables socio-culturelles nous avons procédé à des analyses comparatives entre les deux sociétés portant sur : le système de management et d'entraînement sportif, l'impact du type de société et de la culture traditionnelle pour la Chine.

Mots-clés : précompétition – nageuses – émotion – stress, stratégie de coping – gestion d'entraînement – comparaison sociale.

Abstract

The work presented consists in a comparative study on the influence of the personal and socio-cultural variables on the behaviours during the training and during the competition of the chinese and french swimmers of high level (8 chinese swimmers between 17 to 21 years old and 6 french swimmers between 14 to 21 years old).

- For the personal variables, we have taken into account the management of stress and emotions and the coping strategies with a questionnary including 45 items dispatched into 8 categories used to manage this stress along with the genetical and morphological differences between the two groups.
- For the socio-cultural variables, we have proceeded at the comparative analysis between the two societies on the system of management and athlete training, the impact of the type of society and of the traditional culture for China.

INTRODUCTION

La situation des sportives de haut niveau avant les compétitions est considérée comme particulière dans la mesure où elles sont confrontées à énormément d'émotions dues au stress résultant de l'exigence de l'entraînement tant au niveau physique qu'au niveau psychologique et de la fréquence des compétitions. Ces phénomènes se manifestent, surtout, lors des périodes de pré-compétitions. Folkman et Lazarus (1980), définissent l'émotion comme « un ensemble de réactions complexes et organisées psychologiquement, composées d'évaluations cognitives, l'impulsion à l'action et de patterns de réactions somatiques ». Les émotions influencent le traitement de l'information et le contenu cognitif en jouant un rôle important dans la prise de décision et la planification. Elles affectent, donc, largement les stratégies efficaces de « coping » adaptées à la situation stressante.

Aujourd'hui, de plus en plus d'études sur l'émotion et les stratégies de coping sont consacrées par les chercheurs aux sportives avec pour but d'améliorer la performance et le bien-être physique, mental et social de ces athlètes.

De plus, selon Gordan (1985), la culture influence nos normes sociales, les valeurs, les cognitions, les perceptions sociales, les attributions, les sentiments, et les sources de motivation. Cette recherche se propose également d'analyser l'impact culturel et politique sur la psychologie cognitive des athlètes de haut niveau dans une culture occidentale (La France) et une culture asiatique (la Chine)

Notre hypothèse s'inscrit par conséquent dans une perspective psychosociologique d'ordre intra-individuelle et inter-individuelle et consiste en une comparaison des similitudes et divergences manifestées par les nageuses chinoises et françaises de haut niveau à propos de leurs sources de stress, leurs émotions et leurs stratégies de coping lors des périodes précompétitives.

MÉTHODE

Participantes : (N=14) 8 nageuses chinoises âgées de 17 à 21 ans et 6 nageuses françaises âgées de 14 à 21 ans. Elles pratiquent toutes la compétition au niveau national ou au moins au niveau régional.

Mesures : Notre questionnaire se compose de trois parties :

1. la première question porte sur la période d'entraînement pré-compétitif. Quel est le moment où sont ressenties les sources principales de stress ? Il s'agit ici de repérer les situations stressantes et parmi celles-ci de déterminer la plus perturbante.

2. la mesure du « coping des athlètes » : Tang X M (2001) a révisé la version chinoise de Charles, Carver, Michael, Scheier (1989) « COPE » traduit par Wei Y H et Tang S Q, (1997) par une étude statistique de l'évaluation du coping de 276 athlètes, se répartissant en 45 items de 8 catégories (F1 Recherche de soutien social ; F2 Coping actif ; F3 Emotions négatives ; F4 Réévaluation positive ; F5 Ventilation d'activité « parasites » ; F6 Pensée religieuse ; F7 Evitement ; F8 Coping restreint).
3. Nous avons ajouté des questions sur la période de menstruation.

Entretiens et interviews : Nous avons complété le questionnaire par des entretiens avec des entraîneurs et les nageuses dans l'objectif de connaître le système d'entraînement et les principaux facteurs pouvant entraîner du stress pendant l'entraînement. Il peut s'agir de facteurs culturels, sociaux, politiques, de la méthode de chaque entraîneur, etc.

RÉSULTATS I

LES STRESSEURS DES NAGEUSES FRANÇAISES ET CHINOISES :

1. les stresseurs des nageuses chinoises sont beaucoup moins diversifiés que ceux des nageuses françaises et se présentent comme plus uniformes.
2. les stresseurs des nageuses chinoises sont directement en relation avec l'entraînement et les attitudes de leurs entraîneurs alors que ceux des nageuses françaises résultent de l'entraînement mais aussi de leurs vies extra-sportives.
3. les stresseurs des nageuses chinoises se manifestent durant la période de surcharge, contrairement à ceux des françaises qui apparaissent plus tôt durant la période « d'affûtage » ou la période de stage.
4. 38% de nageuses chinoises se sentent relativement stressées pendant la période de menstruation, ce pourcentage est de 67% pour les jeunes Françaises.

Tableau1 : Les stresseurs des nageuses françaises et chinoises

	Les stresseurs des nageuses françaises	**Les stresseurs des nageuses chinoises**
1	Cours	Stagnation des performances
2	Examens	Peur de mal faire
3	Séparation d'avec le « copain »	Entraîneurs
4	Sensation de ne pas se sentir assez performante dans l'eau	

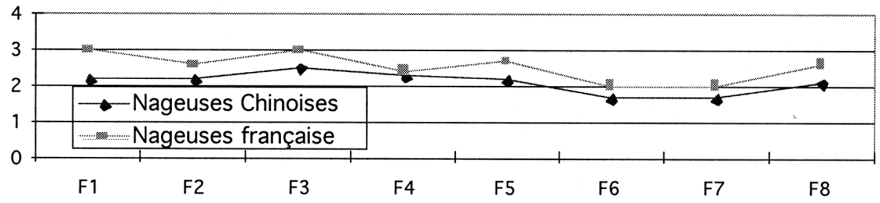
5	Baisse morale ou musculaire à l'entraînement	
6	Désir de bien faire, de faire aussi bien que les autres, peur de mal faire, de décevoir	

RÉSULTATS II

NOTES MOYENNES DE L'UTILISATION DES STRATÉGIES DE COPING :

1. Les notes moyennes obtenues pour l'utilisation des stratégies de coping pour toutes les catégories chez les nageuses chinoises sont moins élevées que chez les nageuses françaises.
2. Les nageuses chinoises et françaises présentent des caractéristiques communes concernant l'utilisation des stratégies de coping, comme la stratégie de coping F3 qui est la stratégie la plus utilisée, alors que F6 et F7 sont celles les moins utilisées par les deux groupes.

Graphique1 : comparaison des stratégies de coping



ANALYSES

ANALYSE (1) L'INFLUENCE DU SYSTÈME DE MANAGEMENT SPORTIF

Le système de gestion du sport de haut niveau est déterminé par les positions du pays, de la société et des individus par rapport au domaine sportif. Il détermine également les rôles, les droits et les intérêts des athlètes. Dans la Chine actuelle et dans le contexte de développement économique qui instaure progressivement une économie socialiste de marché depuis 1978, le sport est dans une période de transition. Auparavant il était entièrement contrôlé par le gouvernement, qui maîtrisait tout, maintenant il est toujours dirigé par le gouvernement, mais aussi avec une participation sociale et une gestion du marché (Zhang Xianju, Zhong Lili, 2006). La Chine est ainsi au début de cette période de transition de la gestion du monde sportif. Si le contrôle du gouvernement reste encore prépondérant au niveau d'une gestion administrative plus globale il reste

aussi directif au niveau d'une « micro-gestion » de l'organisation. En raison du manque de règlements parfaitement établis, la gestion du monde sportif est majoritairement contrôlée par l'administration et la politique et dépend peu de la nature des sports. Le manque d'autonomie des régions dans cette gestion ne permet pas aux sports de se développer correctement à ce niveau régional. Le sport en Chine est très directement soumis par conséquent aux contraintes administratives et indirectement à celles économiques et sociales. La plupart des provinces, des municipalités et des clubs sportifs[1] n'ont pas les ressources financières nécessaires pour créer chez les sportifs une dynamique stimulante vis-à-vis de l'entraînement et la compétition. Les nageurs chinois accordent moins de place aux compétitions et se concentrent plus sur le volume d'entraînement. Perdant ainsi l'occasion d'améliorer leurs qualités et de tirer profit de l'expérience tirée des compétitions.

Ce système de gestion peut être efficace à court terme dans certains programmes, il peut permettre de gagner des médailles d'or, mais il a un coût indirect : celui de la santé physique et mentale des athlètes. Ainsi en natation, les nageuses sont obligées de faire face à des agents stresseurs conséquences des contraintes politiques et de facteurs extra sportifs. Evidemment celles-ci ont un impact négatif sur l'état psychologique et émotionnel des athlètes.

Le système politique français est un système plus démocratique où prédomine l'économie libérale. Le système sportif français s'inscrit donc, dans ce contexte politique de liberté et de démocratie, en terme de gestion administrative, plus décentralisée au niveau d'une « macro-gestion », celle-ci régissant le domaine sportif dans son ensemble avec des directives spécifiques concernant le haut niveau. Par conséquent, il fonctionne d'une part sous l'autorité de l'État via le ministère de la Jeunesse et des Sports et les établissements ou les organismes qui sont directement sous sa tutelle et sont dirigés par des politiques ou de hauts fonctionnaires, d'autre part avec les Fédérations sportives dont les dirigeants sont des élus et qui, bien que travaillant en étroite collaboration et concertation avec l'État, disposent d'une réelle autonomie. Le M.J.S (Ministère de la Jeunesse et des Sports) et les dirigeants de la Fédération fonctionnent donc en partenariat. Les D.R.J.S (Directions Régionales et Départementales de la Jeunesse et des Sports) et les DDJS (Directions Départementales du Ministère de la Jeunesse et des Sports) sont les antennes décentralisées du M.J.S dans les régions et les départements ; ils développent sur le terrain les programmes et actions en faveur du sport dont certains relèvent de directives nationales et d'autres d'initiatives locales. La décentralisation a joué un rôle très important au niveau du système sportif français. Elle a permis de transférer aux régions et aux départements une part du budget jusqu'alors

[1] Club sportif au sens d'équipe sportive dépendant complètement des municipalités et des provinces.

exclusivement supporté par l'État ainsi que la mise en œuvre d'une politique sportive locale. Il en résulte que le budget sportif de l'État diminue d'année en année, sauf pour le haut niveau, et que le pouvoir de décision des élus régionaux et départementaux s'est considérablement accru. Il peut donc permettre d'adopter une gestion indirecte.

Initialement basée sur la pratique dans les clubs qui s'affilient aux fédérations, et quasi exclusivement orientée vers la compétition, la pratique sportive a évolué à la fois grâce au rôle des dirigeants et aux goûts et exigences des pratiquants. Les clubs sont les lieux de formation et de détection des sportifs de haut niveau. Dans les clubs reconnus de haut niveau, un des critères est la participation au moins à un championnat du monde. Grâce à un nombre important de compétitions chaque année, les sportives accumulent de l'expérience, et sont stimulées, ce qui entraîne des émotions positives et le coping actif à s'entraîner et à concourir. Dans ce contexte politique de libertés individuelles, le système du sport français a beaucoup moins une fonction politique. La fonction sociale et économique est davantage mise en avant. De ce fait, les sportifs français auraient relativement moins de stress dû à la pression politique par rapport à la Chine.

ANALYSE (2) L'INFLUENCE DU SYSTÈME D'ENTRAÎNEMENT SPORTIF

L'entraînement sportif dans le sport de haut niveau chinois est le reflet de son système de gestion. La politique détermine donc à travers le type de gestion de l'entraînement les objectifs qui sont de gagner des médailles d'or. Dans un tel système, les athlètes vivent depuis leur plus jeune âge en internat. Ils ont une vie de groupe relativement fermée ne rencontrant leurs parents qu'une fois par mois. Et ils n'ont qu'un mois de vacances par an. Pendant les entraînements et les compétitions, les relations sociales, les communications (téléphone etc.), peuvent être restreintes voire interdites. De plus ils (elles) ont l'interdiction d'entretenir des relations privées, c'est-à-dire d'avoir un (une) petit(e) ami(e). Alors que des relations affectives équilibrées peuvent être bénéfiques et avoir un effet positif sur la motivation. Protéger les besoins physiologiques et psychologiques des nageurs est indispensable pour maintenir une bonne santé physique, mentale et sociale et un état de complet bien être. En cela nous ne faisons que nous référer à la définition de la santé donnée par l'O.M.S.

Dans le recueil de données que nous avons pu effectuer, nous avons pu constater que les jeunes nageuses chinoises manquent presque totalement de soutien social et n'utilisent pas beaucoup de manière consciente cette stratégie F1 « Recherche de soutien social » pour faire face à leur stress. Pour les élites, avant les périodes de compétition, est mise en place une période d'entraînement encore plus intense durant laquelle l'entraînement est encore plus strict et plus fermé. L'entraînement normal dure

généralement de 8:30 à 11:30 et de 15:00 à 18:00 ; pour les nageuses cela représente 2 séances de 2 heures par jour dans l'eau, soit 10.000 mètres à parcourir. Pendant ces périodes d'entraînement intensif encore plus intense, cette fois ce sont 4 séances dans l'eau par jour, plus des séances de course à pied le matin, des cours de préparation physique (musculation) et de nombreux sauts d'obstacles le soir, etc. La scolarisation ne correspond qu'à une heure de cours par jour, et aucun contrôle ni test ne sont effectués. En conséquence, le niveau scolaire des athlètes est généralement faible et inférieur à celui des jeunes du même âge. S'ils ne deviennent pas des élites, et s'ils n'ont aucune autre qualification professionnelle, il leur est difficile de trouver un emploi lors de leur reconversion.

Dans les années 60, Matwejew, un théoricien russe de l'entraînement physique, a présenté la « Théorie de la Période de L'Entraînement ». Cette théorie est fondée sur trois périodes d'un an : la période de préparation, la période de compétition et la période de transition. Ces périodes se caractérisent par l'adaptation et l'augmentation du volume et de l'intensité de l'entraînement. La préparation physique générale et l'entraînement physique spécifique différant selon ces périodes. L'auteur met l'accent soit sur le volume de la préparation physique lors de la première période puis sur l'intensité d'un entraînement physique spécifique et intensif durant la période de compétition. Cette théorie de l'entraînement par périodes annuelles en vue de la préparation des compétitions montre la priorité d'un seul objectif de préparation et de motivation pour les athlètes. Cette théorie a influencé non seulement la Russie mais aussi beaucoup d'autres pays en Europe et en Asie. Appliquée à la préparation des athlètes elle met l'accent sur les séquences d'entraînement, leur volume et leur intensité, mais ce système d'entraînement n'est pas toujours compatible avec la compétition elle-même (Xiao tian, 2006).

Le sport chinois recommande donc le « San Cong Yi Da » (dur, strict, et intense pour l'entraînement) qui vient de la Théorie de la Période de l'entraînement de Matwejew. De plus, les entraîneurs et les directeurs techniques ont peu de connaissances théoriques et l'entraînement ne repose pas sur des bases scientifiques. Le niveau de connaissances des entraîneurs est donc limité et ceux-ci ont peu d'opportunité d'échanges et donc de remise en cause et de renouvellement de leurs méthodes. Les entraîneurs cultivent chez leurs athlètes une sorte d'esprit d'endurance vis-à-vis des difficultés et des conditions d'entraînement extrêmes.

Les athlètes s'entraînent le plus souvent passivement, et manquent de motivation et de conviction. Quand nous avons interviewé une nageuse chinoise de 17 ans qui venait de quitter l'équipe professionnelle, elle m'a raconté : « quand j'étais dans l'équipe professionnelle, pendant la période d'entraînement intensif, je ne ressentais plus de plaisir à nager. Maintenant je ne suis plus dans l'équipe mais je suis encore très attachée à elle ». Et

elle ajoutait encore que « la plupart des nageurs d'élite n'ont plus envie de continuer à pratiquer la natation après leur retraite de la compétition ».

Les résultats obtenus par les équipes de natation en Chine ne sont pas évalués scientifiquement. Ne sont pris en compte que le nombre d'heures d'entraînement, son volume et quelques indicateurs partiels physiologiques comme l'indice d'acidité. L'état physique et psychologique des athlètes n'est évalué qu'à travers des observations faites par l'entraîneur. Les athlètes sont entraînés de façon mécanique. Ils n'ont pas de préparation mentale que ce soit lors des périodes d'entraînement ou pendant les périodes de compétition. Les dirigeants et les entraîneurs ne connaissent pas suffisamment les capacités et le potentiel de leurs athlètes et ne peuvent donc les mettre en valeur de façon efficace, de sorte que la qualité de l'entraînement et son efficacité restent faibles. L'intensité de l'entraînement est déterminée de manière subjective, sans bases scientifiques et technologiques, il expose les athlètes à un stress intense. Beaucoup d'athlètes doués arrivent dans ce système à maintenir un état de stabilité et de performance mais les durées de vie sportive sont souvent très courtes. Un tel mécanisme d'entraînement s'avère donc archaïque. Avec le développement économique, la pratique sportive s'oriente en Chine vers le marché et la professionnalisation. L'entraînement des nageuses commence à s'inspirer des recherches développées en psychologie du sport et des méthodes éprouvées comme la prise en compte des émotions et du stress.

Alors qu'en France, normalement les nageuses s'entraînent cinq ou six jours par semaine, trois fois par jour lors de séances durant deux heures. Elles nagent durant la période d'entraînement intensif environ 15 kilomètres par jour. En même temps les sportifs de haut niveau français peuvent poursuivre leurs études pendant leurs carrières sportives et bénéficient d'aménagements scolaires et universitaires afin de mieux équilibrer leur vie sportive et professionnelle. Après leur passage dans l'élite, ils peuvent exercer une activité professionnelle et ainsi s'intégrer dans la société sans trop de difficultés.

Ainsi avons-nous noté les propos de l'entraîneur d'une nageuse française de haut niveau, qui a créé un sport-études dès l'école primaire : « En CM1 et en CM2, les petits nageurs avaient cours pendant la semaine de 8 à 12 h et ils nageaient de 14 à 16. Le samedi, ils allaient à l'école de 8 à 10 h et à la piscine jusqu'à midi ! ». Et elle a eu un bac S avec mention très bien, maintenant elle fait des études de biologie à la faculté de Metz en même temps que ses séances d'entraînement en natation. Une autre nageuse française de haut niveau est aujourd'hui diplômée en kinésithérapie et travaille au CHU de Toulouse dans le service de chirurgie thoracique.

En fait, c'est une question d'équilibre. La natation peut s'avérer bénéfique à leurs études, à l'inverse, la poursuite de leurs études à la

réussite en natation. Pour eux (elles), les études sont une assurance pour leur vie future, parce que la natation ne leur permettra pas de subvenir à leurs besoins lors de la fin de leur carrière de haut niveau. Le projet de vie ne doit pas se limiter à la pratique de la natation. Ce type de structure qui leur est proposé leur permet de nager en étant libres des soucis quotidiens et en partie de leur avenir, elles peuvent donc se consacrer à l'entraînement plus positivement avec moins de stress.

En raison de la configuration géographique, de l'histoire et de la culture, la plupart des entraîneurs de haut niveau français parlent l'anglais ou d'autres langues européennes, ce qui leur permet de communiquer facilement avec leurs confrères et d'étudier le développement de leur discipline. De plus, les entraîneurs de haut niveau français suivent une formation continue, participent à des stages professionnels, s'inspirent sans cesser de nouvelles connaissances.

Les systèmes d'entraînement sportif européen et américain entretiennent des liens entre les compétitions et les entraînements. Durant l'année, il y a beaucoup de compétitions, autrement dit « la compétition remplace les entraînements ». Elle permet de motiver les nageurs. Selon le nombre de compétition, on peut diviser la planification de l'entraînement en micro cycles. Après chaque micro cycle, grâce aux résultats obtenus en compétitions, et au suivi au niveau physique à partir d'indicateurs biochimiques et physiologiques, il devient possible de vérifier les résultats de l'entraînement. En conséquence, grâce à ce suivi scientifique et à une gestion professionnelle des nageurs, l'entraînement est mis en valeur. Ceci permet de motiver et de prolonger leur vie sportive.

ANALYSE (3) L'INFLUENCE DE LA SOCIÉTÉ ET DE LA CULTURE TRADITIONNELLE

La culture sociale de la Chine est profondément influencée par les idées du Confucianisme qui prônent la vertu et l'indulgence. Le confucianisme incite au respect absolu des parents (Xiao) et est la base de la vertu (Ren). Il n'y a donc pas de place pour la confrontation entre générations. Ceci est encore plus vrai pour les femmes. Dans la tradition culturelle chinoise, celles-ci doivent respecter les trois obéissances et les quatre vertus (les trois obéissances sont : obéir au père avant le mariage ; obéir à l'époux après le mariage ; obéir au fils en cas de veuvage. Les quatre vertus sont : une bonne moralité, s'exprimer d'une façon douce, avoir des gestes pudiques et s'occuper des travaux ménager). L'image de référence est celle d'une femme humble, obéissante et devant contrôler ses émotions (Dong Jinxia, 2007). La société patriarcale traditionnelle est toujours présente en Asie.

En référence à cette tradition, les femmes chinoises ont été brimées. Leur émancipation a commencé à partir du nouveau mouvement culturel en 1919. Le pionnier de ce mouvement culturel s'est appuyé sur la

condition féminine pour promouvoir plus généralement l'émancipation des individus et les droits de l'homme.

Dans l'histoire de la Chine, il n'y a eu jusque-là aucun mouvement féministe d'envergure. En 1949, avec la fondation d'une nouvelle Chine, le communisme s'est réclamé de l'idéologie marxiste censée mettre en application l'égalité entre hommes et femmes et l'émancipation des femmes (Du Fangqin, 2005). Cependant le statut social des femmes n'a pas été amélioré par les mouvements sociaux. Il manque de base sociale, de mobilisation, de recherches théoriques. Il n'y a pas, en Chine, d'histoire du féminisme comme en Occident.

Les droits et l'émancipation des femmes en Chine sont encore éloignés de celles de l'Occident. De plus, le système politique actuel, qui n'octroie pas de pouvoir de décision au peuple, est loin de la démocratie moderne. En conséquence, dans cette configuration, les femmes ont un comportement passif. Elles n'ont pas appris à se révolter et à se battre pour leurs droits.

Dans l'Occident, les idées de libération de la femme prennent leurs racines dans le siècle des Lumières, bien avant leur apparition en Asie. Et le terme de féminisme n'apparaît qu'au XIXe siècle. Ce terme est détourné en France par une militante « féministe » au début des années 1880 (Hubertine Auclert, fondatrice de *La Citoyenne*, par laquelle elle combat pour l'égalité des sexes dans tous les domaines). Il s'est généralisé rapidement en Europe vers la fin du XIXe siècle, puis aux Etats-Unis dans les années 1910 (Sylvie Chaperon, 2004). A partir de cette époque, pour conquérir leurs droits, les femmes occidentales se sont battues et ont mené de nombreuses luttes. Depuis, plusieurs lois ont été votées en faveur des droits des femmes et pour une certaine parité.

De même, la culture influence les modes d'expression des émotions et entraîne des comportements psychologiques différents. Quand nous avons interviewé une nageuse chinoise sur les origines de son stress (« d'où vient votre plus grand stress ? »), elle n'a pas hésité à répondre : « des parents et des entraîneurs». Lors de notre enquête à Lille auprès des nageuses françaises, en réponse au questionnaire sur le stress et l'anxiété, à la question portant sur l'évaluation (sur une échelle de 1 à 4) du niveau de stress provenant de l'entraîneur, des parents et des amis, presque toutes les nageuses françaises ont choisi zéro.

Dans les pays occidentaux, dont la France, des recherches en psychologie ont été réalisées sur l'influence de la culture et de l'organisation sociale sur les comportements individuels, ce qui n'était pas le cas dans les pays asiatiques. En Chine par exemple, les gens sont plus réservés et ils ont plus de difficultés à parler d'eux et de leurs problèmes et malaises psychologiques. Aussi, la prise de conscience des athlètes face à leur stress est insuffisante, leurs stratégies de coping sont peu dévelop-

pées. Les connaissances scientifiques de ces phénomènes sont peu connues. L'analyse des résultats obtenus montre ainsi que la stratégie F1 « Recherche de soutien social » employée par les nageuses françaises est prépondérante par rapport aux autres, alors que la moyenne de l'utilisation de la modalité F1 n'occupe chez les nageuses chinoises que la quatrième place parmi les autres stratégies.

ANALYSE (4) INFLUENCE DE LA GÉNÉTIQUE ET DE LA PHYSIOLOGIE

Les différences génétique, physique, et physiologique, qui président à la sélection des athlètes influencent également des différences psychologiques chez les nageuses et entraînent des stratégies de coping différents.

Mentionnons également ici les éventuelles perturbations psychologiques engendrées par la période menstruelle des nageuses chinoises. Nous avons constaté que l'intensité du stress pendant cette période est moins élevée pour les nageuses chinoises que pour les nageuses françaises. Cette différence s'explique par le mode de sélection des jeunes chinoises selon des normes et indicateurs physiologiques bien définis. Lors des pré-sélections les nageuses qui ont eu leurs premières menstruations très tôt et/ou qui ont des règles intenses, sont éliminées.

DISCUSSION

Les ressources des nageuses françaises face au stress sont beaucoup plus variées que celles des chinoises, mais ceci n'est pas à mettre directement en relation avec l'entraînement. De même la fréquence et le nombre de stratégies de coping utilisées sont plus importants chez les Françaises que chez les nageuses chinoises. Par contre les deux groupes de nageuses (française/chinoise) ont en commun la stratégie F3 « Emotions négatives » qui est la plus en conformité avec la physiologie et la psychologie féminine.

De plus, le contexte politique et la culture traditionnelle orientale qui régissent les pratiques éducatives influent sur les modes de cognition des nageuses chinoise face au stress (Dong Jinxia 2007). L'entraînement très dur suscite le rejet et le désintérêt. Il manque potentiellement d'humanité et laisse peu de place à un travail psychologique.

Cependant, ces méthodes d'entraînement ont connu un réel succès sur le plan sportif. Par exemple, dans les années 90, Qian hong, Lin Li, Huang Xiaomin, Yang Wenyi et Zhuang Yong sont appelées les « Cinq fleurs d'or » en Chine. Elles ont remporté un nombre important de médailles d'or dans les compétitions internationales et ont réalisé plusieurs records du monde. Aux Jeux Olympiques de Pékin 2008, les nageuses

chinoises ont gagné 5 médailles. Parmi elles, Liu Zige (médaille d'or) et Jiao Liuyang (médaille d'argent) ont battu le record du monde du 200 m papillon.

Mais les problèmes mentionnés plus haut au niveau des méthodes d'entraînement ont pour conséquence la courte durée de la vie sportive des nageurs. Par exemple la nageuse Luo Xuejuan, qui fut célèbre en son temps en remportant les Jeux Olympiques d'Athènes en 2004 a déclaré forfait avant les Jeux Olympiques de Pékin pour cause de problèmes de santé et de manque de motivation. Il sera donc nécessaire d'améliorer chez ces nageuses leur contrôle émotionnel, leur niveau cognitif et leurs stratégies de coping face à ces problèmes psychologiques.

Cette recherche sur les nageuses européennes et les nageuses chinoises a montré que les connaissances scientifiques et la prise de conscience des problèmes concernant les émotions, le stress et l'utilisation correcte des stratégies de coping, n'a pas été généralisée, surtout pour les équipes de plus bas niveau, comme, par exemple, les équipes régionales.

En raison de divergences constatées et ce à plusieurs niveaux (depuis des différences de développement et de l'organisation du sport moderne mais aussi au plan physique et physiologique les capacités des nageuses chinoises et des nageuses européennes s'expriment de façon différente et cela affecte également les émotions, la psychologie ainsi que les choix de stratégies de coping intergroupes.

RÉSULTATS III

COMPARAISON *DE LA FRÉQUENCE DE L'UTILISATION DES STRATÉGIES DE COPING AVEC LE* TEST DE U MANN ET WHITNEY :

1. Pour F1, F2, F3 et F5 (p< 0 .05), les nageuses chinoises et les nageuses françaises différent de façon significative sur ces 3 dimensions.
2. Pour les autres stratégies de coping, les deux groupes ne présentent pas de grandes différences.

Tableau 2 : *comparaison de la fréquence de l'utilisation des stratégies de coping (*p>0.05, **p<0.05, NS = Non Significatif)*

F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
0.002 **	0.030**	0.010**	0.286*NS	0.015**	0.172*NS	0.141*NS	0.114*NS

DISCUSSION

Quand nous observons les résultats ci-dessus, en ce qui concerne la fréquence de l'utilisation des stratégies de coping F4, F6, F7 et F8, p est supérieur à 0.05, donc il n'y a pas de différence significative de l'utilisation de ces stratégies de coping entre les nageuses françaises et les nageuses chinoises. La majorité des stratégies de coping sont utilisées avec une fréquence relativement proche par les deux groupes.

En effet, l'utilisation relativement similaire de 4 stratégies de coping peut s'expliquer par le fait que, même si les nageuses viennent de différents pays et vivent dans des contextes culturels, sociaux et politiques assez opposés, elles ont cependant certaines caractéristiques psychologiques et physiologiques identiques, spécifiques au sexe féminin. Ensuite, elles vivent à la même époque et ont un niveau de compétition relativement similaire ; de plus, le nombre de compétitions auxquelles elles participent est sensiblement identique. Il est vrai que la compétition sportive olympique s'est développée plus tard en Chine qu'en France et que l'environnement politique est encore difficile en Chine. Mais ces conditions se sont progressivement améliorées et les échanges internationaux au niveau de la préparation des athlètes dans le domaine sportif est de plus en plus important. Les études en psychologie sportive se sont internationalisées. Cette approche commence aussi à se développer en Chine.

Par contre, pour F1, F2, F3 et F5, $p < 0.05$, les nageuses chinoises et les nageuses françaises présentent une fréquence d'utilisation de ces stratégies de coping significativement différente. En effet, les nageuses françaises extériorisent plus leurs émotions elles emploient plus fréquemment des stratégies actives de coping et s'efforcent de sortir des situations stressantes. En raison de l'influence de la culture traditionnelle et de l'histoire de l'émancipation de la femme les nageuses chinoises font encore preuve de soumission, d'humilité et manifestent peu d'esprit critique. A cause du système politique, du manque de gestion du système sportif et de méthodes d'entraînement qui ne s'appuient pas assez sur des bases scientifiques, les athlètes s'entraînent passivement, et manquent de motivation et d'intérêt. De plus, le socle de connaissance en psychologie est plus faible en Chine par rapport à l'Occident. Ces manques amènent des émotions négatives chez les nageuses chinoises. Ces résultats nous permettent de confirmer les précédents, analysés avec une méthode différente, concernant les 4 influences (culturelles, politiques, management sportif, méthode d'entraînement) sur la note moyenne de l'utilisation des stratégies de coping.

CONCLUSION

En ce qui concerne l'entraînement en natation sportive, les études en psychologie du sport et en Science Cognitives, ainsi que leurs applications, sont très importantes. Les nageuses, comme les autres athlètes, sont soumises à beaucoup de stress, qui influe sur leur état psychique et émotionnel, au cours des diverses étapes de l'entraînement et de la compétition, surtout lors des phases d'entraînement, et dans leur quotidien, avant la compétition. Les stresseurs, et les stratégies de coping adoptées, induisent un changement de leur état émotionnel, et influent sur leur état physiologique et psychologique durant la période pré-compétitive. Les nageurs peuvent choisir les stratégies de coping plus ou moins de façon naturelle et consciente quand ils sont confrontés à des situations stressantes. L'efficacité de ces stratégies affecte directement la qualité et l'efficacité de l'entraînement. Leur émotion et son évaluation cognitive déterminent la qualité et l'efficacité des stratégies de coping.

Lors de l'entraînement et de la compétition en natation sportive, les émotions des athlètes sont déterminées par leurs propres caractéristiques physiques et psychologiques, mais aussi par le contexte sociologique et culturel ainsi que par l'environnement politique. Ainsi, les émotions, les évaluations cognitives et les stratégies de coping des athlètes, s'entraînant dans des environnements dissemblables, s'avèrent présenter des différences significatives. Selon Zeidner et Saklofske, 1996, « Les individus choisissent d'évaluer les situations, sélectionnent les stratégies d'adaptation et jugent leur efficacité, peut-être influencée par les normes sociales et les valeurs ». Cela nous permet de confirmer que la recherche en psychologie du sport démontre la pertinence de la prise en compte de la variabilité intra-individuelle mais aussi inter-individuelle et l'intérêt dans ce domaine également d'une perspective interculturelle.

BIBLIOGRAPHIE

ADIEN, C., « Hugues Duboscq au pays du soleil », *Natation*, N° 85, 2006, p. 27-28.

ALLES-JARDEL, M. & LACOSTE, S., *Communication invitée : relation stress–performance chez des sportifs de bon et de haut niveau. Confrontation des théories*, 1re Journée de Psychopathologie du Sport, Bordeaux (France) mai 2007.

CARVER, C.S., SCHEIER, M.F., & WEINTRAUB, J.K., « Assessing Coping Strategies : A Theoretically Based Approach ». *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 1989, 267-283.

CHAFES, J.-P., « Sophie Huber "L'Anti-Manaudou" », *Toute La Natation*, N°65, 2007, p. 22-26.

CHAPERON, S., *Un siècle de féminisme en France : Recherches et Bilan*, Conférence de l'Association des Professeurs d'Histoire et Géographie (APHG) – Régionale de Caen, novembre 2004.

DONG, J., *Etudes des femmes et des Sports en Chine au 21e siècle*, Journal des Sports et de la science, Vol. 28, N°1, 2007, p. 31.

DU FANGQIN, *Contexte historique d'études des femmes : le patriarcat, les relations entre les sexes et la modernité*, 2005, www.zisi.net/htm/ztlw2/shyj/2005-05-11-21299.htm

FOLKMAN, S. & LAZARUS, R. S., « An analysis of coping in a middle ages community sample », *Journal of health and social behavior*, 21, 1980, 219-239.

GORDON, E.W., « Social science knowledge production and minority experiences ». *Journal of Negro Education*, 54, 1985, 117-133.

TANG XIANMING, « Test and Evaluation athletes of COPE Scale ». *Journal of Guangzhou Physical Education Institute*, 2, 2001, 52-56.

WEI YOUHUA, TANG SHENGAING (1997), « L'étude du stratégie de coping chez les étudiants universitaire », *La science psychologique*, 21 (1), 29-33.

XIAO TIAN, « Le rôle de guidage sur la théorie de l'entraînement au temps de l'entraînement », *La culture des sports*, N°7, 2006, p. 3-4.

ZEIDNER, M., & SAKLOFSKE, D., *Coping adaptative et maladaptative, Manuel de coping*, New York : Wiley, 1996, p. 505-531.

ZHANG, X. & ZHONG, L., « La situation de système de gestion du sport chinois et la tendance de réforme après les jeux olympiques 2008 », *La culture des sports*, N°7, 2006, p. 11-13.

Sources

www.jeunesse-sports.gouv.fr
www.legifrance.gouv.fr