

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LE LIEN ENTRE LA PASSION ET LE PROCESSUS DE RÉSILIENCE CHEZ LES
ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU SUITE À UN ÉVÈNEMENT SPORTIF

THÈSE DE SPÉCIALISATION
PRÉSENTÉE COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU BACCALAURÉAT EN PSYCHOLOGIE

PAR
SAMUEL GALLANT

SOUS LA DIRECTION DE
ROBERT J. VALLERAND, PHD.

12 mai 2021

Remerciements

Avant toute chose, je voudrais prendre le temps de remercier toutes ces personnes m'ayant soutenu de près ou de loin tout au long de cette année hors de l'ordinaire. Merci à tous les nageurs et les patineurs de vitesse qui ont pris le temps de répondre au questionnaire. Merci à ma famille, amis et petite amie qui m'ont permis de faire vivre la théorie par la relation et la discussion. Merci aux partenaires du Laboratoire de Recherche sur le Comportement Social pour leurs précieux conseils, particulièrement Axel, Jany, Michael et Virginie. Finalement, merci à Robert Vallerand pour son aide, sa patience, et son expertise. Merci pour cette année qui m'a beaucoup appris.

Résumé

Cette étude teste un modèle intégratif du processus de résilience auprès d'athlètes passionnés suivant une contre-performance. Selon le modèle dualiste de la passion (Vallerand et al., 2003), il existe deux types de passion : la passion harmonieuse et la passion obsessionnelle. La première étant généralement plus adaptative que la deuxième. Selon le modèle dualiste, suite à une contre-performance, la passion harmonieuse devrait mener à une perception de défi, des émotions positives et une seconde performance plus élevée lors de l'évènement subséquent, en plus d'un bien-être psychologique plus élevé après la compétition. Une réaction inverse est proposée pour la passion obsessionnelle. Un questionnaire en ligne fut distribué auprès de 154 nageurs et patineurs de vitesse. Les résultats de l'analyse par équation structurelle indiquent que la passion harmonieuse permet une meilleure seconde performance et un plus grand bien-être psychologique en étant médiée par un mode d'évaluations cognitives de type défi et des émotions positives. La passion obsessionnelle ne mène pas à ces conséquences puisqu'elle est médiée par un mode d'évaluations cognitives de type menace et des émotions négatives. Ces résultats soutiennent la conception du rôle protecteur de la passion harmonieuse face aux événements négatifs, ce qui permet aux athlètes de faire preuve d'un processus de résilience efficace. Des suggestions de recherches futures seront proposées.

Mots-clés : Passion, harmonieuse, obsessionnelle, résilience, évaluations cognitives, défi, menace, émotions, positives, négatives, performance, bien-être psychologique.

Table des matières

Remerciements.....	1
Résumé.....	2
Introduction.....	4
Contexte théorique.....	5
Modèle dualiste de la passion.....	5
La passion obsessionnelle.....	6
La passion harmonieuse.....	7
Les émotions.....	8
Les évaluations cognitives.....	10
Objectifs et hypothèses	11
Méthodologie	12
Analyse et Résultats.....	16
Discussion.....	20
Conclusion	23
Bibliographie	25
Annexe	29

Introduction

Chacun d'entre nous devra faire face à un moment ou un autre à une situation difficile qui demandera de puiser profondément dans nos ressources pour s'en sortir. Ceci est particulièrement vrai pour les athlètes. Dans les milieux sportifs hyper compétitifs, la seule chose qui est sûre c'est de vivre des défaites. La réaction des individus suite aux petites difficultés de la vie ou aux déceptions crève-cœur dans les moments cruciaux est souvent encore plus déterminante à long terme que la défaite en soi. Par leur habileté à retrouver leurs repères, à garder confiance et à exercer leur contrôle de façon constante, les grands sportifs se distinguent des autres. Cette habileté à rebondir est communément appelée la résilience.

Des exemples de la culture populaire montrent à quel point la résilience est importante pour atteindre le succès. Le célèbre feu Kobe Bryant a notamment dit : « *Everything negative; pressure, challenges, is an opportunity for me to rise* ». Rocky Balboa est lui aussi un exemple sur ce thème : « *It ain't about how hard ya hit. It's about how hard you can get hit and keep moving forward* ». Les deux personnages ci-haut partagent une forte capacité de résilience, mais aussi une passion indéniable pour leur activité. L'intense passion qu'un individu peut ressentir face à une activité peut en effet mener à plusieurs résultats positifs comme de plus hauts niveaux de performance et de bien-être (Vallerand, 2015). Qu'en serait-il du rôle de la passion dans le processus de résilience des athlètes ? À la suite d'une première contre-performance, quels seraient les processus psychologiques déclenchés par la passion de l'athlète qui lui permettrait de « se relever » et de continuer à « avancer » ? Peu de recherches se sont intéressées au lien entre le type de passion et le processus de résilience chez les individus. Le but de cette recherche sera donc d'intégrer les littératures sur la passion (Vallerand et al., 2003), les évaluations cognitives (Lazarus, 1982, 1993, 2006) et les émotions (Fredrickson, 1998, 2001, 2004) afin de présenter un modèle intégratif du processus de résilience chez les athlètes.

Contexte théorique

Modèle dualiste de la passion

Le concept de passion est présent en philosophie depuis des siècles, les philosophes de la Grèce antique ont émis plusieurs positions sur le sujet. Déjà, une certaine conception dichotomique de la passion ressortait. Pour Platon par exemple (427-348 AC), la passion était quelque chose de mauvais puisqu'elle menait à un stade de passivité incontrôlable. Il suggérait de faire très attention aux passions puisqu'elles prennent invariablement le dessus sur la raison, occasionnant donc des comportements irrationnels et déraisonnables. Cette conception oppose la passion (instinct primaire pouvant se rapprocher du vice) à la raison (plus proche du monde divin, de l'objectivité). Spinoza (1632-1677) emprunta une vision encore plus fortement dichotomique en affirmant que la passion asservit l'homme puisque celui agissant sous son influence n'est plus maître de lui-même. Pour lui, c'était soit la passion, soit la raison, sans cohabitation possible entre les deux. Aristote (384-322 AC) considérait lui aussi le caractère incontrôlable de la passion et suggérait d'en prendre conscience, de l'approcher avec prudence, mais de ne pas la repousser puisqu'elle est une source d'énergie foncièrement humaine. Pour d'autres penseurs par contre, la passion était vue comme quelque chose de plus positif. C'est entre autres le cas de René Descartes (1596-1650) qui voyait la passion comme une source d'énergie exaltante venant du corps et qui, contrôlée par la raison, peut mener aux meilleures choses. À l'autre extrême, Helvétius (1715-1771) a dit « on devient stupide dès que l'on cesse d'être passionné ».

Ce bref survol (pour une revue complète, voir Vallerand, 2015) montre que depuis bien longtemps, un côté positif et un côté négatif ont été associés à la passion en philosophie. Le modèle dualiste de la passion (Vallerand, 2010, 2015; Vallerand et al., 2003) a su démontrer que cette dualité caractérise le construit psychologique de la passion. Selon ce modèle, la

passion d'un individu envers une activité se définit par le fait d'aimer une activité, d'y accorder de l'importance et d'y investir une quantité significative de temps et d'énergie. De plus, l'activité devient également une partie intégrale de l'identité de la personne. Cela fait la différence entre une personne qui *fait* du patinage de vitesse et une autre qui *est* un patineur. Se basant sur la théorie de l'autodétermination et du processus d'intégration (Deci et Ryan, 2000, 2008, 2010), deux types de passions ont été identifiés. En effet, certaines variables peuvent faire en sorte que la passion est intégrée plus ou moins bien dans l'identité d'une personne, menant à une passion harmonieuse ou obsessive.

La passion obsessive.

Lorsque des pressions internes ou externes sont appliquées sur le processus d'intégration de la passion, celle-ci a tendance à s'afficher de manière plutôt obsessive. Des idéaux de perfection de la personne ou de son entourage, une estime de soi contingente à l'activité, un sentiment d'acceptation sociale qui en dépend fortement et un désir incontrôlable de s'y adonner peuvent être des éléments menant sur ce chemin (Mageau et al., 2009, 2011). Puisque l'activité devient une passion pour l'individu en passant par des pressions intrapersonnelles et interpersonnelles, elle s'intègre dans l'identité de manière démesurée. Il peut être dit qu'alors qu'un individu passionné harmonieusement contrôle sa passion, une passion obsessive contrôle l'individu.

Ce type de passion n'est souvent pas un obstacle à la performance. Par contre, le coût pour y arriver est souvent très élevé. Puisque la passion contrôle l'individu, les sphères autour de cette activité en prennent pour leur mal. Le désir de s'adonner à l'activité est incontrôlable, rigide et mal adapté aux situations. Le fait de ne pas pratiquer son activité une soirée, de se reposer lorsque blessé ou lorsque les conditions sont dangereuses, sont dans ce cas des sources de stress et de rumination. La personne ne peut s'empêcher d'y penser et souhaiterait plutôt être en action, le tout menant à se sentir coupable et anxieux. Ces mécanismes nuisent au sentiment

de *flow* pouvant être ressenti dans d'autres activités et ultimement au bien-être de ces personnes (Carpentier et al., 2012). Enfin, la passion obsessive mène à une perception de menace (Lavoie et al., 2021) et à des buts de performance-approche et des buts de performance-évitement, deux facteurs corrélés avec une moins bonne performance (Vallerand, 2007 ; Vallerand et al., 2008). Aussi, il a été démontré que pour la passion obsessive, des émotions positives plus intenses peuvent être ressenties lors d'une réussite importante pour l'égo, et que des émotions négatives plus intenses peuvent être ressenties lors d'une défaite.

La passion harmonieuse.

Dans le cas où l'activité est intégrée pleinement au sein de la personne sans le rôle de contingences contrôlantes, la passion s'affiche le plus souvent de façon harmonieuse. L'harmonie de cette passion implique qu'elle est contrôlée par l'individu, qu'elle ne remplace pas les autres éléments de sa vie, qu'elle ne cause pas de conflits interpersonnels. Contrairement à la passion obsessive, la personne conserve sa capacité adaptative. Dans les circonstances où la pratique de l'activité est impossible ou tout simplement pas la meilleure solution, la personne est capable d'apprécier d'autres activités sans rumination. La passion harmonieuse mène à un plus grand bien-être, des performances élevées, plus d'émotions positives, un meilleur *coping*, moins de *burnout*, un meilleur *flow*, et un meilleur fonctionnement général (Carbonneau et al., 2008 ; Carpentier et al., 2012 ; Vallerand et al., 2006 ; Vallerand et al., 2007 ; Vallerand et al., 2010). La passion harmonieuse mène aussi à interpréter l'adversité comme des défis, plutôt que comme des menaces (Lavoie et al., 2021), à entretenir des buts de maîtrise (il est important pour moi de maîtriser tous les aspects de ma performance), moins de buts de performance (il est important pour moi de mieux réussir que les autres), moins de buts d'évitement de la maîtrise (je m'inquiète de ne pas performer autant que je le pourrais), et finalement, moins de buts d'évitement de la performance (je veux seulement éviter de performer moins bien que les autres) (Conroy et al., 2003 ; Vallerand et al., 2007).

Les émotions

Dans la culture populaire, les émotions sont souvent vues comme indésirables, car contrairement à la rationalité, elles mèneraient à de mauvaises décisions prises sans considérations logiques. Pourtant, si les émotions font partie intégrale de notre vie, c'est qu'elles contiennent des fonctions adaptatives nécessaires à la survie de l'espèce (Lazarus, 1991).

Bien que la définition des émotions reste un débat, elles peuvent être conceptualisées comme une tendance de réponse multifactorielle se déroulant sur une période relativement courte (Fredrickson, 2001). Selon le type d'émotion, la nature de l'état d'activation physiologique provoque des conséquences cognitives, attentionnelles, et communicationnelles vastement différentes.

La *Broaden and build theory* (Fredrickson, 1998, 2001) catégorise les émotions selon leur valence avec d'un côté, les émotions positives, et de l'autre, les émotions négatives. Alors que les émotions négatives agissent en diminuant l'étendue du répertoire de pensées et de comportements, les émotions positives augmentent ce dernier. Dans certaines situations, comme devant un danger important qui nécessite une action très rapide et efficace, il serait désirable d'avoir un répertoire plus restreint d'action, mais aussi plus automatique. Pourtant, il est avantageux dans bien d'autres situations, d'avoir accès à un répertoire de pensées et d'actions plus large. Ces différents états peuvent se présenter tel un champ attentionnel plus large sous un état positif prédominant, permettant de porter attention aux détails de l'ensemble du champ sensoriel, alors qu'un état négatif aurait comme conséquence de limiter localement l'attention (Basso et al., 1996 ; Fredrickson et Branigan, 2005). De plus, l'activation des émotions positives par le biais de mots à connotation positive pourrait mener à une plus grande flexibilité cognitive, permettant une association de concepts plus fructueuse avec ces mots (Isen et al., 1985).

Au-delà des conséquences immédiates, Fredrickson (1998) propose que les émotions positives aident l'individu à utiliser et à développer toujours plus de ressources, qu'elles soient intra ou interpersonnelles, ce qui mènerait à des conséquences positives à plus long terme, comme un plus grand bien-être et une meilleure qualité de vie. Une étude a d'ailleurs pu mesurer ces variables, qui sont habituellement stables, au moyen du nombre d'émotions positives ayant été ressenties dernièrement (Kahneman, 1999). Additionnellement, les émotions positives ont été associées à un retour au niveau d'activation de départ plus rapide après un événement négatif et protègeraient des effets néfastes des émotions négatives précédentes (Fredrickson et Levenson, 1998 ; Fredrickson et al., 2000). Les résultats globaux des recherches tendent donc à lier les émotions positives à une plus grande flexibilité chez les individus, leur donnant par le fait même les capacités à se remettre sur pied après un événement négatif et à faire preuve d'un processus de résilience efficace.

Les émotions positives pourraient être liées à un plus haut niveau de performance en permettant aux athlètes d'utiliser l'ensemble de leur répertoire acquis en entraînement d'une façon flexible et appropriée lors des situations de compétitions. La performance sportive requiert souvent de la créativité, des capacités de résolution de problèmes et des prises de décisions efficaces. Il est donc souhaitable que le sportif ressente plus d'émotions positives que d'émotions négatives. Le lien entre émotions et performance a été démontré autant au sein d'échantillons du grand public, des étudiants, et des professionnels que chez les athlètes (Ashkanasy, 2004; Gillet et al., 2013; Lane et al., 2010; McCarthy, 2011; Pensgaard et Duda, 2003; Philippe et al., 2009; Vast et al., 2010). Si les émotions peuvent avoir une influence sur les actions, les pensées, le bien-être et la performance, un autre concept évoque la possibilité d'une relation d'un autre ordre : les émotions ressenties pourraient d'abord être influencées par les évaluations cognitives.

Les évaluations cognitives

La réaction d'un individu face à une situation est largement dictée par sa vision de ladite situation. Selon la théorie de Lazarus (Folkman et al., 1986; Folkman et Lazarus, 1984; Lazarus, 1982, 1993, 2006), l'évaluation des situations stressantes comporte deux facettes. La première de ces facettes concerne les demandes de l'environnement et évalue l'importance de la situation pour le bien-être psychologique de la personne et son égo par rapport à ses valeurs et désirs. La deuxième de ces facettes concerne les ressources de la personne : ses habiletés, ses compétences, ses forces, ses faiblesses, le soutien qu'elle peut obtenir de son entourage, etc. La relation entre ce que la personne considère pouvoir faire et entre ce que la situation exige peut à ce moment être évalué principalement comme un défi, ou comme une menace. Une personne aura tendance à se sentir menacée par une situation si elle l'appréhende avec l'impression qu'elle a plus à perdre qu'à gagner. Au contraire, si elle croit pouvoir faire preuve de maîtrise et bénéficier de la situation, elle verra celle-ci tel un défi à relever. La perception de l'individu d'une adéquation (ou non) entre ses ressources et les demandes situationnelles influencera l'état d'esprit, puis les émotions.

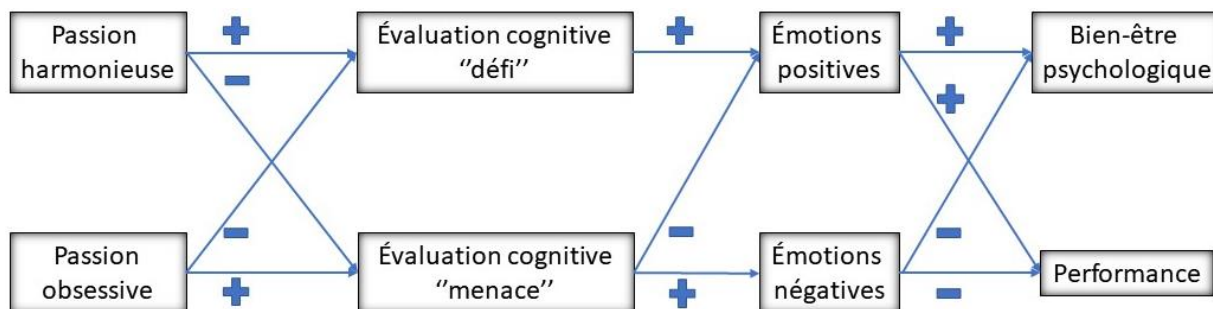
En utilisant le concept d'évaluations cognitives de type défi ou menace pour les appliquer plus spécifiquement aux athlètes, la *Theory of Challenge and Threat States in Athletes* fut développé (Jones et al., 2009). Plusieurs études ont à présent testé le lien entre la passion, les émotions et les évaluations cognitives. L'évaluation de type défi a été liée aux émotions positives (Rossato et al., 2018; Skinner et Brewer, 2002) et à la passion harmonieuse (Lavoie et al., 2021). Tandis que l'évaluation de type menace a été liée aux émotions négatives (Lavoie et al., 2021) et à la passion obsessive (Schellenberg et Bailis, 2016). Une étude de Lavoie et al. (2021) auprès d'athlètes, mérite notre attention. Un échantillon de 241 participants de sports divers permit de tester un modèle incluant la passion, les évaluations cognitives et les émotions. Les résultats obtenus lient la passion harmonieuse aux émotions positives à travers la médiation

de l'évaluation cognitive de type défi. Un facteur de protection de la passion harmonieuse a aussi été observé, protégeant les athlètes d'une évaluation cognitive de type menace. La passion obsessive, quant à elle, est plutôt liée aux émotions négatives à travers la médiation de l'évaluation cognitive de type menace. De plus, cette étude démontre que l'évaluation cognitive de type menace affecte négativement les émotions positives. Nos hypothèses concernant la passion, les évaluations cognitives et les émotions se baseront sur les résultats de cette étude.

Objectifs et hypothèses

L'objectif de la présente étude est de tester un modèle intégratif du processus de résilience chez les athlètes suite à une première contre-performance. Ce processus de résilience permettrait ainsi d'intégrer la passion, les évaluations cognitives, les émotions et la performance subséquente. Cette étude cherche à reproduire les résultats obtenus par Lavoie et al. (2021) en plus d'ajouter au modèle la performance subséquente et le bien-être psychologique. En lien avec la littérature antérieure, notre hypothèse principale postule que la passion harmonieuse mènera à un meilleur processus de résilience que la passion obsessive. Nous postulons donc que la passion harmonieuse soit liée positivement à l'évaluation cognitive de type défi et négativement à l'évaluation cognitive de type menace tandis que la passion obsessive serait liée positivement à l'évaluation cognitive de type menace et négativement à l'évaluation cognitive de type défi. Il est proposé que l'évaluation de type défi soit liée positivement aux émotions positives alors que l'évaluation de type menace serait liée positivement aux émotions négatives et négativement aux émotions positives. Finalement, il est proposé que les émotions positives soient liées positivement au bien-être psychologique et à la performance tandis que les émotions négatives seraient liées négativement au bien-être psychologique et à la performance.

Figure 1 : liens attendus entre la passion, les évaluations cognitives, les émotions, le bien-être psychologique et la performance.



Note. $n = 154$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Méthodologie

La présente étude a reçu l'approbation du Comité d'éthique à la recherche de l'UQÀM pour les projets étudiants impliquant des êtres humains. Le certificat est disponible en annexe. Seuls des risques mineurs pourraient importuner les participants répondant au questionnaire. Par exemple, certains pourraient ressentir de l'inconfort dû à la remémoration d'un échec douloureux. Le consentement libre et éclairé des participants a été obtenu par signature électronique à la première page du questionnaire. Cette signature atteste qu'ils prennent part à l'étude en ayant pris conscience de leurs droits et des diverses implications reliées à leur participation.

Participants

L'échantillon de cette étude est constitué de 154 participants ayant entièrement répondu au questionnaire. Parmi ceux-ci, 132 sont des nageurs et 22 sont des patineurs de vitesse. Quatre-vingt-huit sont des hommes, 65 sont des femmes et un participant n'a pas spécifié son genre. Cent vingt-neuf proviennent de la plateforme Mturk et 25 ont été recrutés au moyen de publications sur des groupes Facebook de nageurs ou de patineurs de vitesse. Ces participants ont 26,82 ans en moyenne ($ET = 7,892$), ils sont des athlètes de niveau moyen à élevé ($M = 5,36$, $ET = 2,16$ sur une échelle allant de 1 (*recreational athlete*) à 10 (*International athlete*)).

et sont passionné ($M = 5,65$, $ET = 1,13$ sur une échelle allant de 1 (*Not agree at all*) à 7 (*Very strongly agree*)).

Nous avons contrôlé la qualité des réponses des participants par plusieurs stratégies. Premièrement, une question ouverte demandant aux participants de se remémorer un premier évènement durant lequel ils ont mal performé nous permit d'éliminer quelques réponses hors sujets ou impertinentes. Deuxièmement, la performance lors de ce premier évènement fut évaluée à l'aide de deux items et les participants ne rejoignant pas les critères de l'étude furent éliminés. Des réponses élevées sur ces items indiquent une bonne performance, et les données de participants avec des résultats supérieurs ou égaux à 8 sur 10 pour la moyenne de ces deux items furent écartées de l'échantillon final. Troisièmement, un item test (*Please answer "fully satisfied" to this item*) placé dans l'échelle mesurant la performance au deuxième évènement permit d'éliminer certains participants inattentifs.

Mesures

Échelle de passion.

L'échelle de passion (Marsh et al., 2013; Vallerand et al., 2003) est utilisée pour mesurer la passion harmonieuse et la passion obsessionnelle des athlètes vis-à-vis leur sport de prédilection. Ces deux sous-échelles sont mesurées sur une échelle de type Likert allant de 1 (*Not agree at all*) à 7 (*Very strongly agree*). Il y a six items mesurant la passion harmonieuse (*This sport is in harmony with the other activities in my life*, $\alpha = ,87$), et tout autant mesurant la passion obsessionnelle (*I have almost an obsessive feeling for this sport*, $\alpha = ,84$).

Échelle des évaluations cognitives.

Les évaluations de type défi et de type menace ont été évaluées au moyen de l'échelle *Challenge and threat in sport* (CAT-Sport Scale) (Rossato et al., 2018). Les participants

répondent sur une échelle de type Likert allant de 1 (*Do not agree at all*) à 7 (*Very strongly agree*) en ce qui concerne leur façon habituelle d'évaluer les événements sportifs auxquels ils font face. Une sous-échelle de cinq items mesure l'évaluation cognitive de type défi (*A challenging situation motivates me to increase my efforts*, $\alpha = ,82$) alors qu'il y a sept items mesurant l'évaluation cognitive de type menace (*I worry that I will say or do the wrong things*, $\alpha = ,89$).

Première performance.

Afin d'étudier le processus de résilience, les participants avaient comme consigne de choisir une compétition lors de laquelle ils furent confrontés à une première mauvaise performance lors d'un événement récent (au cours des cinq dernières années). Nous avons contrôlé cette variable à l'aide de trois questions. La première était une question ouverte demandant aux participants de décrire l'événement s'étant mal déroulé. La deuxième question demandait aux participants d'évaluer la réussite de ce premier événement sur une échelle allant de 1 (*A complete failure*) à 10 (*A complete success*). La troisième question leur demandait d'évaluer cette première performance sur une échelle allant de 1 (*A terrible performance*) à 10 (*A great performance*).

Échelle des émotions.

Les émotions négatives et positives ont été mesurées en demandant aux athlètes de se remémorer comment ils se sentaient lors des quelques instants précédant la seconde performance. Nous avons utilisé l'échelle *Positive and negative affect scale* (PANAS) (Watson et al., 1988). Celle-ci comporte 10 items mesurant les émotions positives (*interested, excited*, etc.), ainsi que 10 items mesurant les émotions négatives (*distressed, upset*, etc.), pour un total de 20 items. En plus de ceux-ci, nous en avons ajouté trois à valence positive (*Confident, Ready, Full of energy*) de même que deux à valence négative (*Discouraged, Angry at myself*). La

cotation va de 1 (*Very slightly or not at all*) à 5 (*Extremely*). Autant la sous-échelle des émotions positives ($\alpha = ,96$) que celle des émotions négatives ($\alpha = ,93$) ont atteint des valeurs de cohérence interne satisfaisantes.

Deuxième performance.

La performance des athlètes lors du deuxième évènement fut évaluée au moyen de six items. Quatre de ces items sont issus d'une adaptation de l'échelle *Athlete's subjective performance scale* (ASPS) (Nahum, 2016). Dans l'échelle originale, deux items servent à mesurer la contribution à l'équipe et ont donc été retirés pour satisfaire à la réalité d'un échantillon composé d'athlètes pratiquant des sports individuels. Les items restants ont été reformulés légèrement dans le but d'évaluer spécifiquement la deuxième performance. Les participants devaient évaluer leur propre performance à l'aide d'énoncés allant de 1 (*Not at all satisfied*) à 10 (*Fully satisfied*). Additionnellement, deux items ont été rajoutés afin d'obtenir une mesure de la performance plus complète. Le premier porte sur la perception de l'athlète quant à sa réussite et est répondu sur une échelle allant de 1 (*A complete failure*) à 10 (*A complete success*). Le deuxième item porte sur la performance lors de cet évènement et va de 1 (*A terrible performance*) à 10 (*A great performance*). Ces six items démontrent une cohérence interne satisfaisante ($\alpha = ,96$).

Le bien-être psychologique.

L'échelle de bien-être psychologique tirée de l'échelle *Optimal functioning in society* (OFIS) fut utilisée pour mesurer cette variable lors des deux à quatre semaines suivant la compétition. Trois sous-échelles permettent d'évaluer cette composante. La première évalue la satisfaction de vie (*I was satisfied with my life*, $\alpha = ,89$), la deuxième évalue le sens à la vie (*My life had a clear sense of purpose*, $\alpha = ,92$), et la troisième évalue le bonheur (*I considered myself*

as a very happy person, $\alpha = ,94$). Les participants ont répondu à chaque énoncé sur une échelle de type Likert allant de 1 (*Not agree at all*) à 7 (*Very strongly agree*).

Analyse et Résultats

Modélisation par équation structurelle

Les résultats préliminaires sont présentés dans le tableau suivant. Afin de tester un modèle intégrant les corrélations obtenues au sein d'un modèle intégratif, nous avons par la suite eu recours à la modélisation par équation structurelle à l'aide du logiciel Mplus 8.

Tableau 1 : statistiques descriptives (moyennes et écarts-types) et corrélations de Pearson.

	M	É-T	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Passion harmonieuse (PH)	5,20	1,03	--	,39**	,43**	-,05	,04	,11	,14	,33**
2. Passion obsessive (PO)	3,93	1,37		--	,16*	,23**	,07	,26**	,03	,12
3. Évaluation cognitive de défi (ECD)	5,09	1,10			--	-,10	,23**	,00	,18*	,27**
4. Évaluation cognitive de menace (ECM)	3,82	1,40				--	-,05	,45**	-,04	-,17*
5. Émotions positives (EP)	2,92	1,04					--	-,31**	,69**	,38**
6. Émotions négatives (EN)	2,62	0,98						--	-,37**	-,13
7. Performance	5,91	2,30							--	,35**
8. Bien-être psychologique (BEP)	4,61	1,43								--

Note. $n = 154$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Afin d'alléger le texte, des abréviations seront utilisées dans les prochaines sections pour la passion harmonieuse (PH), la passion obsessive (PO), l'évaluation cognitive de type défi (ECD), l'évaluation cognitive de type menace (ECM), les émotions positives (EP), les émotions négatives (EN), et le bien-être psychologique (BEP).

Le modèle propose que la PH soit positivement liée à l'ECD et négativement à l'ECM alors que la PO serait positivement liée à l'ECM et n'aurait pas de lien significatif avec l'ECD. Le lien entre l'ECD et les EP serait positif, de même qu'entre l'ECM et les EN alors qu'il n'y aurait pas de lien entre l'ECD et les EN, ni entre l'ECM et les EP. De plus, le modèle proposé relie les EP et les EN respectivement positivement et négativement à la performance et au BEP. Finalement, des liens de covariations positifs sont attendus entre la PH et la PO et entre la performance et le BEP alors que des liens de nature négative sont attendus entre l'ECD et l'ECM, de même qu'entre les EP et les EN.

Commençons par noter que malgré la cohésion des liens directs et indirects avec les hypothèses, les indices d'ajustement du modèle (χ^2 (dl = 17, N = 154) = 41,754, $p = ,0007$; RMSEA = ,097 [,06, ,135]; $p = ,021$; CFI = ,903 ; TLI = ,846 ; SRMR = ,0075) ne rejoignent pas tout à fait les standards recommandés. En effet, le Chi carré ne devrait pas être significatif et les indices d'ajustement devraient être supérieurs à ,95 pour le *Comparative Fit Index* (CFI) et le Tucker-Lewis Index (TLI) alors qu'ils devraient être inférieurs à ,06 pour le *root mean square error* (RMSEA) et le *standardized root mean squared residual* (SRMR) (Kline, 2015; Tabachnick et al., 2007).

L'ensemble des liens attendus est significatif à l'exception de deux d'entre eux. Le lien négatif attendu entre la PO et l'ECD, tout comme celui entre les EN et le BEP après la compétition n'ont pas atteint le seuil de la signification statistique.

Les hypothèses concernant les deux types de passion sont confirmées par le modèle. La PH est effectivement liée positivement à l'ECD ($\beta = ,43$, $p < 0,001$) et négativement à l'ECM ($\beta = -,16$, $p < 0,05$), la PO est positivement liée à l'ECM ($\beta = ,29$, $p < 0,01$). Pour ce qui est des évaluations cognitives, l'ECD est liée positivement aux EP ($\beta = ,25$, $p < 0,01$) et l'ECM est liée positivement aux EN ($\beta = ,44$, $p < 0,001$). Pour les émotions, les EP covarient négativement avec les EN ($\beta = -,34$, $p < 0,001$) et positivement avec la performance ($\beta = ,65$, $p < 0,001$) et au

BEP ($\beta = ,38, p < 0,001$) alors que les EN sont liées négativement à la performance ($\beta = -,17, p < 0,01$).

Résultats indirects

Les effets indirects ont été testés en utilisant la *maximum likelihood procedure* (ML) conjointement avec la méthode *bootstrap* à 10 000 essais et en utilisant des intervalles de confiance de 95%. Les résultats supportent le modèle voulant que les évaluations cognitives agissent en tant que variables médiatrices entre le type de passion et les émotions. Que les émotions agissent en tant que variables médiatrices entre les évaluations cognitives et la performance ou le bien-être psychologique. De plus, le modèle soutient le lien entre la passion harmonieuse, la performance subséquente et le bien-être psychologique alors que ces liens ne sont pas significatifs pour la passion obsessive.

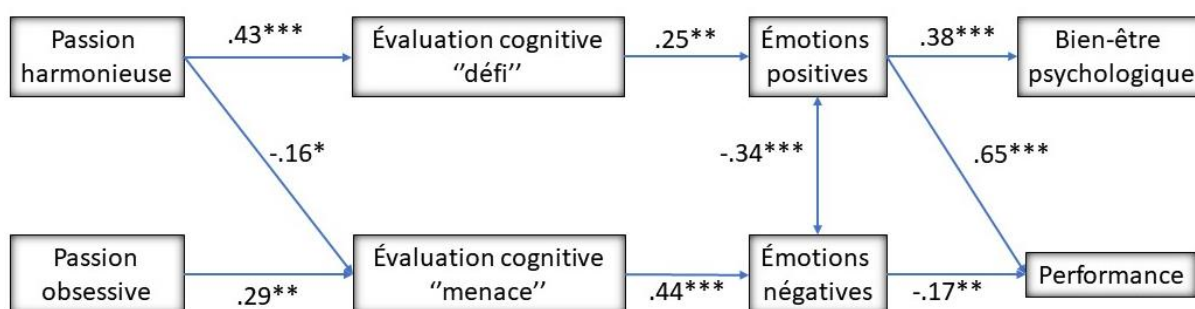
Tableau 2 : effets indirects standardisés.

Variable indépendante (1er niveau)	Variable indépendante (2e niveau)	Variable dépendante	Variable médiatrice	Variable médiatrice (2e niveau)	Effet indirect	p	Intervalle de Confiance (95%)	
							Inférieure	Supérieure
Passion harmonieuse		Émotions positives	ECD		,108	,010	,038	,202
		Émotions négatives	ECM		-,071	,044	-,148	-,007
	ECD	Bien-être psychologique	Émotions positives		,09	,015	,032	,186
	ECD	Performance	Émotions positives		,161	,003	,060	,274
Passion harmonieuse		Performance	ECD	Émotions positives	,070	,016	,024	,139
Passion harmonieuse		Bien-être psychologique	ECD	Émotions positives	,041	,038	,013	,092
Passion obsessive	ECM	Émotions négatives	ECM		,127	,013	,043	,246
		Performance	Émotions négatives		-,072	,010	-,133	-,022
Passion obsessive		Performance	ECM	Émotions négatives	-,021	,058	-,052	-,006
Passion obsessive		Bien-être psychologique	ECM	Émotions négatives	,000	,314	,000	,000

Les données obtenues démontrent un effet indirect significatif de la PH sur les EP par l'entremise de l'ECD ($\beta = ,108$; IC 95% = ,038 à ,202, $p = ,010$). Un effet négatif significatif de la PH avec les EN par l'entremise de l'ECM ($\beta = -,071$; IC 95% = -,148 à -,007, $p = ,044$). L'ECD, par l'intermédiaire des EP, a des effets indirects sur la performance ($\beta = ,161$; IC 95% = ,060 à ,274, $p = ,003$) et sur le BEP ($\beta = ,090$; IC 95% = ,032 à ,186, $p = ,015$). Pour ce qui est de la PO, on observe un lien indirect significatif avec les EN en étant médié par l'ECM ($\beta = ,127$; IC 95% = ,043 à ,246, $p = ,013$). Enfin, l'ECM entretient un lien indirect négatif avec la performance, en étant médié par les EN ($\beta = -,072$; IC 95% = -,133 à -,022, $p = ,010$).

Concernant les liens indirects à deux niveaux de médiations entre la PH et la performance ou le BEP, nous obtenons un lien positif et significatif entre la PH et la performance subséquente en étant médiée par l'ECD et les EP ($\beta = ,070$; IC 95% = ,024 à ,139, $p = ,016$), de même qu'entre la PH et le BEP en étant médiée par l'ECD et les EP ($\beta = ,041$; IC 95% = ,013 à ,092, $p = ,038$). En revanche, les liens médiés par l'ECM et les EN ne sont ni significatif entre la PO et la performance subséquente ($\beta = -,021$; IC 95% = -,052 à -,006, $p = ,058$), ni entre la PO et le BEP ($\beta = ,000$; IC 95% = ,000 à ,000, $p = ,314$).

Figure 2 : résultats de l'analyse par équation structurelle permettant de construire un modèle intégratif du processus de la résilience chez les athlètes ayant mal performé lors d'un premier évènement.



Note. $n = 154$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Discussion

Le but de cette étude était de tester un modèle intégratif du processus de résilience, suite à une contre-performance intégrant la passion, les évaluations cognitives et les émotions, ainsi que la performance subséquente et le bien-être psychologique afin de mieux comprendre le processus de résilience chez les athlètes. Plus précisément, il était attendu que la PH soit liée positivement à l'ECD et négativement à l'ECM, alors que la PO serait liée positivement à l'ECM et négativement à l'ECD. De plus, il était attendu que l'ECD soit corrélée positivement avec les EP alors que l'ECM serait corrélée positivement avec les EN et négativement avec les EP. Finalement, il était postulé que les EP soient liées positivement autant à la performance qu'au BEP tandis que les EN seraient liées négativement à ces dernières. Les résultats obtenus soutiennent généralement le modèle, bien que certaines nuances soient nécessaires. Les implications de ces résultats seront discutées dans les sections suivantes.

La passion et les évaluations cognitives

Les résultats de cette étude indiquent que la passion harmonieuse mène à une perception que la situation représente un défi à relever et diminuer la probabilité de se sentir menacé. Ces résultats sont en accord avec ceux de Lavoie et al. (2021), Schellenberg et al. (2013) et de Schellenberg et Bailis (2016) qui avaient également trouvé un lien positif entre la passion harmonieuse et l'évaluation de type défi ainsi qu'un lien négatif avec l'évaluation cognitive de type menace.

Ces résultats viennent consolider la base conceptuelle de la passion harmonieuse qui propose que son intégration harmonieuse dans l'identité puisse agir de manière protectrice face aux événements négatifs. Cela pourrait partiellement s'expliquer par le fait que ces personnes entretiennent une estime de soi plus forte (Lafrenière et al., 2011), et moins contingente à leurs

accomplissements (Mageau et al., 2011), ce qui ferait qu'elles seraient plus attentives aux opportunités de gain qu'aux possibilités d'échec.

Du côté de la passion obsessive, nos résultats indiquent qu'elle mène vers une tendance à se sentir menacé (évaluation cognitive de type menace). Ce lien positif et significatif appuie les résultats obtenus lors des études citées précédemment (Lavoie et al., 2021; Schellenberg et al., 2013; Schellenberg et Bailis, 2016). Sachant que la passion obsessive peut prendre une place démesurée au sein de la vie d'une personne et de son estime de soi, les événements stressants pourraient être synonymes de perte et de souffrance pour ces personnes. Pour ce qui est du lien entre la passion obsessive et l'évaluation cognitive de type défi, nos résultats n'indiquent pas de lien significatif. Cela perpétue donc la lignée de résultats ambigus puisque ceux actuels sont en accord avec ceux de Schellenberg et Bailis (2016), mais différent de ceux de Lavoie et al. (2021). Selon nos connaissances, seule cette dernière s'est penchée sur le lien entre la passion et les évaluations cognitives chez une population d'athlète et seule la présente étude a voulu évaluer l'impact de ces variables quant à la performance d'un événement suivant une contre-performance.

Les évaluations cognitives et les émotions

Nos résultats indiquent que les individus qui ont tendance à évaluer les stressors comme des défis ressentent plus d'émotions positives alors que ceux évaluant ces situations comme des menaces ressentent plus d'émotions négatives. Ceci est particulièrement intéressant considérant que les participants ont évalué leurs émotions en se référant aux quelques instants précédant le deuxième événement. Ceci implique qu'en dépit d'une défaite, certaines personnes ressentent des émotions positives, car elles interprètent la situation comme une opportunité de se démarquer. Nos résultats soutiennent le modèle des évaluations cognitives chez les athlètes, développé par Jones et al. (2009) selon lequel l'évaluation cognitive de type défi devrait surtout, mais pas nécessairement exclusivement, être liée aux émotions positives et que l'évaluation

cognitive de type menace devrait surtout, mais pas nécessairement exclusivement, être liée aux émotions négatives. Néanmoins, contrairement à d'autres (Jones et al., 2009; Skinner et Brewer, 2002), nous n'avons dégagé aucun lien négatif entre l'évaluation cognitive de type défi et les émotions négatives, ni entre l'évaluation cognitive de type menace et les émotions positives (Lavoie et al., 2021).

Les émotions et la performance

En ce qui a trait à l'effet des émotions sur la performance, les résultats indiquent que les émotions positives ressenties juste avant la seconde performance sont reliées positivement à une meilleure performance, alors que les émotions négatives y reliées négativement. Ces résultats vont dans la même direction que plusieurs études récentes (Ashkanasy, 2004; Gillet et al., 2013; McCarthy, 2011; Pensgaard et Duda, 2003; Philippe et al., 2009; Vast et al., 2010). Selon la *Broaden and Build Theory* (Fredrickson, 1998, 2001), le répertoire cognitif et comportemental s'élargit ou se rétrécit selon la valence des émotions ressenties. Considérant que la performance sportive de haut niveau demande la mobilisation la plus totale des ressources individuelles, en plus d'exiger une adaptation constante, un calme et une créativité, ces résultats appuient le modèle théorique de Fredrickson entre les émotions positives et la performance.

Les émotions et le bien-être psychologique

Ici, les résultats obtenus indiquent que les émotions positives augmentent le bien-être psychologique lors des semaines suivant la compétition, mais que le lien avec les émotions négatives n'est pas significatif. Pour les émotions positives, cette relation s'avère cohérente avec la littérature (Kahneman, 1999; McCarthy, 2011; Rousseau et Vallerand, 2008), par contre, l'absence de lien avec les émotions négatives est surprenante et soulève le besoin de confirmer les résultats du modèle.

Limites et recherches futures

Cette recherche comporte nécessairement plusieurs limites. Premièrement, il est impossible de tirer des liens causaux dû au devis rétrospectif ne manipulant pas expérimentalement les variables. Des recherches futures devraient manipuler la passion (voir Bélanger et al., 2013) ou encore l'échec (ou le succès) afin de reproduire les présents résultats. Secondement, les participants devaient répondre en ligne de façon autorapportée et ils devaient choisir une compétition des cinq dernières années. Il est possible que le rappel fasse preuve de certains biais de leur part. Dans ces circonstances, il se pourrait que les émotions recensées avant la deuxième performance aient en fait été teintées par le résultat lors de cette seconde performance. La même chose pourrait être vraie relativement au bien-être. La causalité des émotions sur ces deux variables reste à être démontrée expérimentalement. Troisièmement, les réponses autorapportées pourraient être influencées par la désirabilité sociale des participants. Pour ces raisons, il est primordial que des mesures objectives de la performance soient utilisées afin de reproduire les présents résultats, et ce, non seulement avec des athlètes de haut niveau, mais éventuellement, avec d'autres populations telles des étudiants universitaires.

Conclusion

La présente étude permet d'appuyer un modèle intégratif de la résilience en sport impliquant la passion, les évaluations cognitives, les émotions, la performance subséquente et le bien-être psychologique suite à une première contre-performance. Globalement, les résultats de cette étude suggèrent que la passion harmonieuse permet aux athlètes de rebondir après une défaite afin d'atteindre une bonne performance lors du prochain événement, en plus de faire l'expérience d'un plus grand bien-être subséquent. Cette qualité de résilience s'exprimerait au travers d'une évaluation cognitive de type défi et des émotions positives. Une réaction contraire se produit avec la passion obsessive. D'autres recherches seront nécessaires afin de reproduire

ces résultats et clarifier les liens proposés pour éventuellement permettre d'établir des liens de causalité.

Bibliographie

- Ashkanasy, N. M. (2004). Emotion and Performance. *Human Performance*, 17(2), 137-144. https://doi.org/10.1207/s15327043hup1702_1
- Basso, M. R., Schefft, B. K., Ris, M. D., & Dember, W. N. (1996). Mood and global-local visual processing. *Journal of the International Neuropsychological Society: JINS*, 2(3), 249-255. <https://doi.org/10.1017/s1355617700001193>
- 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.
- Carpentier, J., Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2012). Ruminations and flow : Why do people with a more harmonious passion experience higher well-being? *Journal of Happiness studies*, 13(3), 501-518.
- Conroy, D. E., Elliot, A. J., & Hofer, S. M. (2003). A 2× 2 achievement goals questionnaire for sport : Evidence for factorial invariance, temporal stability, and external validity. *Journal of sport and Exercise psychology*, 25(4), 456-476.
- Curran, T., Hill, A. P., Appleton, P. R., Vallerand, R. J., & Standage, M. (2015). The psychology of passion : A meta-analytical review of a decade of research on intrapersonal outcomes. *Motivation and Emotion*, 39(5), 631-655.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory : A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2010). Intrinsic motivation. *The corsini encyclopedia of psychology*, 1-2.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 50(3), 571.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of general psychology*, 2(3), 300-319.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology : The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218.
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367-1377.

- Fredrickson, B. L., & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition & emotion*, 19(3), 313-332.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & emotion*, 12(2), 191-220.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C., & Tugade, M. M. (2000). The undoing effect of positive emotions. *Motivation and emotion*, 24(4), 237-258.
- Gillet, N., Vallerand, R. J., Lafrenière, M.-A. K., & Bureau, J. S. (2013). The mediating role of positive and negative affect in the situational motivation-performance relationship. *Motivation and Emotion*, 37(3), 465-479. <https://doi.org/10.1007/s11031-012-9314-5>
- Isen, A. M., Johnson, M. M., Mertz, E., & Robinson, G. F. (1985). The influence of positive affect on the unusualness of word associations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(6), 1413-1426. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.48.6.1413>
- Jones, M., Meijen, C., McCarthy, P. J., & Sheffield, D. (2009). A Theory of Challenge and Threat States in Athletes. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2(2), 161-180. <https://doi.org/10.1080/17509840902829331>
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In *Well-being : The foundations of hedonic psychology*. (Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (Eds.), p. 3-25). Russell Sage Foundation.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
- Lafrenière, M.-A. K., Bélanger, J. J., Sedikides, C., & Vallerand, R. J. (2011). Self-esteem and passion for activities. *Personality and Individual Differences*, 51(4), 541-544. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.04.017>
- Lane, A., Devonport, T., Soós, I., Istvan, K., Leibinger, E., & Hamar, P. (2010). Emotional Intelligence and Emotions Associated with Optimal and Dysfunctional Athletic Performance. *Journal of sports science & medicine*, 9, 388-392.
- Lavoie, C.-É., Vallerand, R. J., & Verner-Filion, J. (2021). Passion and emotions : The mediating role of cognitive appraisals. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101907.
- Lazarus, R. S. (1982). Thoughts on the relations between emotion and cognition. *American psychologist*, 37(9), 1019.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press on Demand.
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research : Past, present, and future. Fifty years of the research and theory of RS Lazarus: An analysis of historical and perennial issues, 366-388.
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and emotion : A new synthesis*. Springer publishing company.

- Mageau, Geneviève A, Carpentier, J., & Vallerand, R. J. (2011). The role of self-esteem contingencies in the distinction between obsessive and harmonious passion. *European Journal of Social Psychology*, 41(6), 720-729.
- Mageau, Genevieve A, Vallerand, R. J., Charest, J., Salvy, S., 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), 601-646.
- McCarthy, P. J. (2011). Positive emotion in sport performance : Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(1), 50-69.
- Nahum, O. (2016). *Athlete's Subjective Performance Scale (ASPS)*.
<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.15985.51048>
- Pensgaard, A. M., & Duda, J. L. (2003). Sydney 2000 : The interplay between emotions, coping, and the performance of Olympic-level athletes. *The Sport Psychologist*, 17(3), 253-267.
- 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), 77-96.
- Rossato, C. J. L., Uphill, M. A., Swain, J., & Coleman, D. A. (2018). The development and preliminary validation of the Challenge and Threat in Sport (CAT-Sport) Scale. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(2), 164-177.
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1182571>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Schellenberg, B. J. I., & Bailis, D. S. (2016). The two roads of passionate goal pursuit : Links with appraisal, coping, and academic achievement. *Anxiety, Stress, & Coping*, 29(3), 287-304. <https://doi.org/10.1080/10615806.2015.1036047>
- Schellenberg, B. J. I., Bailis, D. S., & Crocker, P. R. E. (2013). Passionate hockey fans : Appraisals of, coping with, and attention paid to the 2012–2013 National Hockey League lockout. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(6), 842-846.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.06.004>
- Skinner, N., & Brewer, N. (2002). The dynamics of threat and challenge appraisals prior to stressful achievement events. *Journal of personality and social psychology*, 83(3), 678.
- St-Louis, A. C., & Vallerand, R. J. (2015b). A Successful Creative Process : The Role of Passion and Emotions. *Creativity Research Journal*, 27(2), 175-187.
<https://doi.org/10.1080/10400419.2015.1030314>
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5). Pearson Boston, MA.

- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Advances in experimental social psychology*, 29, 271-360.
- Vallerand, R. J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity.
- Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion : In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(1), 1.
- Vallerand, R. J. (2015). *The psychology of passion : A dualistic model*. Series in Positive Psychology.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Gagné, M., & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'ame : On obsessive and harmonious passion. *Journal of personality and social psychology*, 85(4), 756.
- 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 and Exercise*, 9(3), 373-392.
- Vallerand, R. J., & Miquelon, P. (2007). *Passion for Sport in Athletes*.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Koestner, R. (2008). Reflections on self-determination theory. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(3), 257.
- Vallerand, R. J., Rousseau, F. L., Grouzet, F. M., Dumais, A., Grenier, S., & Blanchard, C. M. (2006). Passion in sport : A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 454-478.
- Vallerand, R. J., Salvy, S., Mageau, G. A., Elliot, A. J., Denis, P. L., Grouzet, F. M., & Blanchard, C. (2007). On the role of passion in performance. *Journal of personality*, 75(3), 505-534.
- Vast, R. L., Young, R. L., & Thomas, P. R. (2010). Emotions in sport : Perceived effects on attention, concentration, and performance. *Australian Psychologist*, 45(2), 132-140.

Annexe

Certificat d'approbation éthique



No. de certificat: 4658

Certificat émis le: 26-11-2020

CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE

Le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants impliquant des êtres humains (CERPE FSH) a examiné le projet de recherche suivant et le juge conforme aux pratiques habituelles ainsi qu'aux normes établies par la *Politique No 54 sur l'éthique de la recherche avec des êtres humains* (Janvier 2016) de l'UQAM.

Titre du projet:	Le rôle de la passion dans le processus de résilience suite à un échec sportif
Nom de l'étudiant:	Samuel GALLANT
Programme d'études:	Thèse de spécialisation en psychologie ou stage de recherche (1er cycle)
Direction de recherche:	Robert J. VALLERAND

Modalités d'application

Toute modification au protocole de recherche en cours de même que tout événement ou renseignement pouvant affecter l'intégrité de la recherche doivent être communiqués rapidement au comité.

La suspension ou la cessation du protocole, temporaire ou définitive, doit être communiquée au comité dans les meilleurs délais.

Le présent certificat est valide pour une durée d'un an à partir de la date d'émission. Au terme de ce délai, un rapport d'avancement de projet doit être soumis au comité, en guise de rapport final si le projet est réalisé en moins d'un an, et en guise de rapport annuel pour le projet se poursuivant sur plus d'une année. Dans ce dernier cas, le rapport annuel permettra au comité de se prononcer sur le renouvellement du certificat d'approbation éthique.

Anne-Marie Parisot

Professeure, Département de linguistique

Présidente du CERPÉ FSH

Questionnaire

CONSENT FORM

Project title:

The attitudes and behaviors of high-level athletes following a swimming or speedskating event

Why is this research being done?

This is a research project conducted by the Research Laboratory on Social Behavior (RLSB) at Université du Québec à Montréal (UQAM) that seeks to study the attitudes and behavior of athletes following an event.

What type of participants are we looking for?

We are specifically looking for athletes aged 18 and over who competed at the provincial/state, national or international level in the past 5 years and who took part in a competition with many events in the same day, or weekend.

What will I be asked to do?

We invite you to complete a survey that lasts around 15 minutes. Your participation in this research is completely voluntary and you have the right to withdraw from the study without penalty at any time. If you do participate, your responses to the questionnaire will remain confidential as no personal identifiers will be asked or used when reporting results.

Compensation:

You will receive 2.00\$ for completing this online survey.

Questions regarding this survey?

For any questions regarding this survey, please contact lablrsc@gmail.com

Statement of Age of Subject and Consent

Your electronic signature indicates that you are at least 18 years of age; the research has been explained to you; your questions have been fully answered; and you freely and voluntarily choose to participate in this research project.

Remember that this is not a test or an evaluation. There is no correct or incorrect answers. Simply answer the questions spontaneously and honestly.

*** 1. Having read and understood the above text, I agree to take part in the study.** I understand that all information will be used for research purposes only and will remain confidential. I freely agree to take part in this research knowing that it is possible to terminate my participation at any time and without having to provide any reason for it.

☐ I agree to participate

☐ I refuse to participate

*** 2. Please confirm that the followings apply to you:**

- ☐ I am 18 years old or more.
- ☐ I am a swimmer or a speedskater.
- ☐ I have competed at the provincial/state, national or international level in the past 5 years.
- ☐ I participated in a competition with multiple events in the same day, or the same weekend.

Demographic

* 3. What is your mTurk ID?

* 4. What is your age?

* 5. To which genre do you identify with?

- ☐ Male
☐ Female
☐ Other

* 6. What describes best your race/ethnicity?

Other (please specify)

* 7. How many hours a week do you normally spend training for swimming?

* 8. How many years have you been swimming?

* 9. What is the best rank you attained during a state/provincial, national or international competition in the past 5 years?

Best ranking

Competition name

* 10. On a scale from 1 to 10, whereas 1 corresponds to a recreational athlete and 10 corresponds to an internationally known athlete, what grade would you correspond to in your favorite sport?

[illegible]

The poor performance during a first event

In this study, we are interested in a competition in which you **underperformed badly during a first event but you had to compete again** on the same day or the following one. This section will ask you questions about the underperformance.

* 13. Please indicate the name, date and level of a competition in the past 5 years where you **underperformed in a first event** then had to compete again in the same competition:

Date (an approximation is accepted)

Name of the competition

Level of the competition

* 14. In a couple of lines, please describe the best you can what occurred in the specific event you classify as a poor performance. Take your time and try to recall as many details as possible. Try to also remember how you felt. (remember that your answers are entirely anonymous):

Thinking of this first event, indicate what describes the best your performance:

* 15. This first event was...

A										A
complete failure (1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	complete success (10)	
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	

* 16. This first event was...

A terrible										A great
performance (1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	performance (10)	
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	

Second event

We are now interested in the event (e.g. the race, the game or the match) that followed the one you just described. This next event has to be in the same competition as the one you just described.

* 17. How long after the first performance did this second event took place ? (in hours)

THANK YOU FOR YOU PARTICIPATION!!!

23. Do you have any other comments, questions, or concerns?

IMPORTANT: Please enter the following code in your MTurk HIT page to confirm that you have completed the survey.
na5968