

Description des premières années d'expérience des entraîneures débutantes¹

GUYLAINE DEMERS
Professeure agrégée
et
MARIE-HÉLÈNE AUDET
Étudiante diplômée

¹Projet de recherche subventionné par le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada et Sport Canada



Contexte de l'étude

- Les conclusions d'études antérieures montrent une sous-représentation des entraîneures au cours des 30 dernières années et une diminution de leur nombre au cours des 10 dernières années.
- Non seulement les femmes sont moins nombreuses que les hommes dans la profession, mais elles l'exercent aussi moins longtemps qu'eux, soit environ 4 ans contre 11.



Objectifs spécifiques

- Décrire le profil des femmes qui choisissent de devenir entraîneures.
- Déterminer les réussites et les problèmes vécus pendant les deux premières années en tant qu'entraîneure.



Méthode

- Nous avons opté pour une étude de cas multiples afin de mieux comprendre les expériences des entraîneures débutantes en décrivant leurs deux premières années dans la profession.



Recrutement de femmes à des postes d'entraîneur

- Recrutement par l'entremise du système sportif des écoles québécoises et les clubs de sport.
- Participantes : 12 entraîneures débutantes en...
 - gymnastique (6)
 - basketball (1)
 - soccer (2)
 - taekwondo (1)
 - curling (1)
 - cheerleading (1)



Collecte de données sur le choix de carrière

- À l'aide des échelles de Doherty et Johnson, nous avons mesuré les influences cognitives et contextuelles sur le choix de la carrière d'entraîneure (selon la théorie sociale cognitive de l'orientation professionnelle de Lent, Brown et Hackett, 1994).
- Les échelles se divisent en 4 sections :
 - Perception d'efficacité personnelle = 42 points
 - Attentes relatives à la profession = 43 points
 - Facteurs susceptibles d'influencer la décision de s'impliquer = 11 points
 - Facteurs propres aux femmes = 13 points



Collecte de données sur les problèmes et les réussites

- Technique des incidents critiques (Brunelle et coll., 1988).
- Chaque entraîneure a donné au moins deux incidents par semaine (un lié à un problème et l'autre à une réussite), et ce, pendant une période variant de 16 à 20 semaines.
- Nous avons recueilli de 32 à 40 incidents pour chaque entraîneure, soit un total de 462 incidents pour l'ensemble du projet.



Analyse des données – Réussites et problèmes

- Nous avons procédé à l'analyse du contenu en nous fondant sur le modèle de L'Écuyer (1990), une analyse de données qualitative mixte qui combine un modèle ouvert sans catégories prédéfinies et un modèle avec catégories prédéfinies. Nous avons utilisé le modèle de Gilbert et Trudel sur le processus de réflexion (2001).



Résultats – Choix d'une carrière d'entraîneure

- Les réponses au questionnaire sur les choix de carrière montrent clairement que les entraîneures qui ont participé à la recherche avaient vécu des expériences extrêmement positives en tant qu'athlètes. Toutefois, leurs résultats étaient moyens sur le plan de la compétition. Il semble donc que la qualité de leurs expériences (généralement très positives) a eu plus d'importance que leurs victoires dans le choix de la carrière d'entraîneure.



Résultats – Niveau de confiance

- Selon les différentes compétences requises dans leur métier, le niveau de confiance des entraîneures allait de bas à très élevé.
- Zones où le niveau de confiance était bas :
 - planification des séances d'entraînement
 - gestion du stress
 - premiers soins et blessures
- Sur une échelle de 1 à 9, elles ont évalué leur niveau de confiance global à 7, ce qui est assez élevé. Dans l'ensemble, elles semblent donc avoir une bonne confiance dans leurs compétences d'entraîneure.



Résultats – Influences

- La question de savoir ce qui avait le plus influencé la décision des participantes de devenir entraîneures a permis de faire ressortir trois facteurs. Les voici en ordre d'importance :

1. Le directeur (du club/des sports) m'a demandé personnellement de devenir entraîneure.
2. Ma famille m'a encouragée à devenir entraîneure.
3. Mes amis m'ont encouragée à devenir entraîneure.



Résultats – Réussites (♦ communauté, ♦ compétition, ♦ les 2)

Comportement des athlètes

- Plaisir des athlètes
- Influence positive des athlètes les uns sur les autres

Performance des athlètes

- Développement des habiletés motrices et techniques (l'athlète qui réussit pour la première fois)
- Réponse affective des athlètes (absence de peur)

Profil de l'entraîneure

- Habiletés pédagogiques (enseignement d'éléments techniques et difficiles)
- Sens de l'organisation (pas de perte de temps)
- Sentiment de compétence

Influence des parents

- Rapports positifs avec les parents

Organisation de l'équipe ou du club

- Mentorat
- Décisions relatives à la gestion du club (assistant-entraîneur, etc.)

Résultats – Problèmes (♦ communauté, ♦ compétition, ♦ les 2)
Comportement des athlètes <ul style="list-style-type: none"> •Athlètes dissipés •Climat social négatif
Performance des athlètes <ul style="list-style-type: none"> ▪Athlètes qui ne comprennent pas ce qu'ils doivent faire ▪Réponse affective des athlètes (absence de peur)
Profil de l'entraîneure <ul style="list-style-type: none"> ▪Habilités pédagogiques (enseignement d'éléments techniques et difficiles) ▪Organisation des séances d'entraînement (manque d'efficacité) ▪Sentiment d'incompétence ▪Impression que sa formation et ses expériences magistrales sont insuffisantes
Influence des parents <ul style="list-style-type: none"> ▪Rapports négatifs avec les parents
Organisation de l'équipe ou du club <ul style="list-style-type: none"> ▪Décisions relatives à la gestion du club (absence de mentorat, \$\$\$, etc.)

Conclusion

- Même si cette recherche se veut exploratoire, les réussites – et tout particulièrement les problèmes – qu'elle a permis de cerner nous donne d'excellentes pistes pour la formation des entraîneures débutantes. Il semble que cette formation devrait comprendre un volet « discipline », ce qui n'est guère étonnant si l'on considère que les jeunes entraîneurs travaillent souvent avec de jeunes groupes d'athlètes.

Conclusion (suite)

- Il semble capital d'enseigner des stratégies aux entraîneures débutantes et de leur donner accès à une banque d'exercices variés dans le cadre de leur formation.

Conclusion (suite)

- L'étude confirme que les entraîneures débutantes devraient pouvoir profiter du même mentorat que les entraîneures chevronnées, à la différence que les objectifs seraient adaptés au niveau d'expérience. Chez les entraîneures chevronnées, le mentorat doit les aider à surmonter des obstacles liés au fait qu'elles sont des femmes; chez les entraîneures débutantes, le mentorat doit être orienté vers les aspects techniques, comme des stratégies pédagogiques ou des exemples d'exercices.

Conclusion (suite)

- Pour terminer, soulignons que les entraîneures ont aimé, et aiment toujours, avoir l'occasion de noter leurs réussites et leurs problèmes. L'une d'elles a même dit que c'était étrange de décrire des incidents négatifs, mais que ça permettait de s'en détacher. Elles sont très sensibles à leurs expériences, et leurs descriptions s'améliorent plus le temps passe. La méthode utilisée pour cette recherche semble prometteuse pour l'étude de la situation des entraîneures débutantes.

Prochaines étapes

- Concevoir des ateliers de formation réservés aux femmes en tenant compte des conclusions de cette étude (comment régler les problèmes de discipline, comment se comporter envers les parents).
- Concevoir un programme de mentorat lié aux ateliers; rendre ce processus automatique.
- Bâtir un réseau pour faire savoir aux organismes locaux de sport qui sont les entraîneures certifiées dans les sports qui les concernent.

Prochaines étapes (suite)

- Collaborer avec les ONS pour les inciter à concevoir des manuels d'exercices et d'entraînement propres à leur sport (créer un modèle pour les aider).
- Rédiger un chapitre qui viendra compléter le matériel didactique utilisé pour former les formateurs du PNCE en ce qui a trait aux femmes en situation d'apprentissage dans un atelier sur la profession d'entraîneur.

Questions



MERCI



guylaine.demers@fse.ulaval.ca

Bibliographie

- Acosta, R.V. et L.J. Carpenter. (2004). *Women in intercollegiate sport : A longitudinal study twenty seven year update, 1977-2004*, West Brookfield, Massachusetts, Carpenter/Acosta.
- Chelladurai, P. et S.D. Saleh. (1980). « Dimensions of leader behavior in sports: development of a leadership scale », *Journal of sport & exercise psychology*, vol. 2, n° 1 (mars), p. 34-45.
- Doherty, A.J. et S. Johnson. (2001). « Development of scales to measure cognitive and contextual influences on coaching entry », *Avante*, vol. 7, n° 3, p. 41-60.
- Doherty, A.J. et C. Casey. (1996). « The influence of sport socialization and family responsibilities on the underrepresentation of women interscholastic coaches », *Avante*, vol. 2, n° 2, p. 70-86.
- Gilbert, W.D. (2002). *An annotated bibliography and analysis of coaching science*, [Reston, Virginie], Research Consortium of the American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 7 juin.
- Gilbert, W. D. et P. Trudel. (2001). « Learning to coach through experience : Reflection in modal youth sport coaches », *Journal of teaching in physical education*, vol. 21, n° 1 (octobre), p. 16-34.
- Hart, B.A., C.A. Hasbrook et S.A. Mathes. (1986). « An examination of the reduction in the number of female interscholastic coaches », *Research quarterly for exercise and sport*, vol. 57, n° 1 (mars), p. 68-77.
- Knoppers, A. (1987). « Gender and the coaching profession », *Quest*, vol. 39, n° 1 (avril), p. 9-22.
- Lent, R.W., S.D. Brown et G. Hackett. (1994). « Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance », *Journal of vocational behavior*, vol. 45, n° 1 (août), p. 79-122.
- Marshall, D. (2001). « La formation de la prochaine génération d'entraîneures », *Journal canadien des entraîneures* (Ottawa, Association canadienne des entraîneures), vol. 1, n° 4 (mars).
<http://www.coach.ca/WOMEN/journal/mars2001/index.htm>
- Murray, M. et H. Matheson (2001). « Psychological and social challenges for females in sport », In Greta L. Cohen (éd.), *Women in sport : Issues and controversies*, 2e éd., Reston, Virginie, National Association for Girls and Women in Sport.
- Theberge, N. (1990). « Gender, work and power: The case of women in coaching », *The Canadian Journal of Sociology = Cahiers canadiens de sociologie*, vol. 15, n° 1, p. 59-75.
- Theberge, N. (1992). « Managing domestic work and careers: The experiences of women in coaching », *Atlantic / A Women's Studies Journal / Revue d'études sur les femmes*, vol. 17, n° 2, p. 11-21.