Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement

# La relation entre l’adolescent et le responsable de son activité organisée : Variations selon le type d’activité et liens avec les symptômes dépressifs et l’estime de soi

Marc-Olivier Lemay, François Poulin, and Anne-Sophie Denault

Online First Publication, December 30, 2024. https://dx.doi.org/10.1037/cbs0000440

CITATION

Lemay, M.-O., Poulin, F., & Denault, A.-S. (2024). La relation entre l’adolescent et le responsable de son activité organisée : Variations selon le type d’activité et liens avec les symptômes dépressifs et l’estime de soi. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*. Advance online publication. https://dx.doi.org/10.1037/cbs0000440

CANADIAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION
SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PSYCHOLOGIE

Canadian Journal of Behavioural Science /
Revue canadienne des sciences du comportement

ISSN: 0008-400X
© 2024 Canadian Psychological Association
https://doi.org/10.1037/cbs0000440

# La relation entre l'adolescent et le responsable de son activité organisée : Variations selon le type d'activité et liens avec les symptômes dépressifs et l'estime de soi

Marc-Olivier Lemay[1], François Poulin[1] et Anne-Sophie Denault[2]
[1] Département de psychologie, Université du Québec à Montréal
[2] Département des fondements et pratiques en éducation, Université Laval

Les dimensions de la relation entre l'adolescent et l'adulte responsable de son activité organisée ont fait l'objet de peu de recherches. La présente étude vise à vérifier si cette relation peut varier selon le type d'activité et si elle est associée aux symptômes dépressifs et à l'estime de soi des adolescents. Au total, 130 adolescents (63% de sexe féminin) de cinquième secondaire participant à une activité organisée ont complété des mesures sur leur relation avec l'adulte responsable, leurs symptômes dépressifs et leur estime de soi. Les activités ont été regroupées en trois catégories : sports individuels, sports d'équipe et activités artistiques. Des dimensions négatives (conflit) et positives (trois formes de soutien social) de la relation avec l'adulte ont été examinées. Une analyse de covariance multivariée et une régression logistique révèlent que le soutien éducatif est plus faible et que le conflit est plus élevé dans les sports d'équipe que dans les activités artistiques. Une analyse de modération montre également que le lien entre l'appréciation de la compétence et les symptômes dépressifs varie selon le type d'activité pratiquée.

***Intérêt public***
Les résultats de cette étude soulignent la contribution des adultes responsables des activités organisées (sports individuels, sports d'équipe, activités artistiques) au bien-être des adolescents. Les organismes encadrant ces activités devraient offrir aux adultes responsables des formations portant sur l'importance du soutien social et des stratégies de gestion des conflits en tenant compte des caractéristiques du type d'activité.

*Mots-clés :* activités organisées, adulte responsable, symptômes dépressifs, estime de soi, adolescence

*Matériel supplémentaire :* https://doi.org/10.1037/cbs0000440.supp

Les activités organisées (AO) constituent des contextes sociaux favorables à l'adaptation psychosociale des adolescents.[1] Ces activités sont offertes en groupe, sur une base volontaire et sont structurées et supervisées par des adultes (Larson, 2000). Les activités sportives et artistiques sont des exemples communs d'AO. De façon générale, la participation à des AO est associée à une série d'effets bénéfiques, notamment sur la réussite et la persévérance scolaire, les compétences sociales et l'adaptation psychosociale (p. ex. : estime de soi élevée, symptômes dépressifs faibles) de même qu'à une diminution des conduites à risque (voir Boelens et al., 2022; Farb & Matjasko, 2012, pour des revues). Afin de rendre compte de ces effets, plusieurs études se sont concentrées sur des dimensions de la participation telles que l'intensité, l'engagement, la diversité et la durée (Bohnert et al., 2010). D'autres ont porté sur des processus sociaux tels que la coparticipation des pairs à l'activité (Poulin & Denault, 2013) et l'implication des parents (Denault & Poulin, 2009). Nous proposons d'examiner un processus social qui a été peu étudié jusqu'à maintenant : les dimensions de la relation que les adolescents entretiennent avec l'adulte responsable de leur activité. Cette étude vise à mieux cerner les liens potentiels entre cette relation et les symptômes dépressifs et l'estime de soi des adolescents. Nous proposons qu'un tel effet pourrait varier selon le type d'AO pratiqué. Mieux connaître les dimensions de la relation que les adolescents entretiennent avec l'adulte responsable de leur AO permettrait de préciser celles qui sont les plus bénéfiques (ou néfastes) pour leur développement et d'identifier les contextes (c.-à-d. types d'AO) qui leur sont le plus favorables.

Pierre Cormier a servi d'éditeur d'action.
Marc-Olivier Lemay https://orcid.org/0009-0008-4584-5652
Cette recherche a été financée par le Fonds de recherche du Québec—Société et Culture (Grant 2008-AC-118531) et le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (Grant 435-2012-1171) awarded to François Poulin.
Toute correspondance concernant le présent article doit être adressée à François Poulin, Département de psychologie, Université du Québec à Montréal, 100 Rue Sherbrooke Ouest, Montréal, QC H2X 3P2, Canada. Courriel : poulin.francois@uqam.ca

[1] Le masculin a été employé afin d'alléger le texte.

## La relation avec l'adulte responsable de l'activité organisée

À l'adolescence, les AO sont généralement sous la responsabilité d'un adulte, par exemple l'entraîneur pour les équipes sportives et l'enseignant ou l'animateur pour les activités artistiques. Cet adulte veille au bon déroulement de l'activité et transmet aux participants les habiletés nécessaires à une pratique réussie. Puisque la participation à une AO s'étale sur plusieurs rencontres sur une base saisonnière ou annuelle, l'adolescent a potentiellement l'occasion de développer une relation significative avec cet adulte. Comme toute relation interpersonnelle, cette relation peut se caractériser par des aspects négatifs et positifs. Sur le plan négatif, certains conflits peuvent émerger lorsque les buts de l'adolescent et ceux de l'adulte ne concordent pas et que ces désaccords mènent à des émotions négatives (Barki & Hartwick, 2004), voire une certaine détresse psychologique (Wachsmuth et al., 2017). Par exemple, un adolescent pourrait avoir une dispute avec son entraîneur concernant son temps de jeu.

Sur le plan positif, l'adulte responsable de l'AO occupe un rôle de transmission des habiletés et peut faire office d'enseignant, de modèle et de personne qui vous met au défi (*challenger*; Hamilton et al., 2016). De plus, cet adulte peut constituer une source de soutien social supplémentaire dont pourraient bénéficier les adolescents. De façon générale, le soutien social provenant d'adultes en dehors de la famille est favorable à l'adaptation des adolescents (Hagler & Poon, 2023). Dans le contexte des AO, un soutien élevé de la part de l'adulte responsable a été associé à une réduction des symptômes dépressifs (Denault & Poulin, 2008), notamment chez les adolescents qui éprouvaient certaines difficultés avec leurs parents (Mahoney et al., 2002). Toutefois, ces études ont utilisé une conception générale du soutien social alors qu'il peut se présenter sous différentes formes. Certaines classifications ont été proposées pour différencier ces formes, la plus utilisée étant celle de House (1981), voir Malecki et Demaray (2003) et Yeakel (2019). Cet auteur a proposé quatre types de soutien social. Le premier type est caractérisé par des démonstrations d'affection, de confiance, de bienveillance, de camaraderie et d'empathie (« soutien émotionnel »). Le deuxième est basé sur l'orientation personnelle ainsi que le partage de connaissances et de conseils (« soutien éducatif »). Le troisième inclut les rétroactions, les encouragements et les informations permettant une auto-évaluation (« appréciation de la compétence »). Le quatrième type consiste en l'offre d'aide tangible comme du temps ou de l'argent (« soutien instrumental »). Des études portant sur différents contextes relationnels ont montré que chacun de ces types de soutien était associé négativement aux symptômes dépressifs (Malecki & Demaray, 2003; Yeakel, 2019). Dans la présente étude, seuls les trois premiers types de soutien ont été considérés puisqu'il est plus difficile d'établir des liens théoriques entre, par exemple, le fait de fournir du matériel approprié pour l'activité et l'adaptation psychosociale des adolescents.

## L'importance de regrouper les activités organisées en catégories

Les AO ne constituent pas un tout homogène. Lorsqu'elles sont regroupées en catégories (p. ex. : sports, activités artistiques, clubs de jeunes), des études ont montré qu'elles étaient associées à différents effets sur l'adaptation psychosociale des adolescents (Farb & Matjasko, 2012; Forneris et al., 2015; Hansen et al., 2010; Martins et al., 2021). Les catégories d'AO ont le potentiel d'engager les adolescents vers des objectifs distincts et de les exposer à diverses normes et dynamiques sociales (Hansen et al., 2010). Par conséquent, ces types d'activités sont associés à une diversité de contenus et d'expériences, ce qui mène à des conséquences développementales variées (Larson et al., 2006).

À ce jour, aucune classification consensuelle des types d'AO n'a été adoptée. Dans le cadre de la présente étude, les AO ont été regroupées à priori en trois types fréquemment utilisés dans les écrits scientifiques : les sports individuels, les sports d'équipe et les activités artistiques (Denault & Poulin, 2016; Hansen et al., 2010). Dans les sports individuels (p.ex. natation, sports de combat, sports de raquette en simple), l'adolescent est plus susceptible de performer seul même s'il s'entraîne avec d'autres coéquipiers. De plus, ceux-ci peuvent parfois être des adversaires lors de compétitions (Moeijes et al., 2018). Les sports d'équipe (p. ex. : hockey, soccer, baseball) nécessitent plutôt une coopération entre des coéquipiers visant l'atteinte d'un but commun. Une revue générale (*umbrella review*) menée par Boelens et al. (2022) a conclu que, malgré certains résultats mitigés, la participation à des activités sportives est associée plus fortement à une meilleure santé mentale à l'adolescence que la participation à des activités non sportives (artistiques ou communautaires). Parmi les études incluses dans cette revue générale, la revue systématique de Eime et al. (2013) avait notamment relevé, autant dans des études transversales que longitudinales, plusieurs associations entre la participation à des activités sportives et une meilleure régulation émotionnelle, une estime de soi plus élevée et des compétences sociales accrues. Certains des corrélats positifs de ce type d'activité sont toutefois susceptibles d'être expliqués par les bienfaits de l'activité physique sur la santé mentale (Boelens et al., 2022). Cependant, la participation à des sports d'équipe entrainerait une diminution des symptômes dépressifs alors que ce ne serait pas le cas pour les sports individuels (Pluhar et al., 2019; Sabiston et al., 2016). Par exemple, Sabiston et ses collègues ont examiné les liens entre les sports organisés et les symptômes dépressifs chez 860 jeunes adultes québécois ($M_{\text{âge}} = 20{,}4$ ans). Ils ont observé que le nombre d'années de participation à des sports d'équipe durant l'adolescence était négativement associé aux symptômes dépressifs quelques années plus tard, mais que ce n'était pas le cas pour les sports individuels. Il est à noter que les sports individuels peuvent être liés à d'autres bénéfices, notamment à un niveau d'anxiété sociale moindre au début de l'âge adulte chez ceux qui y participent comparativement à ceux qui n'y participent pas (Ashdown-Franks et al., 2017).

Enfin, les activités artistiques (*performance and fine arts*) comprennent les arts de la scène (p. ex. : danse, musique, théâtre, improvisation) et les beaux-arts (p. ex. : peinture, arts plastiques; Denault & Poulin, 2009; Hansen et al., 2010). La participation à ce type d'AO favoriserait la connaissance de soi (Hansen et al., 2003) et est liée à une meilleure estime de soi (Zarobe & Bungay, 2017). Une revue de la portée sur le rôle bénéfique des arts par l'Organisation mondiale de la santé rapporte que les activités artistiques sont associées à une baisse des symptômes dépressifs chez une multitude de populations à risque (Fancourt & Finn, 2019).

## La relation avec l'adulte responsable dans les différents types d'activités organisées

Comme mentionné plus haut, les différents types d'AO sont associés à une diversité de contenus et d'expériences individuelles et sociales (Larson et al., 2006). Par conséquent, le style d'encadrement de l'adulte responsable, la culture, les attentes des adolescents envers cet adulte et les dynamiques interactionnelles pourraient différer selon les types d'AO. Notamment, le milieu sportif serait généralement associé à davantage d'interactions négatives entre les adolescents et le responsable de l'activité que les activités artistiques (Hansen et al., 2003). Ainsi, il pourrait y avoir plus d'expériences négatives vécues dans ce type d'activité (Dworkin & Larson, 2007; Fraser-Thomas & Côté, 2009). Toutefois, les interactions positives avec les entraîneurs peuvent mener au développement d'habiletés de vie (Camiré et al., 2019).

### *Sports individuels*

Dans les sports individuels, la priorité est mise sur le développement et le progrès de chaque participant. Comme les adolescents possèdent des habiletés et des objectifs différents, ils pourraient y interagir plus souvent en tête-à-tête avec les adultes responsables que dans les sports d'équipe. Lorsque le sport est de niveau compétitif, ces interactions un à un plus fréquentes et plus longues permettraient le développement d'une relation plus étroite que dans les sports d'équipe (Lorimer & Jowett, 2009), bien que la qualité de ces interactions prime sur la quantité (Rhind et al., 2012). Lorsqu'il s'agit d'un sport récréatif, une étude menée en Iran a trouvé que la relation qu'entretenaient les adolescents avec leur entraîneur était plus positive à tous les niveaux dans les sports individuels que dans les sports d'équipe (Garavand et al., 2017).

### *Sports d'équipe*

Dans les sports d'équipe, le temps que les entraîneurs peuvent allouer à chaque athlète est généralement plus limité (Lorimer & Jowett, 2009). Puisqu'ils doivent s'assurer d'une cohésion dans leur équipe, les entraîneurs sont parfois forcés d'être plus directifs (Baker et al., 2003). Les coéquipiers travaillent ensemble et l'entraîneur doit se concentrer sur l'ensemble de ce travail. Ainsi, l'entraîneur s'adresse souvent au groupe dans son ensemble et moins souvent individuellement à ses athlètes. Dans les équipes sportives, la pression ressentie peut être partagée entre coéquipiers (L. Davis et al., 2019). Les participants à ce type de sport seraient donc moins portés à rechercher du soutien de la part de leur entraîneur que ceux des sports individuels. De plus, bien que la coopération nécessaire dans les sports d'équipe favorise de meilleures relations entre les coéquipiers que dans les sports individuels (Poulin & Denault, 2013), les athlètes pratiquant des sports d'équipe rapportent une moins bonne relation avec leur entraîneur que les athlètes dans les sports individuels (Rhind et al., 2012; Vukadinović & Rađević, 2019).

### *Activités artistiques*

La relation que les adolescents entretiennent avec l'adulte responsable a plus rarement été étudiée dans le contexte des activités artistiques. Les études disponibles montrent que les adolescents qui participent à ce type d'activité rapportent moins d'interactions négatives avec l'adulte responsable comparativement à ceux qui participent à des sports, qu'ils soient individuels ou en équipe (Hansen et al., 2003). Toutefois, ils rapportent également moins d'expériences individuelles et sociales positives, incluant la relation de soutien avec l'adulte, que ceux qui participent à des sports d'équipe (Denault & Poulin, 2016).

## La présente étude

Les écrits scientifiques disponibles montrent que les effets associés à la participation à des AO à l'adolescence varient selon le type d'AO pratiqué. Ils montrent également que ces effets sont généralement bénéfiques pour l'adaptation psychosociale, bien qu'ils puissent parfois être négatifs. L'adulte responsable de ces activités semble être une composante pouvant influencer le contexte de l'activité et ses bienfaits. Cependant, peu d'études portent sur les liens entre la relation avec cet adulte et l'adaptation psychosociale de l'adolescent. De plus, la possibilité que ces liens puissent varier selon le type d'AO n'a jamais été prise en compte.

La présente étude s'intéresse aux aspects positifs et négatifs de la relation que les adolescents entretiennent avec l'adulte responsable dans trois types d'AO (sports individuels, sports d'équipe et activités artistiques). Pour l'aspect positif, trois formes de soutien sont examinées en se basant sur le modèle de House (1981) : le soutien émotionnel, le soutien éducatif et l'appréciation de la compétence. L'aspect négatif est opérationnalisé par le niveau de conflit entre l'adolescent et le responsable de l'activité.

Le premier objectif consiste à vérifier si les trois types d'AO diffèrent sur les quatre dimensions de la relation entre l'adulte responsable et l'adolescent. Puisque les athlètes rapportent plus de proximité dans leur relation avec leur entraîneur dans les sports individuels que dans les sports d'équipe (Lorimer & Jowett, 2009; Rhind et al., 2012), nous nous attendons à ce que les adolescents qui participent à des sports individuels perçoivent plus de soutien émotionnel de la part de l'adulte responsable que ceux des deux autres types d'AO (H1a). Le soutien éducatif et l'appréciation de la compétence font partie intégrante du rôle de transmission d'habiletés de l'adulte et peuvent être offerts aussi bien de façon collective qu'individuelle. Par conséquent, nous prévoyons que ces deux types de soutien ne varient pas entre les types d'activités (H1b). Enfin, nous nous attendons à ce que le niveau de conflit soit plus élevé dans les sports d'équipe que dans les autres AO (H1c) et plus élevé dans les sports individuels que dans les activités artistiques (H1d).

Le second objectif vise à examiner si les liens entre les dimensions de la relation avec l'adulte responsable et les symptômes dépressifs et l'estime de soi varient en fonction du type d'AO. Il est possible que certaines dimensions de la relation aient plus ou moins d'importance dans certains types d'AO et qu'elles influencent donc différemment les deux indicateurs d'adaptation examinés dans cette étude en fonction de ce contexte. Cet objectif étant considéré comme exploratoire, aucune hypothèse n'est formulée. Cette question est examinée en contrôlant trois facteurs susceptibles de contribuer aux symptômes dépressifs et à l'estime de soi : (a) le niveau antérieur de ces indicateurs étant donné la stabilité des symptômes dépressifs (Holsen et al., 2000) et de l'estime de soi (Kuster & Orth, 2013); (b) le nombre total d'AO pratiqué par l'adolescent étant donné le possible effet cumulatif sur l'adaptation et l'importance de la diversité des AO (Denault & Poulin, 2009); et (c) le sexe de l'adolescent

étant donné les différences documentées sur les deux indicateurs d'adaptation (Moksnes & Espnes, 2013; Salk et al., 2017).

## Méthode

### Participants et devis

Les données ont été recueillies dans le cadre d'une étude longitudinale ayant débuté en 2001 auprès de 390 élèves de sixième année ($M_{\text{âge}}$ = 12,38 ans; *ÉT* = 0,42) d'une commission scolaire de la grande région de Montréal. Les écoles étaient situées dans quatre quartiers de Laval. La majorité des élèves étaient caucasiens (90%) et nés au Canada (96%). Ces participants ont par la suite pris part à des évaluations annuelles. En 5e secondaire, soit six ans après le recrutement initial, 303 d'entre eux ont participé à la collecte de données de ce projet. Pour être inclus dans les analyses, les adolescents devaient avoir rapporté participer à au moins une AO entre les mois de septembre et juin (157 adolescents rencontraient ce premier critère) et leur AO principale devait être un sport individuel, un sport d'équipe ou une activité artistique (130 adolescents rencontraient ce second critère; voir les détails plus bas dans la description des instruments de mesure). L'échantillon retenu ($n$ = 130) a été comparé au reste de l'échantillon initial ($n$ = 260). Les deux groupes ne différaient pas significativement sur le sexe. La structure familiale était intacte pour 81% des participants retenus, alors qu'elle l'était dans 64% de l'échantillon initial, $\chi^2(1, 386)$ = 10,96, $V$ de Cramer = 0,17, $p < 0{,}01$.

Pour l'échantillon retenu ($n$ = 130; 63% de sexe féminin), l'âge moyen au moment de compléter les questionnaires était de 17,10 ans (*ÉT* = 0,40). Parmi ceux-ci, 103 demeuraient avec leurs deux parents biologiques (81%). De plus, 89% des mères et 86% des pères de ces participants sont nés au Canada. Enfin, 68% des participants provenaient de trois écoles (dont 38% d'une seule école). Les 32% restants étaient répartis dans 10 écoles différentes.

### Procédure

En secondaire 4, les mesures des symptômes dépressifs et de l'estime de soi ont été complétées en classe à l'aide de questionnaires papier/crayon, sous la supervision d'un assistant de recherche. En secondaire 5, les données ont été recueillies en deux étapes. L'identification des AO s'est déroulée dans le cadre d'une entrevue téléphonique structurée menée par des assistants de recherche formés et encadrés par les auteurs de l'étude. Environ cinq à dix jours plus tard, les participants ont répondu aux items portant sur la relation avec l'adulte responsable et ont complété les mesures des symptômes dépressifs et de l'estime de soi à l'aide du même questionnaire qu'en secondaire 4, en classe, sous la supervision d'un assistant de recherche. Le consentement écrit d'un parent a été préalablement obtenu. Les participants ont reçu une carte cadeau de 20$ à chaque année à titre de compensation. Ce projet a été approuvé par le Comité institutionnel de l'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Montréal.

### Instruments de mesure

#### *La participation à des activités organisées*

Durant l'entrevue, les adolescents devaient indiquer s'ils participaient à des AO et si oui, les nommer. Le nombre total d'AO auxquelles participait chaque adolescent a été calculé. Ceux qui prenaient part à plus d'une activité devaient préciser celle qui était la principale pour eux. La classification dans les trois types d'AO a été effectuée en fonction de l'activité principale. Les participants devaient ensuite répondre à une série de questions pour cette activité. Les critères suivants ont été appliqués afin de déterminer si les activités nommées correspondaient bien à une AO : (a) une participation régulière (au minimum une fois par mois), (b) la présence d'un adulte responsable de l'activité, (c) la présence de règles et (d) la présence d'un groupe de pairs. Les participants ont ensuite été regroupés selon le type d'AO rapporté : les sports individuels ($n$ = 28 participants; p. ex. : natation, karaté), les sports d'équipe ($n$ = 44; p. ex. : hockey, soccer) et les activités artistiques ($n$ = 58; p. ex. : danse, peinture). Les autres participants ($n$ = 27) n'ont pas pu être regroupés dans une catégorie homogène étant donné la trop grande diversité des AO nommées (p. ex. : club de robotique, conseil des élèves, cours de cuisine, yoga). Ils ont donc été retirés de l'échantillon avant d'effectuer les analyses statistiques. Enfin, pour les activités sportives (individuel et équipe), les participants devaient indiquer s'ils pratiquaient ce sport à un niveau récréatif ($n$ = 68) ou compétitif ($n$ = 62).

#### *Les dimensions de la relation avec l'adulte responsable*

L'AO principale identifiée lors de l'entrevue téléphonique était préalablement inscrite sur le questionnaire distribué en classe. Les participants devaient répondre aux questions suivantes en pensant à l'adulte responsable de cette activité. Le *conflit* a été mesuré par trois items (p. ex. : « Jusqu'à quel point toi et cet adulte êtes-vous en désaccord ou vous disputez-vous ? ») extraits du *Network of Relationships Inventory* (Furman & Buhrmester, 1985). Les choix de réponse allaient de 1 (« *Très peu ou jamais* ») à 5 (« *La plupart du temps* »). Le score global de cette échelle a été obtenu en faisant la moyenne des trois items. La consistance interne de cette échelle est excellente (ω = 0,91).

Pour mesurer les trois formes de soutien social selon la classification de House (1981), nous avons puisé des items dans les échelles utilisées par Mahoney et al. (2002) et dans les études sur le mentorat (Hamilton et al., 2016). Ces énoncés ont été traduits en français par les auteurs de l'étude, puis retraduits en anglais par d'autres membres du laboratoire afin de s'assurer de la qualité de la traduction. Le *soutien émotionnel* a été mesuré à l'aide de quatre items ayant trait à des démonstrations de confiance, de bienveillance, de camaraderie ou d'empathie. Le *soutien éducatif* a été évalué à l'aide de quatre items concernant le partage de connaissances et de conseils. Enfin, le soutien *appréciation de la compétence* a été mesuré avec quatre items qui référaient à des rétroactions, des encouragements et des informations permettant une auto-évaluation de ses compétences. Les items pour chacune de ces échelles sont disponibles dans le matériel supplémentaire en ligne. Les choix de réponse allaient de 1 (« *Pas du tout vrai* ») à 5 (« *Tout à fait vrai* »). Le score à chacune de ces échelles a été calculé en faisant la moyenne du score des items inclus dans l'échelle. Des analyses factorielles confirmatoires ont été effectuées afin de tester la validité de ces regroupements d'items dans l'échantillon de 130 participants. Ces analyses ont révélé que le modèle à trois facteurs présentait un ajustement adéquat aux données, $\chi^2(51)$ = 141,05, $p < 0{,}01$, Tucker–Lewis index = 0,90, root-mean-square error of approximation = 0,12 (0,09; 0,14), et qu'il était supérieur au

modèle à un seul facteur, $\chi^2(125) = 279{,}10$, $p < 0{,}01$, Tucker–Lewis index = 0,91, root-mean-square error of approximation = 0,9 (0,07; 0,10). Les coefficients de saturation standardisés allaient de 0,79 à 0,92 pour les items du soutien émotionnel, de 0,72 à 0,82 pour les items du soutien éducatif et de 0,83 à 0,88 pour les items de l'appréciation de la compétence. La cohérence interne de ces trois échelles, tel qu'évaluée par l'ω de McDonald, est également satisfaisante (ω = 0,92 pour le soutien émotionnel; ω = 0,87 pour le soutien éducatif; ω = 0,92 pour l'appréciation de la compétence).

### *Les symptômes dépressifs en secondaires 4 et 5*

Les symptômes dépressifs ont été mesurés en utilisant une version française du *Children's Depression Inventory* (Kovacs, 1981; voir Boivin et al., 1994 pour la traduction française). Cet instrument a été validé auprès d'enfants et d'adolescents de 7 à 17 ans (Kovacs & Multi-Health Systems Staff, 2003). Dans la présente étude, l'item référant aux idéations suicidaires a été retiré pour des raisons éthiques. Les 26 items comprennent chacun trois affirmations (p. ex. : « *Je suis fatigué parfois*. »; « *Je suis fatigué souvent.* »; « *Je suis fatigué tout le temps.* »). Pour chaque item, les participants devaient choisir l'affirmation qui correspondait le mieux à leur état durant les deux dernières semaines. Chaque choix de réponse référait à un score de 0 (symptômes moins sévères) à 2 (symptômes plus sévères). Un score global allant de 0 à 52 a été calculé en additionnant tous les items. La cohérence interne est très bonne en secondaires 4 et 5 (ω de McDonald = 0,85 et de 0,84, respectivement).

### *L'estime de soi en secondaires 4 et 5*

L'estime de soi a été mesurée à l'aide de la sous-échelle « estime de soi générale » composée de cinq énoncés extraits de la version canadienne-française du *Self-Perception Profile for Adolescents* (Harter, 1988; voir Bouffard et al., 2002 pour la traduction française). Dans ce questionnaire, les items sont présentés en paires d'affirmations distinguant deux types d'adolescents par rapport à l'estime de soi. Tout d'abord, le participant doit choisir l'affirmation lui ressemblant le plus dans chacune des paires (p. ex. : « Je suis fier de la personne que je suis » ou « Il y a plusieurs choses que j'aimerais changer chez moi »). Ensuite, il doit indiquer si l'affirmation choisie lui correspond entièrement ou seulement en partie. Les réponses aux énoncés étaient évaluées sur une échelle de quatre points (1 = *estime de soi perçue plus basse* à 4 = *estime de soi perçue plus élevée*). Le score total à ce questionnaire correspond au score moyen de l'adolescent aux cinq énoncés. Un score élevé indiquait une estime de soi plus élevée. La cohérence interne est très bonne en secondaires 4 et 5 (ω = 0,87 et 0,88, respectivement).

## Analyses statistiques

Des analyses préliminaires ont été effectuées afin d'identifier des différences entre les types d'AO selon le sexe des participants et la structure familiale. Ces analyses ont montré que les personnes de sexe masculin et celles de sexe féminin n'étaient pas réparties également dans chaque type d'AO (64% de sexe féminin dans sports individuels; 48% dans sports d'équipe; 74% dans activités artistiques), $\chi^2(2, n = 130) = 7{,}52$, $V$ de Cramer = 0,24, $p = 0{,}02$. Les résultats n'étaient pas significatifs pour la structure familiale. Par conséquent, seul le sexe a été inclus comme variable de contrôle dans les analyses.

Pour répondre au premier objectif, une analyse de covariance multivariée (MANCOVA) a été effectuée avec le type d'AO comme variable indépendante (sports d'équipe, sports individuels et activités artistiques), les quatre dimensions de la relation avec l'adulte responsable comme variables dépendantes et le sexe de l'adolescent comme covariable. Une inspection visuelle des histogrammes a été réalisée afin de vérifier que les données respectaient le postulat de normalité. Les postulats d'homogénéité de la variance et de la covariance ont été vérifiés à l'aide des tests de Levene et de Box. Des analyses univariées ont par la suite été réalisées afin de vérifier pour quelle(s) variable(s) s'appliquait cette différence. Les analyses post-hoc pour situer les différences entre les groupes ont été menées avec la procédure de Bonferroni ($p = 0{,}01$).

Pour répondre au deuxième objectif, des analyses de modération ont été effectuées avec l'extension PROCESS (Version 4.2; Hayes, 2017) dans SPSS. Pour chacune des deux variables dépendantes, c.-à-d. les symptômes dépressifs en secondaire 5 et l'estime de soi en secondaire 5, une analyse de modération a été effectuée avec chaque dimension de la relation avec l'adulte (soutien émotionnel, soutien éducatif, appréciation de la compétence et conflit) comme variable indépendante (huit analyses au total). Le sexe des participants, le nombre total d'AO auxquelles ils prenaient part ainsi que l'indicateur d'adaptation (symptômes dépressifs ou estime de soi) en secondaire 4 ont été spécifiés comme covariables.[2] La normalité de la distribution des variables à l'étude ainsi que l'absence de multicollinéarité entre les variables indépendantes ont été vérifiés. De plus, les postulats d'homoscédasticité et d'indépendance des observations étaient respectés.

Des analyses de puissance ont été réalisées à l'aide du logiciel G*Power (Version 3.1; Faul et al., 2007) afin de vérifier la sensibilité de nos analyses. Pour la MANCOVA, la meilleure approximation de la sensibilité a été calculée avec celle de la MANCOVA. Pour une probabilité d'erreur α de 0,05, une puissance de 0,80, un échantillon de 130 participants, trois groupes et quatre variables dépendantes, notre MANCOVA serait sensible à une taille d'effet de $f^2 = 0{,}06$. D'après Cohen (1988), cela se situe entre une taille d'effet petite (0,02) et moyenne (0,15). De plus, le test pour le coefficient de modération (avec une probabilité d'erreur α de 0,05, une puissance de 0,80, un échantillon de 130 participants, 1 prédicteur testé et 6 prédicteurs au total) nous indique que notre analyse serait sensible à une taille d'effet de $f^2 = 0{,}06$. Tout comme dans le cas de la MANCOVA, cela peut être interprété comme étant une taille d'effet entre petite et moyenne.

# Résultats

## Comparaison des dimensions de la relation avec l'adulte responsable selon le type d'activité organisée

L'inspection visuelle des histogrammes a révélé que toutes les variables sauf le conflit suivaient une distribution normale. De plus,

[2] Des variables dichotomiques (0 = non, 1 = oui) indiquant la participation à chaque type d'AO secondaire de l'adolescent ont été créées et ajoutées dans les mêmes analyses de modération. L'ajout de ces variables contrôles n'a pas eu d'incidence sur nos résultats.

les tests de Levene et de Box ont indiqué que les postulats d'homogénéité de la variance et de la covariance étaient tous les deux respectés pour toutes les variables à l'exception du conflit. Par conséquent, une régression logistique binaire a été menée afin de comparer les groupes sur la variable des conflits au lieu d'inclure cette variable dans la MANCOVA.

Les résultats de la MANCOVA ont révélé un effet du type d'activité organisée, $\Lambda$ de Wilks = 0,88, $F(6, 248) = 2{,}85$, $\eta^2 = 0{,}07$, $p = 0{,}01$. Pour le soutien émotionnel, les analyses univariées n'ont révélé aucune différence significative entre les sports individuels ($M = 3{,}38$; *ÉT* = 1,33), les sports d'équipe ($M = 3{,}60$; *ÉT* = 1,14) et les activités artistiques ($M = 3{,}63$; *ÉT* = 1,28), $F(2, 126) = 0{,}47$, $\eta^2_p = 0{,}01$, $p = 0{,}63$. De façon similaire, aucune différence significative n'a été observée pour l'appréciation de la compétence entre les sports individuels ($M = 3{,}71$; *ÉT* = 1,35), les sports d'équipe ($M = 3{,}84$; *ÉT* = 1,13) et les activités artistiques ($M = 3{,}92$; *ÉT* = 1,15), $F(2, 126) = 0{,}33$, $\eta^2_p = 0{,}01$, $p = 0{,}72$. Les analyses univariées ont toutefois révélé un effet significatif pour le soutien éducatif, $F(2, 126) = 4{,}51$, $\eta^2_p = 0{,}07$, $p = 0{,}01$. Des comparaisons post-hoc avec la méthode de Bonferroni ont permis de déterminer que les adolescents participant à des sports d'équipe ont rapporté un soutien éducatif significativement moins élevé ($M = 2{,}70$; *ÉT* = 1,18) que ceux qui participaient à des activités artistiques ($M = 3{,}47$; *ÉT* = 1,33). Le niveau de soutien éducatif rapporté par les adolescents prenant part à des sports individuels n'était pas différent des deux autres catégories d'AO ($M = 3{,}11$; *ÉT* = 1,23).

Pour le conflit, une variable dichotomique a été créée (valeur moyenne de 1 aux trois items selon l'échelle de réponse du questionnaire = *absence de conflit* [recodée 0], $n = 98$; et valeur moyenne plus grande que 1 aux trois items = *présence de conflit* [recodée 1], $n = 32$) et ajoutée comme variable dépendante dans la régression logistique binaire. Le sexe de l'adolescent (variable à deux niveaux) et le type d'AO (variable à trois niveaux) ont été ajoutés comme variables indépendantes dans un même bloc. Le postulat de l'indépendance des observations était respecté et il n'y avait pas présence de multicollinéarité. Le résultat du test composite des coefficients du modèle était statistiquement significatif, $\chi^2(3) = 9{,}65$, $p = 0{,}02$. De plus, le test de Hosmer–Lemeshow a permis de conclure à un bon ajustement du modèle aux données, $\chi^2(4) = 3{,}64$, $p = 0{,}46$. Le modèle obtenu explique approximativement 11% de la variance du niveau de conflit, $R^2_{\mathrm{N}} = 0{,}11$. Ce coefficient doit être interprété avec prudence, car il tend à surestimer la proportion de variance expliquée par les prédicteurs (Zhang, 2017). Cette régression logistique indique qu'en tenant compte de l'effet du sexe, le niveau de conflit avec l'adulte varie significativement selon le type d'AO, $\chi^2$ de Wald(2) = 7,77, $p = 0{,}02$. En tenant compte du type d'AO pratiqué, le sexe de l'adolescent n'était pas un prédicteur significatif du niveau de conflit, $\chi^2$ de Wald(1) = 0,43, $p = 0{,}51$. Les adolescents dans les sports d'équipe étaient plus susceptibles de rapporter des conflits avec l'adulte responsable que ceux participant à des activités artistiques ($B = 1{,}25$, $p = 0{,}01$), le rapport des chances étant de 3,51, IC 95% [1,35; 9,11]. De plus, le niveau de conflit avec l'adulte rapporté par les adolescents dans les sports individuels ne différait pas de celui rapporté dans les sports d'équipe ($B = 1{,}12$, $p = 0{,}06$) et dans les activités artistiques ($B = 0{,}14$, $p = 0{,}82$).

## Liens entre les dimensions de la relation et les indicateurs d'adaptation

Les moyennes, les écarts-types et les coefficients d'asymétrie et d'aplatissement des variables à l'étude, de même que leurs intercorrélations, sont présentés au Tableau 1. L'examen de ce tableau révèle que ces variables étaient toutes normalement distribuées (asymétrie et aplatissement inférieurs à 3,00), à l'exception du conflit et des symptômes dépressifs en secondaires 4 et 5. Puisque l'aplatissement pour les symptômes dépressifs était supérieur à 3,00, nous avons effectué un *bootstrap* ($n = 5000$) dans nos analyses de modération afin de minimiser les problèmes liés à la violation des hypothèses de normalité des résidus. Les corrélations montrent que le soutien émotionnel et l'appréciation de la compétence sont liés négativement aux symptômes dépressifs et positivement à l'estime de soi. Le soutien éducatif est aussi positivement lié à l'estime de soi. De plus, le conflit est associé positivement aux symptômes dépressifs. Aucun lien n'est observé entre le soutien éducatif et les symptômes dépressifs ni entre le conflit et l'estime de soi. Enfin, les trois formes de soutien sont positivement corrélées entre elles.

Concernant les analyses de modération, un seul effet modérateur du type d'AO s'est révélé significatif, impliquant le lien entre l'appréciation de la compétence et les symptômes dépressifs : Appréciation × AO, pourcentage de variance additionnelle expliqué par l'inclusion des variables d'interaction dans la régression ou

**Tableau 1**
*Corrélations entre les principales variables de l'étude et statistiques descriptives*

| Variable | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Soutien émotionnel | — | | | | | | | |
| 2. Soutien éducatif | 0,67*** | — | | | | | | |
| 3. Appréciation de la compétence | 0,76*** | 0,68*** | — | | | | | |
| 4. Conflit | −0,27** | −0,27** | −0,12 | — | | | | |
| 5. Symptômes dépressifs Sec. 4 | −0,11 | −0,02 | −0,11 | 0,02 | — | | | |
| 6. Estime de soi Sec. 4 | 0,14 | 0,11 | 0,20* | −0,03 | −0,58*** | — | | |
| 7. Symptômes dépressifs Sec. 5 | −0,22* | −0,08 | −0,18* | 0,22* | 0,61*** | −0,39*** | — | |
| 8. Estime de soi Sec. 5 | 0,23** | 0,21* | 0,29** | −0,13 | −0,45*** | 0,56*** | −0,54*** | — |
| Moyenne | 3,57 | 3,13 | 3,85 | 1,30 | 8,13 | 2,97 | 8,89 | 3,32 |
| Écart-type | 1,24 | 1,30 | 1,19 | 0,66 | 5,66 | 0,37 | 5,76 | 0,59 |
| Asymétrie | −0,57 | −0,03 | −0,99 | 2,88 | 2,01 | −0,74 | 1,30 | −0,47 |
| Aplatissement | −0,91 | −1,18 | −0,07 | 9,86 | 7,41 | 0,96 | 3,22 | −0,76 |

*Nota.* Sec. = secondaire.
* $p < 0{,}05$. ** $p < 0{,}01$. *** $p < 0{,}001$.

$\Delta R^2 = 0{,}04$, $F(2, 111) = 3{,}45$, $p = 0{,}04$. Les analyses post hoc ont révélé que l'effet simple de l'appréciation de la compétence sur les symptômes dépressifs était significatif dans les sports d'équipe ($\beta = -0{,}26$, $ES = 0{,}12$, $t = -2{,}09$, $p = 0{,}04$), mais ne l'était pas dans les sports individuels ($\beta = 0{,}20$, $ES = 0{,}13$, $t = 1{,}62$, $p = 0{,}11$) ni dans les activités artistiques ($\beta = -0{,}08$, $ES = 0{,}10$, $t = -0{,}82$, $p = 0{,}42$). Cet effet d'interaction est illustré à la Figure 1. Les résultats suggèrent que l'appréciation de leur compétence que les adolescents rapportent recevoir de l'adulte responsable est associée à une diminution significative de leurs symptômes dépressifs pour les sports d'équipe, ce qui n'est pas le cas pour les deux autres types d'activités.

Le type d'AO n'exerce pas d'effet modérateur sur le lien entre les autres dimensions de la relation avec l'adulte et les symptômes dépressifs : Émotionnel × AO, $\Delta R^2 = 0{,}01$, $F(2, 111) = 0{,}60$, $p = 0{,}55$; Éducatif × AO, $\Delta R^2 = 0{,}02$, $F(2, 111) = 2{,}05$, $p = 0{,}13$; Conflit × AO, $\Delta R^2 = 0{,}02$, $F(2, 111) = 1{,}65$, $p = 0{,}20$. De plus, aucun effet modérateur du type d'AO ne s'est révélé significatif quant aux liens entre les dimensions de la relation et l'estime de soi : soutien émotionnel, $\Delta R^2 = 0{,}00$, $F(2, 111) = 0{,}30$, $p = 0{,}74$; soutien éducatif, $\Delta R^2 = 0{,}01$, $F(2, 111) = 0{,}70$, $p = 0{,}50$; appréciation de la compétence, $\Delta R^2 = 0{,}00$, $F(2, 111) = 0{,}09$, $p = 0{,}92$; conflit, $\Delta R^2 = 0{,}02$, $F(2, 111) = 2{,}19$, $p = 0{,}12$.

## Discussion

Cette étude visait à vérifier si les dimensions de la relation entre l'adolescent et l'adulte responsable différaient selon les types d'AO et à examiner si les liens entre ces dimensions et les symptômes dépressifs et l'estime de soi des adolescents différaient selon les types d'AO. Pour le premier objectif, les résultats ont révélé que le soutien éducatif était moins élevé et le niveau de conflit plus élevé dans les sports d'équipe en comparaison aux activités artistiques. Les autres dimensions de la relation avec l'adulte responsable ne variaient pas significativement d'un type d'AO à un autre. Pour le second objectif, un seul effet modérateur du type d'AO sur les liens entre les dimensions de la relation avec l'adulte et les indicateurs d'adaptation a été observé. Plus spécifiquement, l'appréciation de la compétence était liée à une diminution significative des symptômes dépressifs dans les sports d'équipe, ce qui n'était pas le cas dans les sports individuels ni dans les activités artistiques.

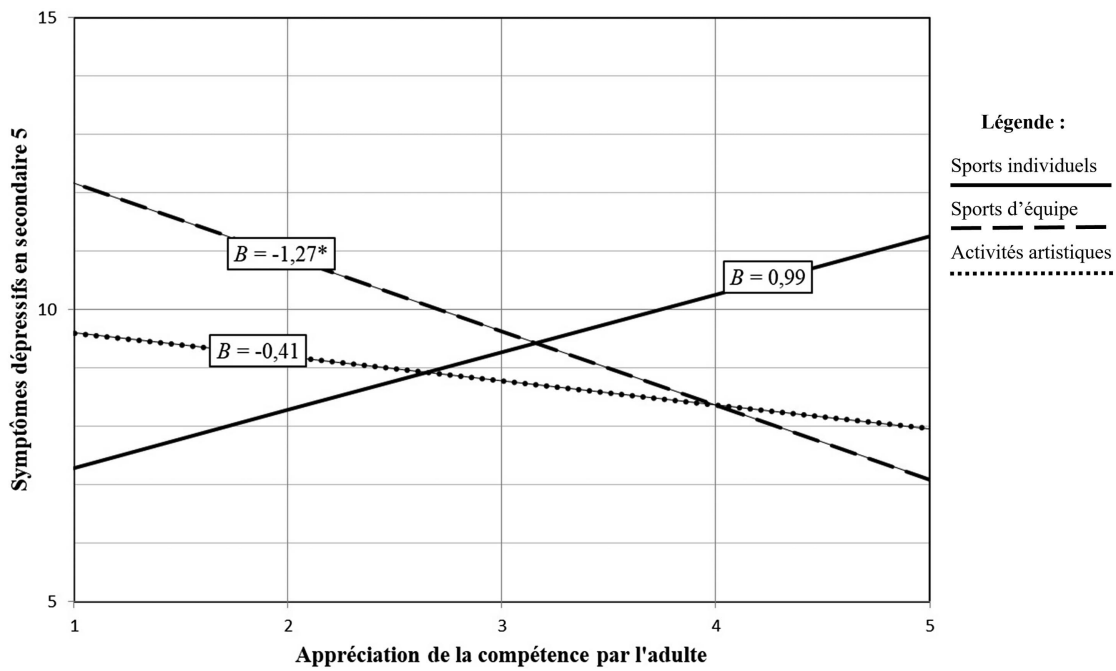
La relation entre l'adolescent et l'adulte responsable dans les sports d'équipe présente donc des caractéristiques différentes de celles observées dans les autres types d'AO. Cette relation semble donner lieu à des interactions moins positives (moins de soutien éducatif, davantage de conflits) que dans les activités artistiques. Toutefois, l'appréciation de la compétence semble avoir un effet plus bénéfique sur les symptômes dépressifs de l'adolescent lorsqu'elle est offerte par les entraîneurs dans les sports d'équipe que dans les autres types d'AO.

### Variations dans la relation avec l'adulte selon le type d'activité organisée

Alors que des études menées auprès d'athlètes compétitifs suggèrent davantage de soutien émotionnel de la part de l'adulte

**Figure 1**

*Relation entre l'appréciation de la compétence et les symptômes dépressifs par catégorie d'AO*




*Nota*. Les coefficients de régression non standardisés sont illustrés. Cette analyse est menée en contrôlant les symptômes dépressifs l'année précédente (secondaire 4). AO = activités organisées.
* $p < 0{,}05$.

dans les sports individuels que dans les sports d'équipe (H1a; Lorimer & Jowett, 2009; Rhind et al., 2012), cette différence n'a pas été observée dans notre échantillon.

Étant donné que la participation sportive est en partie récréative dans notre échantillon, il est possible que cet effet soit spécifique aux sports de haut niveau. Quelques hypothèses peuvent être proposées pour expliquer ce phénomène. Premièrement, le soutien émotionnel serait particulièrement important dans le sport compétitif, car il permettrait de faire face au stress engendré par la compétition (Jowett & Nezlek, 2012). Il est possible que les athlètes de sports individuels soient spécialement portés à rechercher du soutien émotionnel de la part de leur entraîneur, car la pression ressentie peut être partagée entre coéquipiers dans les sports d'équipe (L. Davis et al., 2019). Deuxièmement, le nombre de coparticipants sous la responsabilité du même adulte est susceptible de diminuer lorsque certains sports individuels deviennent compétitifs (alors qu'il resterait plus ou moins constant dans les sports d'équipe), ce qui permettrait à ces entraîneurs d'accorder davantage de temps à chacun de leurs athlètes. L'étude de Lorimer et Jowett (2009) avait notamment montré que des interactions un à un plus nombreuses contribuaient à une plus grande proximité émotionnelle dans la relation entraîneur-athlète.

Contrairement à ce qui était attendu (H1b), les résultats ont révélé que le soutien éducatif (regroupant quatre items dont « J'ai appris comment faire certaines choses en regardant l'adulte agir ») était plus élevé dans les activités artistiques que dans les sports d'équipe. Ce résultat pourrait signifier que ces activités sont davantage axées sur l'acquisition d'habiletés et de connaissances. Par ailleurs, cette différence dans le soutien éducatif pourrait également indiquer que les entraîneurs de sports d'équipe accordent une moins grande priorité à cet aspect de leur rôle, ce qui est reflété par la moyenne particulièrement basse pour cette dimension dans les sports d'équipe. En accord avec notre hypothèse (H1b), le niveau d'appréciation de la compétence ne différait pas significativement d'un type d'AO à un autre. Les adultes responsables semblent ainsi offrir un degré similaire d'encouragements et de rétroactions constructives aux adolescents dans les trois types d'AO.

Comme prévu (H1c), la relation avec l'adulte semble empreinte de plus de conflits dans les sports d'équipe que dans les activités artistiques. Ce résultat est cohérent avec ceux de Hansen et al. (2003). Selon ces auteurs, la pression de performance dans le sport pourrait mener l'entraîneur à employer des méthodes plus contrôlantes avec les participants, ce qui pourrait engendrer certains conflits. Baker et al. (2003) avaient aussi noté que ce type de méthodes était particulièrement nécessaire dans les sports d'équipe, puisque l'interdépendance entre les coéquipiers y exigeait une plus grande structure. Notre hypothèse (H1c) prévoyait aussi que la moyenne de conflits soit plus élevée dans les sports d'équipe que dans les sports individuels. Bien qu'une telle tendance ait pu être observée, elle n'atteignait pas le seuil statistique. Toutefois, il est important de garder à l'esprit que la variable des conflits a dû être dichotomisée et qu'il est possible que des résultats différents soient observés dans d'autres études où elle serait traitée de manière continue.

Enfin, il était attendu que le niveau de conflit soit plus élevé dans les sports individuels que dans les activités artistiques (H1d). Bien que les moyennes observées soient conformes à cette hypothèse, la différence n'était pas statistiquement significative.

## Effet modérateur du type d'activité organisée

Le second objectif de l'étude portait sur l'exploration de l'effet potentiellement modérateur du type d'AO sur le lien entre les quatre dimensions de la relation avec l'adulte et les symptômes dépressifs ou l'estime de soi de l'adolescent. Un seul effet modérateur s'est avéré significatif : l'appréciation de la compétence était plus fortement associée à une réduction des symptômes dépressifs dans les sports d'équipe que dans les deux autres types d'AO. Plusieurs explications sont proposées pour mieux comprendre ce résultat.

Premièrement, dans les sports d'équipe, les commentaires et rétroactions sont souvent donnés en groupe, ce qui permet à l'adolescent de voir ses efforts valorisés devant ses pairs. Les adolescents présentant des symptômes dépressifs pourraient être particulièrement sensibles aux informations leur permettant de se comparer socialement (Butzer & Kuiper, 2006). Deuxièmement, une étude révèle que les joueurs dans les sports d'équipe pouvaient ressentir, sous certaines conditions, une pression sociale accrue et une responsabilité envers leurs coéquipiers (Molodchik et al., 2021). L'appréciation de la compétence de la part de l'adulte pourrait alléger cette pression en rassurant l'adolescent par rapport au fait qu'il remplit bien son rôle. Troisièmement, dans les sports d'équipe, l'appréciation de la compétence fournie par l'adulte pourrait mener à une dynamique de groupe positive, ce qui pourrait apaiser les symptômes dépressifs de l'adolescent. En effet, l'entraîneur dans les sports d'équipe peut optimiser le climat motivationnel et l'environnement social dans lequel évoluent ses athlètes (P. A. Davis & Davis, 2016; Ntoumanis et al., 2012). De plus, des chercheurs ont montré que les comportements prosociaux entre coéquipiers menaient à des états émotionnels positifs (Al-Yaaribi & Kavussanu, 2017). Une meilleure dynamique sociale est aussi susceptible d'augmenter le sentiment d'appartenance des adolescents envers leur équipe, ce qui contribuerait à alléger les symptômes dépressifs (White-Gosselin et al., 2024).

Les liens entre les trois autres dimensions de la relation (soutien émotionnel, soutien éducatif, conflit) et les symptômes dépressifs de l'adolescent n'étaient pas modérés par le type d'AO. De plus, aucun effet de modération n'a été observé quant au lien entre les quatre dimensions de la relation avec l'adulte et l'estime de soi. Il est important de rappeler que ces effets ont été testés en contrôlant le niveau antérieur (un an plus tôt) d'adaptation. Comme le montrent nos données, les symptômes dépressifs et l'estime de soi étaient passablement stables d'un temps de mesure à l'autre, ce qui rend notre devis particulièrement rigoureux. L'effet qui a été observé malgré ces contrôles est donc notable. Enfin, l'examen des corrélations bivariées montre que les dimensions de la relation avec l'adulte sont presque toutes associées aux deux indicateurs d'adaptation dans la direction attendue. Le peu d'effets de modération signifie simplement que ces liens demeurent similaires d'un type d'AO à l'autre.

## Limites, forces et recherches futures

Les résultats de cette étude doivent être considérés en tenant compte de certaines limites. Premièrement, l'échantillon est relativement homogène sur le plan sociodémographique, ce qui peut limiter la généralisation des résultats. Deuxièmement, bien que certains participants pratiquaient plusieurs activités organisées

simultanément, seule la relation qu'ils entretenaient avec l'adulte responsable de leur activité principale a été mesurée. Ainsi, ne pas avoir pris en compte les relations dans leurs autres activités pourrait avoir biaisé les résultats observés concernant les liens avec les symptômes dépressifs et l'estime de soi. Troisièmement, il s'agit d'un devis corrélationnel, ce qui ne permet pas d'établir de lien de causalité entre les variables à l'étude. Quatrièmement, en plus de l'aspect quantitatif (p. ex. : intensité et diversité des activités), la participation à une AO comprend un aspect qualitatif (p. ex. : types de motivation vis-à-vis la participation) qui gagnerait à être pris en compte dans les recherches futures. Des chercheurs ont effectivement trouvé qu'afin de tirer pleinement profit de son activité, il était important de s'y engager avec une motivation intrinsèque plutôt qu'extrinsèque (Larson & Rusk, 2011), ce qui pourrait avoir un impact sur la relation entretenue avec l'adulte responsable. Cinquièmement, afin de créer les différentes échelles de soutien social sous le cadre théorique de House (1981), les items ont été regroupés par les auteurs plutôt que par le biais d'analyses factorielles exploratoires. Enfin, la durée totale de la relation entre l'adolescent et l'adulte n'a pas été mesurée. Il est permis de croire qu'une relation de plus longue durée pourrait être associée à des effets plus prononcés sur l'adaptation des adolescents.

Ces limites sont toutefois à considérer en fonction de la présence de certaines forces. La relation avec l'adulte responsable de l'AO a été examinée de façon approfondie en considérant des aspects positifs et négatifs et en distinguant plusieurs formes de soutien social. De plus, les niveaux antérieurs (un an plus tôt) des indicateurs d'adaptation (symptômes dépressifs et estime de soi) ont été pris en compte ce qui nous a permis de modéliser leur changement. Il est aussi à noter que les instruments utilisés dans cette étude présentaient de bonnes propriétés psychométriques.

Notre étude est la première à comparer différentes dimensions de la relation entre l'adolescent et l'adulte responsable, ainsi qu'à investiguer l'influence de ces dimensions sur l'adaptation de l'adolescent, selon le type d'activité organisée. Dans de futures recherches, nos résultats gagneraient à être reproduits auprès d'échantillons de plus grandes tailles et plus diversifiés sur le plan sociodémographique. Dans notre étude, le sexe de l'adolescent a été inclus comme variable contrôle, mais devrait également être examiné à titre de modérateur. En effet, certains auteurs ont rapporté que la qualité de la relation avec l'entraîneur peut varier selon le sexe de l'athlète (Vukadinović & Rađević, 2019) et que le lien entre les conflits et les symptômes dépressifs serait plus fort chez les personnes de sexe féminin à l'adolescence (Hankin et al., 2007). Quant à la participation de l'adolescent, plus son engagement dans l'activité est élevé, plus les expériences qu'il vit dans son activité ont le potentiel d'influencer son développement (Bohnert et al., 2010). Enfin, des recherches futures pourraient examiner la relation avec l'adulte responsable de l'activité selon d'autres cadres conceptuels, par exemple, selon le climat motivationnel instauré par l'adulte (Ntoumanis et al., 2012).

## Conclusion et implications pratiques

La présente étude met en lumière le rôle de l'adulte responsable dans les AO. Les résultats suggèrent que la relation entre l'adolescent et l'adulte responsable varie en fonction du type d'AO et que les effets associés à cette relation peuvent être amplifiés ou amoindris par le type d'activité.

Ainsi, les organismes responsables des AO sont encouragés à porter attention à la façon dont la relation qu'entretiennent les adultes responsables avec les adolescents peut varier d'un type d'AO à l'autre, et à optimiser cette relation dans chaque contexte d'AO spécifique. Des formations pourraient notamment être offertes aux adultes responsables afin qu'ils puissent apprendre à reconnaître et à utiliser les différents types de soutien social. Des stratégies de résolution des conflits pourraient aussi leur être enseignées afin de favoriser une expérience positive pour tous. Finalement, puisque l'appréciation de la compétence était plus fortement associée à une réduction des symptômes dépressifs dans les sports d'équipe que dans les deux autres types d'AO, la maîtrise de cette habileté de la part des adultes responsables semble particulièrement importante pour ceux qui œuvrent dans ce type d'AO.

## Abstract

The dimensions of the relationship between the adolescent and the adult in charge of their organized activity have been the subject of little research. The aim of the present study was to determine whether this relationship varies according to the type of activity, and whether it is associated with adolescents' depressive symptoms and self-esteem. A total of 130 adolescents (63% female) in Secondary 5 participating in an organized activity completed measures on their relationship with their adult in charge, their depressive symptoms and their self-esteem. Activities were grouped into three categories: individual sports, team sports and artistic activities. Negative (conflict) and positive (three types of social support) dimensions of the relationship with the adult were examined. Multivariate analysis of covariance and logistic regression revealed that informational support was lower and conflict higher in team sports than in artistic activities. A moderation analysis also shows that the link between appraisal support and depressive symptoms varies according to the type of activity practiced.

*Keywords:* organized activities, adult in charge, depressive symptoms, self-esteem, adolescence

## Références

Al-Yaaribi, A., & Kavussanu, M. (2017). Teammate prosocial and antisocial behaviors predict task cohesion and burnout: The mediating role of affect. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *39*(3), 199–208. https://doi.org/10.1123/jsep.2016-0336

Ashdown-Franks, G., Sabiston, C. M., Solomon-Krakus, S., & O'Loughlin, J. L. (2017). Sport participation in high school and anxiety symptoms in young adulthood. *Mental Health and Physical Activity*, *12*(1), 19–24. https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2016.12.001

Baker, J., Yardley, J., & Côté, J. (2003). Coach behaviors and athlete satisfaction in team and individual sports. *International Journal of Sport Psychology*, *34*(3), 226–239.

Barki, H., & Hartwick, J. (2004). Conceptualizing the construct of interpersonal conflict. *International Journal of Conflict Management*, *15*(3), 216–244. https://doi.org/10.1108/eb022913

Boelens, M., Smit, M. S., Raat, H., Bramer, W. M., & Jansen, W. (2022). Impact of organized activities on mental health in children and adolescents: An umbrella review. *Preventive Medicine Reports*, *25*(1), Article 101687. https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101687

Bohnert, A., Fredricks, J., & Randall, E. (2010). Capturing unique dimensions of youth organized activity involvement. *Review of*

*Educational Research*, *80*(4), 576–610. https://doi.org/10.3102/0034654310364533

Boivin, M., Poulin, F., & Vitaro, F. (1994). Depressed mood and peer rejection in childhood. *Development and Psychopathology*, *6*(3), 483–498. https://doi.org/10.1017/S0954579400006064

Bouffard, T., Seidah, A., McIntyre, M., Boivin, M., Vezeau, C., & Cantin, S. (2002). Mesure de l'estime de soi à l'adolescence: Version canadienne française du self-perception profile for adolescents de Harter [Measuring adolescent self-esteem: A French-Canadian version of Harter's self-perception profile for adolescents]. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, *34*(3), 158–162. https://doi.org/10.1037/h0087167

Butzer, B., & Kuiper, N. A. (2006). Relationships between the frequency of social comparisons and self-concept clarity, intolerance of uncertainty, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, *41*(1), 167–176. https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.12.017

Camiré, M., Rathwell, S., Turgeon, S., & Kendellen, K. (2019). Coach–athlete relationships, basic psychological needs satisfaction and thwarting, and the teaching of life skills in Canadian high school sport. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *14*(5), 591–606. https://doi.org/10.1177/1747954119869542

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203771587

Davis, L., Stenling, A., Gustafsson, H., Appleby, R., & Davis, P. (2019). Reducing the risk of athlete burnout: Psychosocial, sociocultural, and individual considerations for coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *14*(4), 444–452. https://doi.org/10.1177/1747954119861076

Davis, P. A., & Davis, L. (2016). Emotions and emotion regulation in coaching. In P. A. Davis (Ed.), *The psychology of effective coaching and management* (pp. 285–306). Nova Science Publishers.

Denault, A.-S., & Poulin, F. (2008). Associations between interpersonal relationships in organized leisure activities and youth adjustment. *The Journal of Early Adolescence*, *28*(4), 477–502. https://doi.org/10.1177/0272431608317607

Denault, A.-S., & Poulin, F. (2009). Predictors of adolescent participation in organized activities: A five-year longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*, *19*(2), 287–311. https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00597.x

Denault, A.-S., & Poulin, F. (2016). What adolescents experience in organized activities: Profiles of individual and social experiences. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *42*(1), 40–48. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2015.11.004

Dworkin, J., & Larson, R. (2007). Adolescents' negative experiences in organized youth activities. *Journal of Youth Development*, *1*(1), 44–62. https://doi.org/10.5195/jyd.2007.373

Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *10*(1), Article 98. https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98

Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. World Health Organization Regional Office for Europe.

Farb, A. F., & Matjasko, J. L. (2012). Recent advances in research on school-based extracurricular activities and adolescent development. *Developmental Review*, *32*(1), 1–48. https://doi.org/10.1016/j.dr.2011.10.001

Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, *39*(2), 175–191. https://doi.org/10.3758/BF03193146

Forneris, T., Camiré, M., & Williamson, R. (2015). Extracurricular activity participation and the acquisition of developmental assets: Differences between involved and noninvolved Canadian high school students. *Applied Developmental Science*, *19*(1), 47–55. https://doi.org/10.1080/10888691.2014.980580

Fraser-Thomas, J., & Côté, J. (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The Sport Psychologist*, *23*(1), 3–23. https://doi.org/10.1123/tsp.23.1.3

Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, *21*(6), 1016–1024. https://doi.org/10.1037/0012-1649.21.6.1016

Garavand, F., Sayady, M., Azady, Y., & Eidipour, K. (2017). Comparison of coach–athlete relationships in team and individual sports in Kermanshah and the relationship with self-confidence. *The Sport Psychologist*, *2*(2), 35–44.

Hagler, M. A., & Poon, C. Y. S. (2023). Contextual antecedents and well-being indicators associated with children's and adolescents' access to supportive nonparent adults. *Journal of Community Psychology*, *51*(8), 3328–3347. https://doi.org/10.1002/jcop.23016

Hamilton, M. A., Hamilton, S. F., DuBois, D. L., & Sellers, D. E. (2016). Functional roles of important nonfamily adults for youth. *Journal of Community Psychology*, *44*(6), 799–806. https://doi.org/10.1002/jcop.21792

Hankin, B. L., Mermelstein, R., & Roesch, L. (2007). Sex differences in adolescent depression: Stress exposure and reactivity models. *Child Development*, *78*(1), 279–295. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00997.x

Hansen, D. M., Larson, R., & Dworkin, J. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, *13*(1), 25–56. https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301006

Hansen, D. M., Skorupski, W. P., & Arrington, T. L. (2010). Differences in developmental experiences for commonly used categories of organized youth activities. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *31*(6), 413–421. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2010.07.001

Harter, S. (1988). *Manual for the self-perception profile for adolescents*. University of Denver.

Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (3rd ed.). Guilford Press.

Holsen, I., Kraft, P., & Vittersø, J. (2000). Stability in depressed mood in adolescence: Results from a 6-year longitudinal panel study. *Journal of Youth and Adolescence*, *29*(1), 61–78. https://doi.org/10.1023/A:1005121121721

House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.

Jowett, S., & Nezlek, J. (2012). Relationship interdependence and satisfaction with important outcomes in coach–athlete dyads. *Journal of Social and Personal Relationships*, *29*(3), 287–301. https://doi.org/10.1177/0265407511420980

Kovacs, M. (1981). Rating scales to assess depression in school-aged children. *Acta Paedopsychiatrica*, *46*(5–6), 305–315.

Kovacs, M., & Multi-Health Systems Staff. (2003). *The Children's Depression Inventory (CDI): Technical manual update*. Multi-Health Systems.

Kuster, F., & Orth, U. (2013). The long-term stability of self-esteem: Its time-dependent decay and nonzero asymptote. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *39*(5), 677–690. https://doi.org/10.1177/0146167213480189

Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, *55*(1), 170–183. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.170

Larson, R. W., Hansen, D. M., & Moneta, G. (2006). Differing profiles of developmental experiences across types of organized youth activities.

*Developmental Psychology*, *42*(5), 849–863. https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.849

Larson, R. W., & Rusk, N. (2011). Intrinsic motivation and positive development. In R. M. Lerner, J. V. Lerner, & J. B. Benson (Eds.), *Advances in child development and behavior* (Vol. 41, pp. 89–130). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-386492-5.00005-1

Lorimer, R., & Jowett, S. (2009). Empathic accuracy in coach–athlete dyads who participate in team and individual sports. *Psychology of Sport and Exercise*, *10*(1), 152–158. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.004

Mahoney, J., Schweder, A. E., & Stattin, H. (2002). Structured after-school activities as a moderator of depressed mood for adolescents with detached relations to their parents. *Journal of Community Psychology*, *30*(1), 69–86. https://doi.org/10.1002/jcop.1051

Malecki, C., & Demaray, M. (2003). What type of support do they need? Investigating student adjustment as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support. *School Psychology Quarterly*, *18*(1), 231–252. https://doi.org/10.1521/scpq.18.3.231.22576

Martins, P. C., Oliveira, V. H., Mendes, S. M., & Fernández-Pacheco, G. (2021). After-school time use of urban adolescents: Effects on achievement, problem behaviors, and happiness. *Journal of Leisure Research*, *52*(3), 286–306. https://doi.org/10.1080/00222216.2020.1785977

Moeijes, J., van Busschbach, J. T., Bosscher, R. J., & Twisk, J. W. R. (2018). Sports participation and psychosocial health: A longitudinal observational study in children. *BMC Public Health*, *18*(1), Article 702. https://doi.org/10.1186/s12889-018-5624-1

Moksnes, U. K., & Espnes, G. A. (2013). Self-esteem and life satisfaction in adolescents-gender and age as potential moderators. *Quality of Life Research*, *22*(10), 2921–2928. https://doi.org/10.1007/s11136-013-0427-4

Molodchik, M., Paklina, S., & Parshakov, P. (2021). Peer effects on individual performance in a team sport. *Journal of Sports Economics*, *22*(5), 571–586. https://doi.org/10.1177/15270025211000389

Ntoumanis, N., Taylor, I. M., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2012). A longitudinal examination of coach and peer motivational climates in youth sport: Implications for moral attitudes, well-being, and behavioral investment. *Developmental Psychology*, *48*(1), 213–223. https://doi.org/10.1037/a0024934

Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Meehan, W. P., III. (2019). Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, *18*(3), 490–496.

Poulin, F., & Denault, A.-S. (2013). Friendships with co-participants in organized activities: Prevalence, quality, friends' characteristics, and associations with adolescents' adjustment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, *2013*(140), 19–35. https://doi.org/10.1002/cad.20035

Rhind, D. J. A., Jowett, S., & Yang, S. X. (2012). A comparison of athletes' perceptions of the coach–athlete relationship in team and individual sports. *Journal of Sport Behavior*, *35*(4), 433–452.

Sabiston, C. M., Jewett, R., Ashdown-Franks, G., Belanger, M., Brunet, J., O'Loughlin, E., & O'Loughlin, J. (2016). Number of years of team and individual sport participation during adolescence and depressive symptoms in early adulthood. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *38*(1), 105–110. https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0175

Salk, R. H., Hyde, J. S., & Abramson, L. Y. (2017). Gender differences in depression in representative national samples: Meta-analyses of diagnoses and symptoms. *Psychological Bulletin*, *143*(8), 783–822. https://doi.org/10.1037/bul0000102

Vukadinović, S., & Rađević, N. (2019). The coach–athlete relationship of young talented athletes from Bosnia and Herzegovina. *Fizicka Kultura*, *73*(4), 230–237. https://doi.org/10.5937/fizkul1902230V

Wachsmuth, S., Jowett, S., & Harwood, C. G. (2017). Conflict among athletes and their coaches: What is the theory and research so far? *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *10*(1), 84–107. https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1184698

White-Gosselin, C.-É., Poulin, F., & Denault, A.-S. (2024). Social integration in the activity per group in sport and non-sport organized activities: Links with depressive symptoms in adolescence. *Social Development*, *33*(2), Article e12727. https://doi.org/10.1111/sode.12727

Yeakel, M. D. (2019). *The development of the late adolescent social support inventory and an examination of social support's impact on depression in adolescents* (Publication No. 4439) [Master's thesis, Eastern Illinois University]. Eastern Illinois University Institutional Repository.

Zarobe, L., & Bungay, H. (2017). The role of arts activities in developing resilience and mental wellbeing in children and young people a rapid review of the literature. *Perspectives in Public Health*, *137*(6), 337–347. https://doi.org/10.1177/1757913917712283

Zhang, D. (2017). A coefficient of determination for generalized linear models. *The American Statistician*, *71*(4), 310–316. https://doi.org/10.1080/00031305.2016.1256839

Reçu le 6 juin 2023
Révision reçue le 11 août 2024
Accepté le 20 août 2024 ■