



**112**

Printemps, 2016/2

**Violences, comportements agressifs  
et activités physiques et sportives.**

**Regards croisés  
sous la direction d'Éric Dugas,  
Hélène Joncheray et Rémi Richard**

## RÔLE DE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE DANS LES COMPORTEMENTS AGRESSIFS DANS LE DOMAINE SPORTIF

Fabrice Dosseville, Sylvain Laborde, Koffi Pierrot Edoh et Catherine Garncarzyk

De Boeck Supérieur | « Staps »

2016/2 n° 112 | pages 33 à 47

ISSN 0247-106X

ISBN 9782807390805

Article disponible en ligne à l'adresse :

-----  
<https://www.cairn.info/revue-staps-2016-2-page-33.htm>  
-----

Distribution électronique Cairn.info pour De Boeck Supérieur.

© De Boeck Supérieur. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

# Rôle de l'intelligence émotionnelle dans les comportements agressifs dans le domaine sportif

## *The role of emotional intelligence in aggressive behaviors in sports*

FABRICE DOSSEVILLE

Université de Caen Normandie, France

SYLVAIN LABORDE

Université Allemande du Sport de Cologne,  
Allemagne

Université de Caen Normandie, France

KOFFI PIERROT EDOH

Université d'Abomey-Calavi, Bénin

CATHERINE GARNCARZYK

Université de Caen Normandie, France

FABRICE DOSSEVILLE • SYLVAIN LABORDE •  
KOFFI PIERROT EDOH • CATHERINE GARNCARZYK

**RÉSUMÉ :** L'intelligence émotionnelle (IE), définie comme un ensemble de compétences concernant l'identification, la compréhension, l'expression, la régulation et l'utilisation de ses émotions et de celles des autres, a souvent été considérée comme une dimension individuelle déterminante dans la vie sociale, affective et professionnelle. Dans le domaine des pratiques sportives, les travaux se sont multipliés depuis quelques années en s'intéressant à la performance, au ressenti émotionnel, aux réponses et aux comportements face aux événements perçus comme stressants. Mais il est surprenant d'observer que les travaux évoquant les liens entre ces compétences émotionnelles et la violence dans le sport sont rares, alors que les comportements agressifs et violents ne cessent d'augmenter sur et autour des terrains. L'objectif de cet article est ainsi de montrer les liens entre l'IE et les comportements transgressifs en sport et de proposer des perspectives de recherche dans ce domaine encore peu exploré en psychologie du sport et de l'activité physique.

**MOTS-CLÉS :** intelligence émotionnelle, agression, psychologie du sport de l'activité physique.

**ABSTRACT:** Defined as a set of skills regarding the identification, the understanding, the expression, the regulation and the use of one's emotions and others', emotional intelligence (EI) has often been considered as a decisive individual dimension of our social, affective and professional lives. In the sports sphere, psychology of sport and physical activity studies have multiplied for a few years and looked into the performances, emotions felt and behaviors in the face of events perceived as stressful. Yet it is surprising to note that while aggressive and violent behaviors keep increasing on and off the field, works raising links between emotional skills and violence in sports are rare. This article thus aims at showing the interest of studying IE as one of the contributing factors of aggressive behaviors in sports, and to suggest research prospects in this relatively unexplored field.

**KEYWORDS:** Emotional Intelligence, Physical Aggression, Sport and Physical Activity Psychology.

### **ZUSAMMENFASSUNG: Die Rolle der emotionalen Intelligenz bei aggressiven Verhaltensweisen im Sport**

Die emotionale Intelligenz (EI), definiert als eine Anzahl von Kompetenzen, die die Identifikation, das Verständnis, den Ausdruck, die Regulation und den Gebrauch von Emotion bei sich und bei anderen betreffen, wird oft als eine individuelle Dimension betrachtet, die für das soziale, affektive

und professionelle Leben determinierend ist. Im Bereich des Sports haben sich seit einigen Jahren die sportpsychologischen Arbeiten, zur Leistung, emotionalen Erfahrungen und Verhaltensweisen in Stresssituationen vervielfacht. Aber es ist interessant zu beobachten, dass Arbeiten zu Zusammenhängen zwischen emotionalen Kompetenzen und Gewalt im Sport selten sind, obwohl aggressive und gewalttätige Verhaltensweisen ständig in den Stadien und auf den Zuschauerrängen zunehmen. Ziel dieses Artikels ist es deshalb, die EI als eine Determinante aggressiven Verhaltens im Sport zu erforschen und Forschungsperspektiven auf diesem noch relativ unerforschten Feld aufzuzeigen.

**SCHLAGWÖRTER:** Emotionale Intelligenz, Aggression, Sportpsychologie.

### **RESUMEN: El rol de la inteligencia emocional en el comportamiento agresivo en el deporte**

La inteligencia emocional (IE) es definida como un conjunto de competencias relacionadas a la identificación, la comprensión, la expresión, la regulación y el control de las emociones de sí mismo como la de los otros, comúnmente es considerada como una dimensión individual determinante en la vida social, afectiva y profesional. En el campo de las prácticas deportivas, en los últimos años los trabajos en psicología del deporte y la actividad física se han incrementado centrándose especialmente en el rendimiento como sentimientos emocionales y de comportamientos estresantes. Sin embargo es importante observar que los trabajos se vinculan entre las competencias emocionales y la violencia en el deporte es rara, mientras que los comportamientos agresivos y violentos aumentan alrededor de las canchas. El objetivo de este artículo es mostrar el interés de estudiar las IE como una de las determinantes de los comportamientos agresivos en el ambiente el deporte, y proponer algunas perspectivas de investigación en este dominio poco explorado.

**PALABRAS CLAVES:** inteligencia emocional, agresividad, psicología del deporte y de la actividad física.

### **RIASSUNTO: Ruolo dell'intelligenza emozionale nei comportamenti aggressivi nel settore sportivo**

L'intelligenza emozionale (IE), definita come un insieme di competenze riguardanti l'identificazione, la comprensione, l'espressione, la regolazione e l'utilizzazione delle sue emozioni e di quelle degli altri, è spesso stata considerata come una dimensione individuale determinante della vita sociale, affettiva e professionale. Nell'ambito delle pratiche sportive, i lavori in psicologia dello sport e dell'attività fisica si sono moltiplicati da alcuni anni interessandosi alla performance, alle sensazioni emozionali e ai comportamenti di fronte agli avvenimenti percepiti come stressanti, ma è sorprendente osservare che i lavori evocanti i legami tra le competenze emozionali e la violenza nello sport sono rari, mentre i comportamenti aggressivi e violenti non cessano di aumentare su e attorno i terreni. L'obiettivo di questo articolo è quello di mostrare l'interesse di studiare l'IE come una delle determinanti dei comportamenti aggressivi nell'ambito dello sport e di proporre delle prospettive di ricerca in questo settore ancora poco esplorato.

**PAROLE CHIAVE:** aggressione, intelligenza emozionale, psicologia dello sport e dell'attività fisica.

## **1. INTRODUCTION**

Les résultats, podiums ou exploits ne sont pas toujours la cause de l'attention accrue que peuvent porter les médias au monde

sportif. Des violences sur et autour des terrains et enceintes sportives montrent à quel point le jeu peut parfois engendrer des comportements bien éloignés de valeurs sportives telles que le fair-play, le respect et le contrôle de

soi. Ces événements, parfois mortels, touchent de nombreuses disciplines sportives et ne se limitent pas au plus haut niveau de pratique. Depuis une trentaine d'années, des chercheurs ont tenté d'étudier la nature et les déterminants de cette violence dans le domaine du sport. Toutefois, les difficultés d'ordre étymologique, étiologique et méthodologique sont nombreuses lorsqu'on aborde un tel thème (Sacks, Petscher, Stanley, & Tenenbaum, 2003 ; Spaaij, 2014). En effet, la diversité des comportements violents et des acteurs impliqués rend complexe toute recherche de consensus sur une définition de la violence, sur ses causes et ses remédiations (Young, 2012). De plus, la violence a souvent été abordée de manière disciplinaire (i.e., sociologie, psychologie et même physiologie) avec un langage, des méthodes et des théories spécifiques pour chacune des disciplines. Ainsi, la relativité d'un tel concept a poussé les chercheurs en psychologie du sport et de l'activité physique à préférer l'étude de comportements tels que l'agression ou l'agressivité. Dans le cadre de cet article, il s'agira de se focaliser sur l'agression, comportement intentionnel pour blesser physiquement ou psychologiquement autrui, différent de l'agressivité, considérée comme une affirmation de soi qui peut rester licite (Anderson & Bushman, 2002 ; Berkowitz, 1993 ; Collard, 2004).

De nombreux chercheurs en psychologie se sont attachés à différencier les diverses formes d'agression chez les athlètes et deux types élémentaires d'agression ont généralement été distingués (Anderson & Bushman, 2002). Alors que l'agression hostile a pour objectif principal de blesser autrui, l'agression instrumentale vise un objectif non agressif. Dans un cas, un sentiment de colère anime l'agresseur, et dans l'autre, l'acte transgressif n'est qu'un moyen pour atteindre un but tel que la victoire. Il convient de noter que ces agressions hostile et instrumentale restent illicites.

Quatre théories portant sur les déterminants des comportements agressifs ou transgressifs peuvent être évoquées. Selon la théorie

de l'instinct (Gill, 1986), l'agression est un instinct, une pulsion et donc inévitable. La pratique physique et sportive servirait alors de catharsis. Toutefois, ce concept ne s'appuie encore aujourd'hui sur aucune base objective. Pour Bandura (1973), l'agression est une fonction de l'apprentissage, un comportement social appris. En fait, l'agression aurait un effet circulaire où l'acte agressif serait source de développement de l'agression avec renforcement positif ou négatif. L'agression peut également être liée au degré de raisonnement moral (Bredemeier, 1994). Ces trois théories permettent finalement d'interroger l'influence de la pratique sportive sur les comportements agressifs sur et en dehors des terrains sportifs. D'un côté, quelques travaux ont montré une influence positive (i.e., une diminution de l'agression) de la pratique de sports de combat chez des enfants (Reynès & Lorant, 2003) et des adolescents (Carraro, Gobbi, & Moè, 2014). De l'autre, une récente revue de littérature montre que la population de sportifs présente plus de comportements violents que les non-sportifs (Sønderlund *et al.*, 2014). D'ailleurs, pour Collard (2004), le sport n'est pas un remède contre l'agression mais plutôt le siège de l'accoutumance à certaines formes d'agression acceptées dans le domaine sportif. Enfin, l'agressivité peut être considérée comme une réponse naturelle à la frustration qui préparerait à l'agression (théorie révisée de Berkowitz, 1993). Au-delà de la frustration, toute émotion négative pourrait engendrer un acte agressif. Si ces théories se sont focalisées sur l'individu, quelques travaux se sont centrés sur les violences des spectateurs distinguant par exemple les violences collectives ou individuelles et spontanées ou organisées (Spaaij, 2008 ; Ward, 2002). La rivalité, un excès de patriotisme et l'abus d'alcool sont souvent évoqués pour expliquer les comportements violents de masse.

Les conséquences psychologiques et physiques soulignent l'importance d'étudier les facteurs déterminants de ces comportements à

la fois pour comprendre le processus d'agression mais également pour développer des programmes adaptés de prévention. Si les approches disciplinaires peuvent être multiples, Spaaij (2014) souligne dans une tentative de synthèse interdisciplinaire les multiples dimensions de la violence dans le domaine sportif et propose un modèle socio-écologique à cinq niveaux incluant les facteurs individuels, interpersonnels, situationnels, environnementaux et sociaux. En s'inscrivant dans la continuité des travaux menés par García-Sancho, Salguero et Fernández-Berrocal (2014), nous suggérons que l'intelligence émotionnelle (IE) puisse être l'un des facteurs individuels influençant les comportements agressifs.

L'objectif de cet article est principalement de montrer tout l'intérêt d'étudier l'IE comme l'un des déterminants des comportements agressifs dans le domaine du sport. De nombreuses situations sportives peuvent générer de fortes charges émotionnelles chez tous les acteurs (i.e., athlètes, coaches, arbitres et publics). L'état émotionnel dans lequel un individu se trouve peut alors influencer le contenu de ses pensées mais également la manière dont il pense (Niedenthal, Krauth-Gruber, & Ric, 2008). L'IE pourrait influencer la réponse aux situations vécues comme anxiogènes ou stressantes et être un facteur inter- et intra-personnel décisif dans les comportements transgressifs et violents. Après avoir défini la notion d'IE et présenté le modèle tripartite de Mikolajczak (2008) identifiant cinq grandes compétences émotionnelles, le rôle des émotions puis de l'IE sur les comportements agressifs est interrogé dans le domaine du sport. Les liens entre l'IE et les comportements transgressifs et/ou violents semblent être multiples et chacune des compétences émotionnelles du modèle tripartite est susceptible de jouer un rôle dans cette relation. Finalement, les programmes d'intervention ayant pour objectif le développement des compétences émotionnelles sont présentés et envisagés comme des perspectives de recherche et d'application.

## 2. L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

Durant des décennies, les émotions ont été perçues comme dysfonctionnelles et au centre de problèmes et de désordres psychologiques (Philippot, 2007). Mais les différents travaux menés à partir des années 1990 ont mis en évidence que les émotions remplissent également des fonctions essentielles à l'adaptation de l'homme dans de multiples domaines d'applications comme l'éducation (e.g., Sanchez-Ruiz, Mavroveli, & Poullis, 2013), le sport (e.g., Laborde, Dosseville, & Allen, 2015) ou la santé (e.g., Martins, Ramalho, & Morin, 2010). Pour Mikolajczak, Quoidbach, Kotsou et Nélis (2009), l'adaptation est déterminée par ce que l'individu fait (ou ne fait pas) des émotions. C'est de cette idée que la notion d'IE s'est développée.

Il y a près d'un siècle, Thorndike et Stein (1937) soulignaient déjà l'importance de l'identification de nos propres états internes et de ceux des autres. Mais la notion d'IE revient à Mayer et Salovey qui la définissent comme la capacité à identifier, comprendre, générer et gérer les émotions de manière à promouvoir le développement émotionnel et intellectuel (Mayer & Salovey, 1997 ; Mayer, Salovey, & Caruso, 2004). Si les travaux se sont multipliés ces dernières années, on constate qu'il n'y a toujours pas de consensus quant à la définition de l'IE. En effet, elle a été conceptualisée principalement de deux manières, systématiquement opposées. D'un côté, l'IE est considérée comme une habileté (apprise) censée varier d'une situation à une autre (Mayer & Salovey, 1997) ; cette perspective ayant longtemps été perçue comme la seule digne d'intérêt dans le domaine du sport (Meyer & Zizzi, 2007). De l'autre, l'IE est envisagée comme un trait trans-situationnel relativement stable dans le temps (Petrides, 2009), qui participe de la personnalité positive des sportifs (Laborde, Guillen, Dosseville, & Allen, 2015). Longtemps objet de débats, ces deux approches ont finalement été incluses au sein d'un modèle tripartite d'IE (Mikolajczak, 2008).

Ce modèle tripartite tente de réconcilier deux approches en apparence opposées (habileté *vs* trait) en offrant une nouvelle conceptualisation de l'IE. Pour Mikolajczak (2008), les compétences émotionnelles se déclinent selon trois niveaux de traitement. Le premier niveau est dit de connaissance implicite ou explicite vis-à-vis de chaque compétence. Il correspond ainsi à la connaissance de techniques permettant de se concentrer sur une tâche ou de réguler ses propres émotions. Mais cela ne signifie pas nécessairement que l'on peut mettre cette connaissance en pratique. Le deuxième niveau, dit d'habileté, correspond à la capacité d'un individu à appliquer ses connaissances en situation émotionnelle. Enfin, le troisième niveau, dit de disposition (ou de trait), correspond à la propension d'un individu à se comporter de telle ou telle manière dans les situations émotionnelles. Ces trois niveaux interagissent entre eux mais ne sont que modérément corrélés selon Mikolajczak (2008) : les connaissances ne se traduisent pas toujours en habiletés, lesquelles ne sont pas toujours utilisées au quotidien. Ainsi, un individu qui ressent de la colère peut être conscient que des techniques de réévaluation cognitive peuvent être utilisées pour modifier sa perception de la situation. Ce même individu peut également utiliser ces techniques de réévaluation cognitive pour gérer son stress quand on lui demande explicitement de le faire. Finalement, il peut savoir que l'utilisation d'une technique peut l'aider (connaissance), et être capable de l'exécuter efficacement (capacité), mais ne pas avoir l'habitude d'y recourir lorsque la situation se présente (trait ou disposition).

Au sein de ces trois niveaux, Mikolajczak (2008) identifie cinq grandes compétences émotionnelles et distingue pour chacune d'entre elles un versant intra-personnel (soi) et interpersonnel (autrui) : (a) l'identification de ses propres émotions et celles des autres, (b) la compréhension des causes et des conséquences de ses émotions et de celles des autres, (c) l'expression des émotions de manière socialement

acceptable et permettant aux autres d'exprimer leurs émotions, (d) la régulation du stress et ses émotions, et ceux des autres, et (e) l'utilisation des émotions et celles des autres pour accroître leur efficacité. Cette approche a permis le développement d'outils d'évaluation de la manière dont les individus éprouvent, perçoivent, identifient, traitent, utilisent et régulent leurs émotions et celles d'autrui. Le but est de pouvoir rendre compte du fonctionnement émotionnel de l'individu et de ses répercussions au niveau social.

Plusieurs outils permettent de mesurer ces compétences émotionnelles (pour une revue de littérature, voir Laborde, Dosseville, & Allen, 2015). Le premier est un questionnaire auto-administré présentant des qualités psychométriques avérées – le TEIQue (Petrides, 2009) – validé pour une utilisation dans le domaine du sport (Laborde, Dosseville, Guillén, & Chávez, 2014). Sous sa forme la plus longue, le TEIQue comprend 153 items (contre 30 pour la version courte) et mesure 13 dimensions sur 4 facteurs clefs (i.e., bien-être, contrôle de soi, habiletés émotionnelles, et habiletés sociale). Le second outil plus récent mesure ces compétences à l'aide du profil des compétences émotionnelles (PEC ; Brasseur, Grégoire, Bourdu, & Mikolajczak, 2013). Le PEC comprend 50 questions qui ont pour objectif de mesurer les différences individuelles dans l'identification, la compréhension, l'expression, la régulation et l'utilisation de ses propres émotions et celles des autres. Toutefois, ce questionnaire n'a pas encore été validé en contexte sportif.

Depuis près d'une décennie, les sportifs ont fait l'objet de plusieurs études en tentant d'évaluer le rôle de ces compétences intra- et interpersonnelles sur la performance sportive mais également sur la régulation émotionnelle, les habiletés psychologiques et plus largement encore sur le fonctionnement individuel. Toutefois, les athlètes ne sont pas les seuls acteurs des rencontres sportives ; les coaches, le public et les officiels sont également des acteurs

essentiels du monde sportif pour lesquels l'IE pourrait jouer un rôle déterminant dans de nombreuses situations chargées émotionnellement (Laborde, Dosseville, & Allen, 2015).

### 3. INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE ET AGRSSION DANS LE DOMAINE DU SPORT

Les émotions influencent globalement la performance sportive (Laborde, Raab, & Dosseville, 2013) mais également de manière plus spécifique les processus décisionnels (Laborde, Dosseville, & Raab, 2013) ou l'évaluation de la situation et les stratégies de faire face ou de *coping* (Laborde, Dosseville *et al.*, 2014; Laborde, You, Dosseville, & Salinas, 2012). D'après Lazarus et Folkman (1984), ces stratégies se définissent comme les efforts volontaires pour faire face à une situation ou un événement évalué comme stressant, c'est-à-dire menaçant notre bien-être. Si les émotions dans les cas évoqués ci-dessus sont considérées comme un état ponctuel, il convient également de prendre en compte le fait que les individus présentent des dispositions stables liées aux émotions en lien avec la personnalité (Laborde, Raab, & Dosseville, 2013). Les travaux abordant le concept d'IE se multiplient depuis quelques années en s'intéressant à la performance dans divers domaines, aux ressentis émotionnels qu'ils soient pré- ou post-compétitifs, et aux comportements face aux événements perçus comme stressants. Certains chercheurs ont comparé les compétences émotionnelles des individus en tenant compte de variables telles que l'âge, l'expertise, la culture ou encore le sexe (e.g., Jaušovec & Jaušovec, 2005; Wechtler, Koveshnikov, & Dejoux, 2015). D'autres auteurs ont centré leurs recherches sur l'influence de ces compétences sur les performances sportives (Laborde, Dosseville *et al.*, 2014), les résultats académiques à l'université (Laborde, Dosseville, & Scelles, 2010) ou le management en entreprise (Siegling, Nielsen, & Petrides, 2014). Finalement, des études ont montré que l'IE était un important

modérateur de la réponse aux situations vécues comme anxiogènes ou stressantes (Laborde, Lautenbach, Allen, Herbert, & Achtzehn, 2014; Mikolajczak, Roy, Luminet, Fillée, & de Timary, 2007). Par exemple, Laborde, Lautenbach *et al.* (2014) ont examiné la relation entre le cortisol et l'IE de joueurs de tennis en situation écologique dans des conditions de stress. Ils ont observé que les joueurs présentant les traits d'IE les plus élevés montraient une sécrétion de cortisol moindre en comparaison avec des joueurs présentant des scores d'IE moins élevés. Toutefois, peu de travaux ont examiné directement la relation entre les comportements agressifs et l'IE.

#### 3.1. Émotions et agression dans les activités physiques et sportives

Les situations développant des émotions qui engendrent des comportements transgressifs, agressifs ou violents sont nombreuses et peuvent toucher tous les acteurs du monde sportif. Il peut s'agir d'interactions entre un officiel (arbitre ou juge) et un athlète ou un coach, entre adversaires ou encore de réactions du public lors d'événements sportifs. Ainsi, il peut paraître surprenant que ce concept d'IE n'ait fait que rarement l'objet de recherches étant donné le nombre d'événements violents, sur et à côté des terrains sportifs, relatés par les différents médias. Par exemple, du fait de l'importance des compétences exigées pour les officiels dans de nombreux sports (e.g., connaissance du jeu et des règles, prise de décision, communication; Myers, Feltz, & Guillén, 2012) ainsi que des attentes des athlètes quant aux qualités et aux comportements appropriés des arbitres (e.g., maîtrise de la communication, respect, justesse des décisions; Dosseville, Laborde, & Bernier, 2014), l'IE pourrait jouer un rôle fondamental dans l'efficacité de l'arbitre, sa perception des autres acteurs mais aussi sur le climat de la rencontre sportive. Puisque l'IE est liée à la régulation émotionnelle personnelle et de celle d'autrui, on peut émettre l'hypothèse que les officiels ayant des

compétences émotionnelles plus développées pourraient favoriser de meilleures relations avec les autres acteurs et contribuer à un climat sportif général plus positif (e.g., une réduction des tensions, de l'agressivité et des conflits interpersonnels ; Bar-Eli, Levy-Kolker, Pie, & Tenenbaum, 1995). En sports collectifs, nombre de joueurs sont sanctionnés après avoir perdu leur sang-froid et en ayant un comportement transgressant les lois du jeu. Anticiper et percevoir ses émotions et celles de ses partenaires ou adversaires et les réguler pourraient également constituer des éléments essentiels pour le bon déroulement du jeu mais plus largement encore pour la carrière sportive. En effet, la capacité à réguler ses émotions et à les exprimer de manière acceptable (i.e., dans les règles du jeu) est déterminante lors de conflits interindividuels. La question de la communication sur le terrain sportif (à travers la perception et l'identification des messages notamment) pourrait d'ailleurs être une perspective de recherche intéressante (voir Salmon & Young, 2011).

S'il est aisé de comprendre comment ces compétences peuvent jouer un rôle lors d'interactions entre quelques acteurs, il est plus complexe de définir leur influence lorsqu'il s'agit de celle des spectateurs. Ces derniers investissent à la fois du temps et de l'argent pour assister à des événements sportifs en s'identifiant la plupart du temps aux équipes qu'ils supportent (Dimmock, Grove, & Eklund, 2005) et en vivant une gamme complète d'émotions agréables et désagréables (Jones, Coffee, Sheffield, Yangüez, & Barker, 2012). Ces fans intériorisent ou adoptent les attitudes et comportements des joueurs ou de l'équipe et se sentent comme faisant partie de l'équipe qui devient l'objet de leur passion. Une seule étude à notre connaissance s'est ainsi focalisée sur l'IE de spectateurs en examinant leur perception émotionnelle (Dunn, Brackett, Ashton-James, Schneiderman, & Salovey, 2007). Ces auteurs ont évalué la capacité de prédiction affective en utilisant un protocole longitudinal

dans lequel les participants devaient prévoir comment ils se sentiraient et quelles émotions ils ressentiraient après la victoire ou la défaite de leur équipe face à leur principale équipe rivale (basket-ball). Une journée après la rencontre sportive, les participants étaient de nouveau contactés pour évaluer leurs ressentis actuels sur les mêmes échelles. Les résultats de cette étude montrent que les participants présentant une IE élevée se sont montrés plus précis dans leur prédiction. Cependant, cette première étude n'a pas exploré plus avant la contribution de l'IE aux différentes réponses des spectateurs, que celles-ci soient positives (e.g., plaisir) ou négatives (e.g., stress, agressivité voire agression). Pourtant, au regard des réponses physiopathologiques observées chez certains spectateurs (Wilbert-Lampen *et al.*, 2008) et leur implication sur la sécurité et la santé (i.e., risques cardiovasculaires ; Schwartz *et al.*, 2012), ces connexions devraient être au cœur de futurs projets de recherche.

### 3.2. Le rôle de l'IE

La régulation émotionnelle a été évoquée comme l'un des déterminants individuels des comportements agressifs et violents mais la plupart du temps en se focalisant sur la colère (notamment dans son manque de régulation ; Robertson, Daffern, & Bucks, 2012). D'ailleurs, des travaux ont mis en évidence des liens entre les comportements agressifs et une régulation émotionnelle inadaptée (Cohn, Jakupcak, Seibert, Hildebrandt, & Zeichner, 2010 ; Sullivan, Helms, Kliewer, & Goodman, 2010). Si la régulation émotionnelle peut se définir comme le fait de maintenir, d'inhiber ou d'améliorer l'expression et l'expérience émotionnelle (Robertson *et al.*, 2012), le cadre conceptuel de l'IE permet d'aller au-delà de la régulation (ou de la dérégulation). Si les individus avec une IE moins développée montrent plus de comportements agressifs (García-Sancho *et al.*, 2014), la rumination de la colère pourrait être un médiateur de la relation entre IE et les différentes formes d'agression (García-Sancho, Salguero,

& Fernández-Berrocal, 2016). Toutefois, les recherches ne s'accordent pas sur ce point et le rôle de cette caractéristique personnelle – la rumination – est encore en débat (Abdollahi & Talib, 2015). De plus, d'autres différences individuelles en lien avec l'IE pourraient influencer la régulation et la gestion émotionnelle telles que l'intuition ou le réinvestissement (Laborde, Dosseville, & Kinrade, 2014).

Parmi les études ayant examiné les liens entre IE et agression, toutes ont observé un lien significatif entre les compétences émotionnelles et les processus impliqués lors d'émotions négatives (perception, expression et contrôle). Le manque de compétences à identifier et à réguler ces émotions négatives semble jouer un rôle central dans l'agression (Robertson *et al.*, 2012). Par exemple, les adolescents qui présentent des compétences émotionnelles élevées comprennent mieux les émotions qu'ils ressentent mais également leurs causes et leurs conséquences (Garaigordobil & Peña-Sarrionandia, 2015). Ainsi, chez les enfants et adolescents, l'IE est négativement associée aux comportements agressifs et positivement reliée à l'empathie et à la qualité des interactions sociales (Castillo, Salguero, Fernández-Berrocal, & Balluerka 2013 ; Siu, 2009). Ces conclusions sont confirmées par d'autres chercheurs soulignant le lien entre l'IE et la résolution de conflits interindividuels et les comportements agressifs (García-Sancho *et al.*, 2014 ; Gower *et al.*, 2014 ; Zeidner & Kloda, 2013). Un individu ayant une meilleure perception, compréhension et gestion de ses émotions est moins susceptible de s'engager dans des comportements agressifs et violents. Cette forme de conscience émotionnelle permettrait à la fois une meilleure compréhension de ses propres émotions et de celles d'autrui et de leurs conséquences sur leurs comportements, mais également d'avoir des relations sociales plus positives, qui sont déterminantes lors de la résolution de conflits interindividuels. Plusieurs travaux impliquant des

populations d'adultes ont montré que les compétences émotionnelles jouent un rôle déterminant dans les comportements violents et les agressions interpersonnelles (Gross, & Munoz, 1995 ; Mennin, Heimberg, Turk, & Fresco, 2005). En fait, une IE peu développée est un prédicteur de comportements agressifs (Mansfield, Addis, Cordova, & Lynn, 2009).

Avoir des compétences émotionnelles développées peut également avoir un impact indirect sur les comportements agressifs et violents. En effet, une IE élevée est liée à une utilisation de stratégies d'adaptation dites de faire face orientées vers la tâche (ou centrées sur le problème). Ces stratégies consistent à obtenir des informations et à agir sur la base de celles-ci pour modifier la perception de la situation stressante (Lazarus & Folkman, 1984). Elles sont plus efficaces pour la performance dans le cas de situations contrôlables grâce à une utilisation plus fréquente de dialogue interne, d'imagerie mentale, de contrôle émotionnel, de fixation d'objectifs ou de techniques de relaxation et d'activation (Lane, Thelwell, Lowther, & Devonport, 2009). Ce type de stratégie active correspond ainsi à des efforts en vue d'éliminer les sources de stress en tentant de modifier la situation elle-même. Ainsi, les athlètes avec une IE élevée pourraient utiliser plus aisément et régulièrement ces habiletés psychologiques et s'engager dans l'activité pour mettre en œuvre des comportements adaptatifs pendant et autour des situations compétitives. Cette première stratégie est efficace à long terme. D'autres stratégies centrées sur l'émotion (évitement, contrôle de soi, acceptation) semblent plus adaptées à court terme et pour des situations incontrôlables. Elles correspondent à des efforts afin de réduire les émotions négatives (les tensions émotionnelles) engendrées par la situation et n'agissent pas directement sur le problème.

### 3.3. Des programmes d'intervention

Si les études sur le concept d'IE se sont multipliées de manière exponentielle lors

de ces trente dernières années, il convient de souligner la récence des travaux abordant les programmes de développement ou d'entraînement des compétences émotionnelles (e.g., Campo, Laborde, & Weckemann, 2015 ; Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor, & Schellinger, 2011). La forme et les contenus dépendent du domaine d'application (e.g., pour le sport : Barlow & Banks, 2014 ; pour l'enseignement : Vesely, Saklofske, & Nordstokke, 2014 ; pour la santé : Littlejohn, 2012), de l'âge des participants et du cadre conceptuel utilisé. Ces programmes aspirent généralement à diminuer les comportements violents avec des objectifs visant à modérer les émotions négatives, à contrôler ses sentiments et ses émotions (colère, peur, frustration), à gérer ses comportements négatifs, à développer des stratégies adaptées pour faire face à des situations perçues comme stressantes, et à devenir plus conscient des conséquences nuisibles des émotions et des comportements négatifs.

Des études ont évalué l'impact de programmes ciblant les adolescents avec des résultats significatifs. L'idée générale consistait à proposer un programme d'intervention dont les objectifs visaient à développer les capacités à ressentir, percevoir, comprendre, générer, utiliser et réguler les émotions (les siennes et celles d'autrui) sur des périodes de quelques semaines à deux années. Après une vingtaine d'heures d'intervention auprès d'adolescents âgés de 11 à 17 ans, les chercheurs ont pu observer une diminution des agressions verbale et physique, de la colère, de l'hostilité, de la détresse personnelle, une influence significative sur l'empathie des garçons (Castillo *et al.*, 2013) et une diminution des stratégies agressives comme technique de résolution de conflit interpersonnel (Garaigordobil & Peña-Sarrionandia, 2015). Toutefois, l'influence de ces programmes a été exclusivement évaluée par l'intermédiaire de questionnaires sous la forme d'un protocole classique de pré- et post-test. Frey, Bobbitt Nolen, Van Schoiack Edstrom et Hirschtein (2005) ont évalué

l'impact d'un programme avec des enfants de 7 à 11 ans à travers les rapports d'observation des enseignants ainsi que par l'intermédiaire de jeux (e.g., dilemme du prisonnier). Après deux années scolaires (entre 35 et 55 leçons), les chercheurs ont observé une diminution de l'agressivité ainsi que des stratégies coercitives et des comportements antisociaux.

À notre connaissance, peu de travaux scientifiques se sont attachés à démontrer l'impact de programmes de développement des compétences émotionnelles chez les adultes et encore moins avec pour objectif spécifique de diminuer les comportements transgressifs (Nelis *et al.*, 2011). Toutefois, une étude a évalué l'influence d'un programme de développement des compétences émotionnelles de 15 h auprès d'adultes volontaires un mois puis un an après les interventions (Kotsou, Nelis, Grégoire, & Mikolajczak, 2011). Les compétences émotionnelles du groupe expérimental avaient significativement augmenté, avec pour conséquence une diminution de la sécrétion de cortisol, une amélioration du bien-être physique et subjectif ainsi que des relations sociales. Ce premier travail tend à montrer que les compétences émotionnelles peuvent être améliorées à l'âge adulte et qu'un programme de quelques heures peut exercer une influence significative sur la dimension relationnelle.

Pour démontrer leur efficacité, les interventions devront s'appuyer sur des marqueurs objectifs neurophysiologiques en plus des mesures spécifiques de l'IE comme l'ont fait Kotsou *et al.* (2011). Des mesures de testostérone et de cortisol peuvent être envisagées étant donné le rôle des hormones stéroïdes dans les comportements agressifs (Rosell & Siever, 2015). Ces liens sont d'autant plus intéressants qu'une relation négative a été montrée entre le trait d'IE et le taux de cortisol salivaire en situation compétitive stressante (Laborde, Lautenbach *et al.*, 2014), et que le programme d'intervention de Kotsou *et al.* (2011) a déjà démontré son efficacité pour diminuer le taux de cortisol salivaire à long terme. De plus, il

semble également intéressant de considérer les liens entre agression et système nerveux autonome. En effet, d'une part, la tendance proactive à l'agression semble liée à un faible tonus vagal (Zhang & Gao, 2015). D'autre part, les sportifs ayant un trait d'IE élevé présentent une diminution moindre du tonus vagal lors de situations stressantes (Laborde *et al.*, 2011 ; Laborde, Lautenbach, & Allen, 2015). D'ailleurs, l'analyse de la variabilité de la fréquence cardiaque, moins invasive et coûteuse que le recueil et la mesure d'hormones, peut être une variable adaptée pour l'évaluation des programmes d'intervention (Thayer, Hansen, Saus-Rose, & Johnsen, 2009). Compte tenu de ces conclusions, il semble pertinent d'inclure des mesures hormonales et cardiaques dans les protocoles pré- et post-tests d'intervention sur l'IE liés à des contextes d'agression, afin de documenter de manière encore plus fine l'efficacité des interventions d'IE sur les comportements agressifs.

#### 4. CONCLUSION

L'objectif de cet article était de mettre en évidence les liens théoriques qui existent entre l'IE et les comportements agressifs dans le sport, de manière à ouvrir des perspectives de recherche aux niveaux théorique et appliqué. Dans leur méta-analyse, Garcia-Sancho *et al.* (2014) concluent que les individus ayant des scores d'IE élevés présentent moins de comportements agressifs et violents (physiques et verbaux) que ceux qui ont des scores plus bas ; l'âge et la culture ne semblant pas être des facteurs modérateurs de ce lien. En fait, les raisons de cette relation négative entre les différents aspects de l'IE et l'agression semblent être multiples et chacune des cinq grandes compétences émotionnelles de Mikolajczak (2008) est susceptible de jouer un rôle dans cette relation. Deux directions peuvent être évoquées.

D'un côté, il s'agirait de s'appuyer sur la théorie de la frustration-agression révisée de

Berkowitz (1993) expliquant dans quelles conditions la frustration peut aboutir à l'agression. La frustration incite à l'agression uniquement lorsqu'elle suscite une émotion de colère. Ainsi, l'identification de cette émotion mais également son expression (i.e., agressivité au lieu de l'agression) et sa compréhension doivent jouer un rôle modérateur dans le passage à l'acte. La théorie de la frustration-agression révisée souligne que la frustration, même si elle génère de la colère, augmente la tendance à être agressif. Identifier rapidement la colère et comprendre pourquoi elle est générée permettrait alors de réguler cette émotion et de limiter un passage à un acte d'agression. De plus, il existe des facteurs déclencheurs de l'agression liés à l'environnement (i.e., les individus ciblés, la situation). Ainsi, avoir des capacités d'identification, d'expression, de compréhension, de régulation et d'utilisation de ses propres émotions mais également de celles des autres permettrait de limiter le développement de la colère et ainsi de diminuer le risque de passage à des actes transgressifs et illicites (Mansfield *et al.*, 2009). Quelques études ont également montré que l'IE jouait un rôle essentiel dans l'évaluation de la situation (Laborde, Dosseville *et al.*, 2014 ; Laborde, You, Dosseville, & Salinas, 2012).

D'un autre côté, et de manière assez complémentaire, plusieurs études ont souligné l'importance de l'IE lors des interactions sociales et notamment des conflits interindividuels (García-Sancho *et al.*, 2014 ; Gower *et al.*, 2014 ; Zeidner & Kloda, 2013). Le rôle de l'IE dans la communication entre les différents acteurs (i.e., partenaire, adversaire, coach, officiel) pourrait être une perspective de recherche intéressante (Salmon & Young, 2011). En effet, il ne suffit pas de contrôler et de réguler ses émotions pour limiter voire proscrire les comportements agressifs. Si un individu avec une meilleure perception, compréhension et gestion de ses émotions est moins susceptible de s'engager dans des comportements agressifs et violents, un adversaire

n'a pas nécessairement les mêmes capacités. Il s'agira alors de gérer les éventuels conflits. Cette forme de conscience émotionnelle permettrait une meilleure compréhension de ses propres émotions et de celles d'autrui et de leurs conséquences sur les comportements. Elle améliorerait ainsi les interactions sociales, déterminantes lors de la résolution de conflits interindividuels.

Comme le suggère la revue de littérature effectuée récemment sur l'IE dans le sport (Laborde, Dosseville, & Allen, 2015), il convient de poursuivre le développement de programmes d'interventions sur l'IE à l'intention des différents acteurs du monde sportif, qui peuvent tous bénéficier du développement des compétences émotionnelles afin de rendre le climat sportif général plus positif. Pour un joueur de sport collectif, les compétences émotionnelles permettent de percevoir, réguler et utiliser les émotions d'un adversaire aussi bien que les siennes, mais aussi de percevoir, réguler et utiliser les émotions de ses coéquipiers. Pour un arbitre ou un juge, ces compétences peuvent également être déterminantes dans l'anticipation voire dans la gestion des conflits interpersonnels sur le terrain (entre joueurs, entre arbitre et joueur, ou encore entre arbitre et coach). Toutefois, les agressions se déroulent aussi en dehors des terrains de jeu. S'il est concevable de travailler individuellement sur ces compétences émotionnelles, leur gestion s'avère bien plus complexe lorsqu'il s'agit de groupes tels que les supporteurs. Une perspective est vraisemblablement à ouvrir dans la précocité des programmes d'intervention au sein des clubs sportifs mais également en milieu scolaire voire périscolaire. Les travaux avec des populations d'adolescents mais également d'enfants pourraient représenter un enjeu qui dépasse la simple sphère sportive.

Les programmes de développement de l'IE aspirent généralement à diminuer les comportements violents avec des objectifs visant à modérer les émotions négatives, à contrôler ses sentiments et ses émotions (colère, peur,

frustration), à gérer ses comportements négatifs, à développer des stratégies adaptées pour faire face à des situations perçues comme stressantes, et finalement à devenir plus conscient des conséquences nuisibles des émotions et des comportements négatifs. Sur la base du modèle tripartite de Mikolajczak (2008) et des résultats des travaux effectués en Espagne (Castillo *et al.*, 2013 ; Garaigordobil & Peña-Sarrionandia, 2015), on peut suggérer qu'un programme d'intervention sur les niveaux dits de connaissance et d'habileté améliorerait l'automatisation des processus de régulation émotionnelle (niveau de disposition). L'entraînement du niveau de connaissances pourrait consister à fournir des informations sur les techniques d'amélioration de l'IE (e.g., des stratégies pour faire face aux situations perçues comme stressantes, des techniques de communication, des techniques de méditation). L'entraînement du niveau d'habileté serait l'étape suivante et permettrait la pratique de ces techniques et l'apprentissage de leur mise en œuvre dans des situations particulières. Ces techniques pourraient être évoquées puis travaillées et répétées en les adaptant à l'âge du public issu du milieu sportif (clubs sportifs locaux, de centres de formation) ou du système scolaire et universitaire. Par exemple, dans le cas d'un athlète ou d'un coach qui se met régulièrement en colère pendant les rencontres sportives, la présentation de techniques de régulation émotionnelle et de leurs effets pourrait être envisagée (niveau de connaissance). Puis, l'athlète ou le coach pourrait être mis sous pression et dans des situations stressantes lors de séquences d'entraînements spécifiques pour contraindre l'athlète à utiliser une technique particulière. Après un programme défini et une période de pratique, cet individu devrait pouvoir l'utiliser consciemment pendant des compétitions (niveau d'habileté). L'évaluation de cet entraînement viserait à examiner les capacités de l'athlète à réguler ses émotions automatiquement et sans effort avec la technique apprise.

Comme nous l'avons précédemment souligné, les enfants et les adolescents semblent être les cibles les plus pertinentes pour ce type d'intervention. En s'appuyant sur le modèle tripartite, il pourrait être intéressant d'étudier l'impact de diverses interventions. Dans un premier temps, des formations courtes permettraient de développer les connaissances sur ces compétences ; l'idée restant que leur prise de conscience pourrait être une première étape. En s'inspirant des protocoles mis en place (Campo *et al.*, 2015 ; Kotsou *et al.*, 2011 ; Nelis *et al.*, 2011), le développement des cinq compétences émotionnelles (Mikolajczak, 2008) pourrait être au cœur d'un second temps d'intervention avec un suivi longitudinal pour développer le niveau d'habileté. À notre connaissance, ce type de programme n'a jamais été mis en œuvre en France, et encore moins sur la prévention des comportements agressifs. Des études scientifiques évaluant l'impact de différents types de programme de développement des compétences émotionnelles, sur le terrain sportif et au-delà (i.e., à l'école et plus largement encore dans la vie quotidienne), pourraient recouvrir des enjeux éducatifs importants. Il s'agirait ainsi d'évaluer l'impact d'interventions courtes ciblant la simple connaissance de ces compétences en faisant découvrir aux plus jeunes et aux adolescents le rôle des émotions et en présentant par exemple le modèle tripartite (Mikolajczak, 2008). À travers des activités jouées et notamment dans les activités physiques et sportives où la charge émotionnelle est parfois forte, le second niveau dit d'habileté pourrait se trouver au cœur d'un programme. Il s'agirait ainsi de développer des activités spécifiques à chacune des compétences à travers la présentation de techniques adaptées. La durée, la forme et les contenus restent évidemment à interroger et à étudier précisément. Finalement, des études longitudinales ont besoin d'être mises en œuvre afin de valider l'impact de ces programmes tout en examinant les caractéristiques individuelles qui peuvent modérer les résultats (e.g., âge, sexe, différences individuelles).

## RÉFÉRENCES

- ABDOLLAHI, A. & TALIB, M. A.** (2015). Emotional intelligence as a mediator between rumination and suicidal ideation among depressed inpatients: The moderating role of suicidal history. *Psychiatry Research*, 228, 591-597.
- ANDERSON, C. A. & BUSHMAN, B. J.** (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27-51.
- BANDURA, A.** (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood, NJ: Prentice-Hall.
- BAR-ELI, M., LEVY-KOLKER, N., PIE, J. S., & TENENBAUM, G.** (1995). A Crisis-related Analysis of Perceived referees' behavior in competition. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7, 63-80.
- BARLOW, A. & BANKS, A. P.** (2014). Using emotional intelligence in coaching high-performance athletes: a randomised controlled trial. *Coaching: An International Journal of Theory, Research & Practice*, 7, 132-139.
- BERKOWITZ, L.** (1993). *Aggression: Its causes, consequences and control*. New York: McGraw-Hill.
- BRASSEUR, S., GRÉGOIRE, J., BOURDU, R., & MIKOLAJCZAK, M.** (2013). The Profile of Emotional Competence (PEC): development and validation of a self-reported measure that fits dimensions of emotional competence theory. *PLoS ONE*, 8, 1-8.
- BREDEMEIER, B. J.** (1994). Children's moral reasoning and their assertive aggressive, and submissive tendencies in sport and daily life. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 1-14.
- CAMPO, M., LABORDE, S., & WECKEMANN, S.** (2015). Emotional Intelligence training: implications for performance and health. In A. M. Columbus (Ed.), *Advances in Psychology Research* (pp. 75-92). New York: Nova Publishers.
- CARRARO, A., GOBBI, E., & MOÈ, A.** (2014). Play fighting to curb self-reported aggression in young adolescents. *Journal of Adolescence*, 37, 1303-1307.
- CASTILLO, R., SALGUERO, J. M., FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. & BALLUERKA, N.** (2013). Effects of an emotional intelligence intervention on aggression and empathy among adolescents. *Journal of Adolescence*, 36, 883-892.
- COLLARD, L.** (2004). *Sport et agressivité*. Paris : Desiris.
- COHN, A. M., JAKUPCAK, M., SEIBERT, L. A., HILDEBRANDT, T. B., & ZEICHNER, A.** (2010). The role of emotion dysregulation in the association between men's restrictive emotionality and use of physical aggression. *Psychology of Men & Masculinity*, 11, 53-64.
- CRICK, N. R., & DODGE, K. A.** (1994). A review and reformulation of social information processing mechanisms in children's adjustment. *Psychological Bulletin*, 115, 74-101.

- DIMMOCK, J. A., GROVE, J. R., & EKLUND, R. C. (2005). Reconceptualizing team Identification: new dimensions and their relationship to intergroup bias. *Group Dynamics*, 9, 75-86.
- DOSSEVILLE, F., LABORDE, S., & BERNIER, M. (2014). Athletes' expectations with regard to officiating competence. *European Journal of Sport Science*, 14 Suppl 1, 448-455.
- DUNN, E. W., BRACKETT, M. A., ASHTON-JAMES, C., SCHNEIDERMAN, E., & SALOVEY, P. (2007). On emotionally intelligent time travel: Individual differences in affective forecasting ability. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 33, 85-93.
- DURLAK, J. A., WEISSBERG, R. P., DYMICKI, A. B., TAYLOR, R. D., & SCHELLINGER, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82, 405-432.
- FREY, K. S., BOBBITT NOLEN, S., VAN SCHOIACK EDSTROM, L., & HIRSCHSTEIN, M. K. (2005). Effects of a school-based social-emotional competence program: linking children's goals, attributions, and behavior. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 26, 171-200.
- GARCÍA-SANCHO, E., SALGUERO, J. M., & FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. (2014). Relationship between emotional intelligence and aggression: A systematic review. *Aggression & Violent Behavior*, 19, 584-591.
- GARCÍA-SANCHO, E., SALGUERO, J. M., & FERNÁNDEZ-BERROCAL, P. (2016). Angry rumination as a mediator of the relationship between ability emotional intelligence and various types of aggression. *Personality & Individual Differences*, 89, 143-147.
- GARAIGORDOBIL, M. & PEÑA-SARRIONANDIA, A. (2015). Effects of an Emotional Intelligence program in variables related to the prevention of violence. *Frontiers in Psychology*, 6, 743.
- GILL, D. L. (1986). *Psychological dynamics of sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- GOWER, A. L., SHLAFFER, R. J., POLAN, J., MCRÉE, A. L., MCMORRIS, B. J., PETTINGELL, S. L., & SIEVING, R. E. (2014). Associations between adolescent girls' social-emotional intelligence and violence perpetration. *Journal of Adolescence*, 37, 67-71.
- GROSS, J. J., & MUNOZ, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164.
- JAUŠOVEC, N. & JAUŠOVEC, K. (2005). Sex differences in brain activity related to general and emotional intelligence. *Brain & Cognition*, 59, 277-286.
- JONES, M. V., COFFEE, P., SHEFFIELD, D., YANGÚEZ, M., & BARKER, J. B. (2012). Just a game? Changes in English and Spanish soccer fans' emotions in the 2010 World Cup. *Psychology of Sport & Exercise*, 13, 162-169.
- KOTSOU, I., NELIS, D., GRÉGOIRE, J., & MIKOLAJCZAK, M. (2011). Emotional plasticity: Conditions and effects of improving emotional competence in adulthood. *Journal of Applied Psychology*, 96, 827-839.
- LABORDE, S., DOSSEVILLE, F., & ALLEN, M. S. (2015 sous presse). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*.
- LABORDE, S., DOSSEVILLE, F., GUILLÉN, F., & CHÁVEZ, E. (2014). Validity of the trait emotional intelligence questionnaire in sports and its links with performance satisfaction. *Psychology of Sport & Exercise*, 15, 481-490.
- LABORDE, S., DOSSEVILLE, F., & KINRADE, N. (2014). Decision-specific reinvestment scale: an exploration of its construct validity, and association with stress and coping appraisals. *Psychology of Sport & Exercise*, 15, 238-245.
- LABORDE, S., DOSSEVILLE, F., & RAAB, M. (2013). Emotions and decision making in sports: Introduction, comprehensive approach, and vision for the future. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 143-150.
- LABORDE, S., DOSSEVILLE, F., & SCHELLES, N. (2010). Trait emotional intelligence and preference for intuition and deliberation: Respective influence on academic performance. *Personality & Individual Differences*, 49, 784-788.
- LABORDE, S., GUILLEN, F., DOSSEVILLE, F., & ALLEN, M. S. (2015). Chronotype, sport participation, and positive personality-trait-like individual differences. *Chronobiology International*, 32, 942-951.
- LABORDE, S., LAUTENBACH, F., & ALLEN, M. S. (2015). The contribution of coping-related variables and heart rate variability to visual search performance under pressure. *Physiology & Behavior*, 139, 532-540.
- LABORDE, S., LAUTENBACH, F., ALLEN, M. S., HERBERT, C., & ACHTZEHN, S. (2014). The role of trait emotional intelligence in emotion regulation and performance under pressure. *Personality & Individual Differences*, 57, 43-47.
- LABORDE, S., RAAB, M., & DOSSEVILLE, F. (2013). Emotions and Performance: Valuable insights from the sports domain. In C. Mohiyeddini, M. Eysenck, & S. Bauer (Eds.), *Handbook of Psychology of Emotions: Recent Theoretical Perspectives and Novel Empirical Findings* (Vol. 1, pp. 325-358). New York, NY: Nova.
- LABORDE, S., YOU, M., DOSSEVILLE, F., & SALINAS, A. (2012). Culture, individual differences, and situation: Influence on coping in French and Chinese table tennis players. *European Journal of Sport Science*, 12, 255-261.
- LANE, A. M., THELWELL, R. C., LOWTHER, J., & DEVONPORT, T. J. (2009). Emotional intelligence and psychological

- skills use among athletes. *Social Behavior & Personality*, 37, 195-202.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S.** (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York, NJ: Springer.
- LITTLEJOHN, P.** (2012). The Missing Link: Using Emotional Intelligence to Reduce Workplace Stress and Workplace Violence in Our Nursing and Other Health Care Professions. *Journal of Professional Nursing*, 28, 360-368.
- MANSFIELD, A. K., ADDIS, M. E., CORDOVA, J. V., & LYNN, D.** (2009). Emotional skillfulness as a key mediator of aggression. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 18, 221-247.
- MARTINS, A., RAMALHO, N., & MORIN, E.** (2010). A comprehensive meta-analysis of the relationship between Emotional Intelligence and health. *Personality & Individual Differences*, 49, 554-564.
- MAYER, J. D., & SALOVEY, P.** (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York, NY: Basic Books.
- MAYER, J. D., SALOVEY, P., & CARUSO, D. R.** (2004). A further consideration of the issues of emotional intelligence. *Psychological Inquiry*, 15, 249-255.
- MENNIN, D. S., HEIMBERG, R. G., TURK, C. L., & FRESCO, D. M.** (2005). Preliminary evidence for an emotion dysregulation model of generalized anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 1281-1310
- MEYER, B. B., & ZIZZI, S. J.** (2007). Emotional intelligence in sport: Conceptual, methodological, and applied issues. In A. M. Lane (Ed.), *Mood and human performance: Conceptual, measurement, and applied issues* (pp. 131-152). London, England: Nova Science.
- MIKOLAJCZAK, M.** (2008). Conceptualizing the individual differences in emotion regulation: The three level model of emotion regulation skills. *Emotion Researcher*, 23, 9-11.
- MIKOLAJCZAK, M., QUOIDBACH, J., KOTSOU, I., & NÉLIS, D.** (2009). *Les compétences émotionnelles*. Paris : Dunod.
- MIKOLAJCZAK, M., ROY, E., LUMINET, O., FILLÉE, C., & DE TIMARY, P.** (2007). The moderating impact of emotional intelligence on free cortisol responses to stress. *Psychoneuroendocrinology*, 32, 1000-1012.
- MYERS, N. D., FELTZ, D. L., & GUILLÉN, F.** (2012). Development of, and initial validity evidence for, the referee self-efficacy scale: A multistudy report. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34, 737-765.
- NELIS, D., KOTSOU, I., QUOIDBACH, J., HANSENNE, M., WEYTENS, F., DUPUIS, P., & MIKOLAJCZAK, M.** (2011). Increasing emotional intelligence: (How) is it possible? *Personality & Individual Differences*, 47, 36-41.
- NIEDENTHAL, P. M., KRAUTH-GRUBER, S., & RIC, F.** (2008). *Comprendre les émotions : approches cognitives et psychosociales*. Wavre : Mardaga.
- PETRIDES, K. V.** (2009). Psychometric Properties of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue). In C. Stough, D. H. Saklofske & J. D. A. Parker (Eds.), *Assessing Emotional Intelligence: Theory, Research and Applications* (pp. 85-101). New York, NY: Springer Verlag.
- PHILIPPOT, P.** (2007). *Émotion et psychothérapie*. Wavre : Mardaga.
- REYNÈS, E., & LORANT, J.** (2003). Judo, agressivité et maîtrise de la colère : étude longitudinale chez des enfants de 8 ans. *STAPS*, 60, 93-105.
- ROBERTON, T., DAFFERN, M., & BUCKS, R. S.** (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression & Violent Behavior*, 17, 72-82.
- ROSELL, D. R., & STEVER, L. J.** (2015). The neurobiology of aggression and violence. *CNS Spectrums*, 20, 254-279.
- SACKS, D. N., PETSCHER, Y., STANLEY, C. T., & TENENBAUM, G.** (2003). Aggression and violence in sport: Moving beyond the debate. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1, 167-179.
- SALMON, P. & YOUNG, B.** (2011) Creativity in clinical communication: from communication skills to skilled communication. *Medical Education*, 45, 217-226.
- SANCHEZ-RUIZ, M.-J., MAVROVELL, S., & POULLIS, J.** (2013). Trait emotional intelligence and its links to university performance: An examination. *Personality & Individual Differences*, 54, 658-662.
- SCHWARTZ, B. G., FRENCH, W. J., MAYEDA, G. S., BURSTEIN, S., ECONOMIDES, C., BHANDARI, A. K., CANNOM, D. S., & KLONER, R. A.** (2012). Emotional stressors trigger cardiovascular events. *International Journal of Clinical Practice*, 66, 631-639.
- SIEGLING, A. B., NIELSEN, C., & PETRIDES, K. V.** (2014). Trait emotional intelligence and leadership in a European multinational company. *Personality & Individual Differences*, 65, 65-68.
- SISKOS, B., PROTOS, M., & LYKESAS, G.** (2012). Relationships between emotional intelligence and psychological factors in physical education. *Studies in Physical Culture & Tourism*, 19, 154-159.
- SIU, A. F.** (2009). Trait emotional intelligence and its relationships with problem behavior in Hong Kong adolescents. *Personality & Individual Differences*, 47, 553-557.
- SØNDERLUND, A. L., O'BRIEN, K., KREMER, P., ROWLAND, B., DE GROOT, F., STAIGER, P., ZINKIEWICZ, L., & MILLER, P. G.** (2014). The association between sports participation, alcohol use and aggression and violence: A systematic review. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 17, 2-7.
- SPAALJ, R.** (2008). Men like us, boys like them: Violence, masculinity, and collective identity in football hooliganism. *Journal of Sport & Social Issues*, 32, 369-392.

- SPAAIJ, R.** (2014). Sports crowd violence: An interdisciplinary synthesis. *Aggression & Violent Behavior, 19*, 146-155.
- SULLIVAN, T. N., HELMS, S. W., KLIEWER, W., & GOODMAN, K. L.** (2010). Associations between sadness and anger regulation coping, emotional expression, and physical and relational aggression among urban adolescents. *Social Development, 19*, 30-51.
- THAYER, J. F., HANSEN, A. L., SAUS-ROSE, E., & JOHNSEN, B. H.** (2009). Heart rate variability, prefrontal neural function, and cognitive performance: the neurovisceral integration perspective on self-regulation, adaptation, and health. *Annals of Behavioral Medicine, 37*, 141-153.
- THORNDIKE, R. L. & STEIN, S.** (1937). An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin, 34*, 275-285.
- VESELY, A. K., SAKLOFSKE, D. H., & NORDSTOKKE, D. W.** (2014). EI training and pre-service teacher wellbeing. *Personality & Individual Differences, 65*, 81-85.
- WARD, R. E., JR.** (2002). Fan violence: Social problem or moral panic? *Aggression & Violent Behavior, 7*, 453-475.
- WECHTLER, H., KOVESHNIKOV, A., & DEJOUX, C.** (2015). Just like a fine wine? Age, emotional intelligence, and cross-cultural adjustment. *International Business Review, 24*, 409-418.
- WILBERT-LAMPEN, U., LEISTNER, D., GREVEN S., POHL, T., SPER S., VOLKER, C., GUTHLIN, D., PLASSE, A., KNEZ, A., KUCHENHOFF, H., & STEINBECK, G.** (2008). Cardiovascular events during World Cup soccer. *The New England Journal of Medicine, 358*, 475-483.
- YOUNG, K.** (2012). *Sport, violence and society*. New York: Routledge.
- ZEIDNER, M., & KLODA, I.** (2013). Emotional intelligence, conflict resolution patterns, and relationship satisfaction: actor and partner effects revisited. *Personality & Individual Differences, 54*, 278-283.
- ZHANG, W., & GAO, Y.** (2015). Interactive effects of social adversity and respiratory sinus arrhythmia activity on reactive and proactive aggression. *Psychophysiology, 52*, 1343-1350.