

## ***Journal canadien des entraîneures***

**En ligne**

### **Plaidoyer en faveur du leadership féminin dans le milieu du parasport canadien**

**© Association canadienne des entraîneurs, 2018. ISSN 1496-1539**

Octobre 2023, vol. 23, n° 4

À mesure que notre société devient de plus en plus consciente et réceptive à la remise en question, puis au renversement des idées préconçues sur les athlètes ayant un handicap, il devient aussi nécessaire d'attirer des entraîneures qualifiées en la matière. De nombreuses études et données non scientifiques soutiennent que les qualités, les compétences et les qualifications des entraîneures sont essentielles au succès des athlètes qui n'ont pas de handicap, notamment pour ce qui est de, la communication efficace, de l'empathie et de la capacité de faire plusieurs tâches à la fois. Ces mêmes attributs ne sont pas moins pertinents pour les entraîneures d'athlètes ayant un handicap, comme l'affirment fermement les auteures. – Sheila Robertson, rédactrice en chef

*Les avis exprimés dans les articles du Journal canadien des entraîneures sont propres à leurs auteur(e)s et ne reflètent pas nécessairement les politiques de l'Association canadienne des entraîneurs.*

## ***Journal canadien des entraîneures***

### **Plaidoyer en faveur du leadership féminin dans le milieu du parasport canadien**

**En ligne**

Juillet 2023

**Par Diane M. Culver, Siobhan Rourke, Danielle Alexander et Rabia Ozturk Kizikaya**

L'objectif primordial du coaching est d'offrir des expériences sportives de qualité aux athlètes sur les plans physique, psychologique, émotionnel et social. Une solide relation entraîneur-athlète permet souvent d'assurer cet équilibre. À bien des égards, cette relation repose sur la capacité à percevoir les joueurs autant comme des athlètes que des personnes à part entière. Autrement dit, comprendre leurs valeurs et comment ils s'identifient en tant que personne est l'une des clefs de la réussite.

L'identité d'une personne résulte de phénomènes biopsychosociaux complexes qui nécessitent réflexion, compassion et écoute active de la part des entraîneurs pour comprendre comment elle est conceptualisée et ses effets sur les relations sportives et la performance. Historiquement, le sport a été unidimensionnel dans sa représentation extérieure de l'identité, mettant largement en valeur les hommes hétérosexuels, blancs

et sans handicap dans le sport de haut niveau. Aujourd'hui, cependant, des efforts ont été déployés pour mettre en évidence les besoins des athlètes issus de la diversité en ce qui a trait au genre, aux capacités, à la sexualité et à la culture pour faire le premier pas vers un espace sportif plus inclusif et plus tolérant. Cependant, le rôle des entraîneures dans le contexte du coaching sportif pour les personnes ayant un handicap n'a pas encore été suffisamment pris en compte. Notre objectif vise donc à renseigner les entraîneures et les parties prenantes concernées sur les occasions potentielles et les avantages de la participation des femmes dans le contexte du sport pour personnes ayant un handicap.

## **Contexte actuel du parasport**

Le parasport fait référence au sport destiné aux athlètes ayant des troubles physiques, intellectuels, sensoriels et d'apprentissage. Leur participation peut varier des sports récréatifs comme une ligue de basket-ball en fauteuil roulant dans un centre communautaire local jusqu'aux Jeux paralympiques, auxquels ont participé plus de 4 000 athlètes concourant dans 22 sports.

Bien que le nombre de femmes participant aux Jeux olympiques et paralympiques ait augmenté récemment, moins de femmes que d'hommes participent aux Jeux paralympiques, quoiqu'aux Jeux de Tokyo 2020, 42 % des athlètes étaient des femmes, soit une augmentation de 11 % par rapport à Rio 2016. Il a été rapporté qu'au niveau de haute performance, être une athlète féminine ayant un handicap est considéré comme une « pénalité double », puisque ces athlètes peuvent faire face à des stéréotypes fondés sur la masculinité et la féminité (p. ex., les médias interrogent les hommes sur leur stratégie tactique à la course, tandis que les femmes sont interrogées sur leurs intérêts relationnels), ainsi que des stéréotypes sur les capacités et le handicap tels que les perceptions sociétales de fragilité ou de passivité découlant d'un handicap. Ces problèmes se répercutent au niveau local, comme en témoigne Le signal de ralliement de Femmes et sport au Canada en 2020, puisque les filles ayant un handicap sont moins susceptibles de participer à des sports que leurs homologues sans handicap. Les entraîneures peuvent posséder un ensemble de compétences pertinentes pour résoudre les problèmes auxquels les athlètes féminines ayant un handicap font face et ainsi agir à titre de modèles.

## **Augmenter la représentation des femmes**

De nombreux organismes sportifs au Canada ont l'intention ou le désir d'être équitables avec les groupes marginalisés, mais n'ont pas nécessairement les connaissances nécessaires pour atteindre cet objectif. C'est pour cette raison que divers organismes sportifs, comme Curling Canada, ont commencé à concevoir des programmes pour atteindre l'équité des genres. Une stratégie bien établie en ce sens consiste à mettre de l'avant un plus grand nombre de femmes modèles dans le leadership sportif.

L'une des compétitions de sports pour personnes ayant un handicap la plus importante au Canada est le Défi sportif AlterGo (DS-A), qui propose des compétitions aux niveaux

local, national et international où plus de 8 000 athlètes concourent dans une variété de sports, notamment l'athlétisme, le baseball, le basketball, le boccia, l'entraînement en parcours, la gymnastique rythmique, hockey-balle et la natation. S'attaquer aux obstacles à l'inclusion des personnes ayant un handicap en leur offrant des occasions de sport adapté est au premier plan de leur mission organisationnelle.

Une étude récente financée par le Centre de recherche sur l'équité des genres+ en sport de l'E-Alliance a exploré les effets du genre sur les expériences sportives des filles et des femmes ayant un handicap dans la DS-A. DS-A a déployé des efforts délibérés pour être équitable dans ses initiatives de recrutement et ses communications ainsi que pour offrir des occasions de leadership aux femmes en donnant la parole à des para-athlètes féminines de haute performance en tant qu'ambassadrices lors de l'événement. Une athlète et entraîneure ambassadrice à qui nous avons parlé a souligné la nécessité de trouver davantage de modèles pour les jeunes filles ayant un handicap :

*« Même moi, en tant que numéro 1 [dans le monde], je peux facilement m'imaginer être un enfant né avec un handicap qui passe du temps avec cette femme et la voit évoluer dans le sport et constater avec conviction l'importance pour eux d'être représentés. Ça se voit sur leurs visages. »*

À tous les niveaux du sport, mais particulièrement dans le contexte du parasport, il existe un besoin évident d'une plus grande représentation des femmes aux postes de direction. Une synthèse exploratoire de 2021 a révélé que la majorité des entraîneurs de parasports s'identifiaient comme des hommes valides originaires de pays occidentaux, démontrant ainsi un manque flagrant de diversité. Les athlètes paralympiques féminines ont exprimé le désir de travailler avec des entraîneures tout au long de leur carrière et ont recommandé que davantage de femmes s'impliquent dans le parasport afin d'offrir cette possibilité à la prochaine génération d'athlètes féminines ayant un handicap.

Karen O'Neill, chef de la direction du Comité paralympique canadien, a récemment réitéré ce point :

*« Nous avons besoin de plus de femmes dans notre système, mais ce système n'est pas conçu pour naturellement aider les femmes à participer à tous les niveaux, en particulier celles qui ont un handicap. Souvent, si vous ne voyez pas d'occasion pour vous-mêmes ou quiconque de créer un environnement sûr, accueillant et inclusif, lorsque vous avez d'autres choix, vous gravitez vers eux. »*

Même dans des organismes comme DS-A, où l'objectif principal est d'augmenter le nombre d'athlètes ayant un handicap, il subsiste un manque d'entraîneures et d'athlètes dans le parasport, ce qui se traduit par un manque général de modèles. Une plus grande représentation des femmes dans les postes de leadership et de modèles est

bien sûr nécessaire dans le parasport, mais pour ce faire, il est d'autant plus important de fournir aux athlètes et entraîneures un soutien adéquat pour réussir. Bon nombre de ressources sont maintenant accessibles aux entraîneures et aux organismes de parasports, notamment le module d'apprentissage en ligne de l'Association canadienne des entraîneurs (ACE) Entraîner des athlètes ayant un handicap (CAWAD), le cadre « para-prêt » du Steadward Centre et de nombreuses occasions officielles et informelles de mentorat, comme le programme de mentorat parasport Coach 2 Coach et divers programmes de mentorat de l'ACE pour les entraîneures. Nous exhortons les organismes sportifs à encourager activement la participation de femmes leaders à de tels programmes.

## **Développer des comportements de coaching efficaces**

À bien des égards, les stratégies et les comportements de coaching efficaces s'appliquent aussi bien aux athlètes ayant un handicap qu'aux athlètes sans handicap; cependant, les entraîneurs de parasports doivent composer avec des considérations particulières. Les athlètes paralympiques ont notamment demandé que leurs entraîneurs connaissent bien leur handicap et leur sport. Cependant, acquérir des connaissances sur le parasport a toujours été une tâche difficile, car les entraîneurs doivent généralement chercher à obtenir ces informations de leur propre chef et peu de ressources sont disponibles pour guider leur apprentissage.

Par exemple, « Jenny » a décrit comment elle a acquis des connaissances en matière de coaching de voile adaptée en faisant la synthèse de tout ce qu'elle a appris tout au long de son parcours. Une façon d'aider les entraîneurs à apprendre par leurs expériences consiste à se joindre à une communauté de pratique. Les femmes leaders, administratrices et entraîneures ont bénéficié de leur participation à des communautés de pratique, comme le montre le programme Alberta Women in Sport Leadership Impact Program. Les communautés de pratique mettent l'accent sur la co-création de connaissances à partir de l'expérience personnelle et des expériences des autres, une approche également utilisée avec succès dans le contexte du curling en fauteuil roulant. Le développement de connaissances personnelles et interpersonnelles est souvent l'un des résultats de la participation à des communautés de pratique.

## **Femmes, soins et coaching d'athlètes ayant un handicap**

*« Il y a des raisons de croire que les femmes sont un peu mieux équipées que les hommes pour prendre soin d'elles. » (Noddings, 1995, p. 24)*

On peut soutenir que le travail d'un entraîneur en parasport consiste à offrir du soutien et des soins et que ce travail est souvent effectué par des femmes et peut être sous-estimé ou « tenu pour acquis ». Cette section explore comment les femmes peuvent ainsi bénéficier d'un avantage pour être entraîneures dans le parasport, compte tenu de leur propension à prodiguer des soins de manière attentionnée.

Les personnes ayant un handicap courent un risque plus élevé d'avoir des problèmes de santé mentale tels que la dépression. Une étude longitudinale de 1988 a mis en évidence le potentiel positif des interventions ciblant le soutien social et la maîtrise pour soulager la dépression. Ainsi, des expériences positives dans le parasport des relations entraîneurs-athlètes solides semblent particulièrement importantes pour le bien-être mental des athlètes ayant un handicap. Par conséquent, nous soutenons que les femmes sont très bien placées pour devenir des entraîneures efficaces dans le parasport. Les entraîneurs efficaces s'appuient sur trois types de connaissances, soit professionnelles, interpersonnelles et personnelles. Concernant ces deux derniers éléments, dans l'analyse du module CAWAD, il a été suggéré que le module multisports devrait être axé davantage sur les connaissances personnelles et interpersonnelles plutôt que sur les connaissances purement professionnelles (telles que les techniques et les tactiques), car dans le contexte du parasport, elles sont essentielles peu importe les aspects spécifiques au sport. Il existe un besoin évident que davantage d'entraîneures s'impliquent dans le parasport afin de fournir des modèles et une représentation à la prochaine génération de femmes ayant un handicap.

En plus du fait que les femmes sont potentiellement mieux équipées que les hommes pour offrir des soins, elles sont également reconnues pour être meilleures qu'eux lorsqu'il est question de multiplicité des tâches. De nombreux programmes de parasports sont sous-financés et manquent de ressources en termes de personnel, de sorte que leurs entraîneurs doivent jouer de multiples rôles qui vont bien au-delà de celui d'un entraîneur dans un programme sportif équivalent pour personnes sans handicap. Par exemple, dans une étude menée auprès d'entraîneurs novices en voile adaptée,

*« Plusieurs entraîneurs [ont mentionné] devoir se charger de tâches supplémentaires telles que la formation et la gestion des bénévoles, le recrutement des marins, l'entretien de l'équipement, la planification des événements ou d'activités de sensibilisation, les tâches administratives... [Ils] travaillent seuls sur leurs programmes et doivent donc gérer tous les aspects de leurs programmes. »*

Bien que cette description des nombreuses tâches variées imposées aux entraîneurs de parasports ne constitue peut-être pas un argument convaincant pour s'impliquer dans ces sports, les participantes à une étude de 2013 ont rapporté que les points forts des entraîneures en matière de multiplicité des tâches, de communication efficace et d'empathie les rendaient potentiellement d'excellentes entraîneures pour les femmes, et nous suggérons donc par extension également pour les athlètes ayant un handicap. Un entraîneur qui possède ces qualités est susceptible d'être efficace et éprouvera donc moins de frustration, voire plus de satisfaction à l'égard de son travail, comme le rapportent de nombreux entraîneurs travaillant dans le parasport. De plus, sur le plan du développement, les femmes et les hommes ont tendance à évaluer différemment les orientations morales de la justice et des soins. Pour les femmes, la principale force de leurs perceptions morales est qu'elles évaluent la situation en examinant qui sont les



gens et en analysant leurs relations avec les autres. Dans cette optique, le modèle socio-relationnel a été développé en réponse aux modèles médicaux et sociaux antérieurs du handicap et est désormais considéré comme la bonne l'approche pour travailler avec des athlètes ayant un handicap. Les partisans du modèle socio-relationnel soutiennent que les gens sont des êtres individuels et sociaux et qu'il est nécessaire de travailler « avec » les personnes ayant un handicap plutôt que « sur » elles.

Des recherches ont montré que de nombreux athlètes préfèrent les entraîneures en raison de leur style de communication empathique qui leur permet d'établir de solides relations entraîneure-athlète. De ce point de vue, les femmes constituent un excellent choix pour intégrer le modèle socio-relationnel à leur coaching parasportif. De plus, la recherche a établi l'importance pour les entraîneurs de parasports d'être capables d'établir des relations solides et de confiance avec leurs athlètes, car ces derniers sont experts dans leurs propres capacités. Comme indiqué précédemment, de telles relations reposent sur une bonne compréhension par l'entraîneur de ses athlètes en tant que personnes, dans ce cas vivant avec un handicap. Nous en déduisons donc que les compétences de communication empathiques des femmes en général sont très prometteuses pour le coaching efficace des athlètes ayant un handicap. À mesure que le nombre d'athlètes féminines ayant un handicap augmente au niveau paralympique, les organismes sportifs devraient encourager activement et soutenir leurs para-athlètes féminines à faire la transition vers le coaching.

Voici nos recommandations pour y parvenir :

- proposer des cours de coaching gratuits;
- encadrer des athlètes féminines ayant un handicap;
- cultiver des communautés de pratique pour aider ces athlètes dans leur transition vers le coaching.

Un bon soutien tout au long du parcours augmentera le nombre d'entraîneures modèles pour inciter les jeunes femmes et filles ayant un handicap à participer à des activités sportives. Augmenter la participation des femmes et filles ayant un handicap aux sports est important pour leur santé physique et mentale et répond à l'objectif de Sport Canada de rendre le sport inclusif et accessible à tous les Canadiens.

## À propos des auteures

**Diane Culver** est professeure titulaire à l'École des sciences de l'activité physique de l'Université d'Ottawa. Elle a été conseillère principale en coaching pour l'ACE avant de se tourner vers le milieu universitaire en juillet 2007. Ses intérêts de recherche portent sur le coaching et le développement des entraîneurs, y compris dans le parasport, ainsi que la théorie de l'apprentissage social et les femmes en leadership sportif. Elle a également été entraîneure pour les équipes nationales de ski alpin du Canada et de la Nouvelle-Zélande. Elle est conseillère auprès d'athlètes et d'entraîneurs et utilise

fréquemment des espaces d'apprentissage social pour développer des capacités d'apprentissage dans plusieurs réseaux sportifs et communautés de pratique.

**Siobhan Rourke** est doctorante à l'Université d'Ottawa en pédagogie et psychologie du sport. Elle est également consultante certifiée en performance mentale et travaille avec des athlètes et des entraîneurs pour améliorer la performance. Ses intérêts de recherche visent à offrir aux filles de meilleures expériences sportives. Elle travaille avec des entraîneurs pour développer des pratiques de coaching plus sensibles au genre en utilisant principalement des stratégies et des concepts d'apprentissage social. Elle se passionne pour l'enseignement et l'apprentissage, en particulier pour le développement de communautés de pratique visant à combler les lacunes des connaissances et des applications.

**Danielle Alexander** est chercheuse postdoctorale à l'École des sciences de l'activité physique de l'Université d'Ottawa et étudie l'intersection du genre et du handicap dans le sport. Ses intérêts de recherche s'étendent à l'identification de stratégies et de comportements de coaching efficaces dans le contexte du parasport et des Olympiques spéciaux et à la manière d'améliorer les expériences sportives pour les enfants et les adultes au Canada ayant un handicap. Danielle est une consultante certifiée en performance mentale par l'Association canadienne de psychologie du sport et a de l'expérience en accompagnement d'athlètes et d'équipes pour optimiser leur jeu mental aux niveaux récréatif et de haute performance.

**Rabia Ozturk Kizilkaya** est étudiante à la maîtrise ès arts à l'École des sciences de l'activité physique de l'Université d'Ottawa en pédagogie du sport et psychologie depuis 2022. Son intérêt de recherche est le développement des entraîneurs dans le parasport. Son expérience professionnelle antérieure inclut le ministère de la Jeunesse et des Sports de la République de Turquie.

**Références disponibles sur demande**