Favoriser l’implication positive des parents envers les athlètes dans le sport: un guide pour les entraîneur.e.s

Ce guide pratique vise à:

1) définir le rôle des parents dans le sport;

2) comprendre les comportements soutenants, contrôlants ou violents des parents;

3) explorer les facteurs influençant les comportements des parents dans le sport;

4) démystifier les mythes sur les comportements des parents;

5) partager des lignes directrices pour favoriser l'implication positive des parents dans le sport.

Septembre 2025

SPORT + SOCIÉTÉ ENGAGÉE

Nottingham Trent University

Flinders University

Chaire de recherche Sécurité et intégrité en milieu sportif

UNIVERSITÉ LAVAL

AUTEUR.E.S:

Deziray De Sousa, Bsc., B.A., Ph.D (c). [1]
Emilie Belley-Ranger, Ph.D. [1]
Chris Harwood, Ph.D. [2]
Stephanie Radziszewski, Ph. D. [1]
Allyson Gillard, B.A., Ph.D. [1]
Emilie Lemelin Ph.D. [1]
Sam Elliott, Ph.D. [3]
Claudia Verret, Ph.D. [4]
Sylvie Parent, Ph.D. [1]

1. Chaire de recherche Sécurité et intégrité en milieu sportif (SIMS), Université Laval
2. Sport, Health and Performance Enhancement (SHAPE) Research Centre, Nottingham Trent University
3. College of Education, Psychology, and Social Work, Flinders University
4. Unité mixte de recherche (UMR) Synergia - Adaptation, bien-être et réussite éducative, Université Laval

POUR CITER CE DOCUMENT :

De Sousa, D., Belley-Ranger, E., Harwood, C., Radziszewski, S., Gillard, A., Lemelin, E., Elliott, S., Verret, C., & Parent, S. (2025). Favoriser l'implication positive des parents envers les athlètes dans le sport: un guide pour les entraîneur.e.s. Chaire de recherche en sécurité et intégrité dans le sport, Université Laval, Nottingham Trent University, Flinders University, Unité mixte de recherche (UMR) Synergia, Université Laval.

TABLE DES MATIÈRES



Le rôle des parents dans le sport **4**

Comportements soutenants, contrôlants et violents des parents dans le sport **5**

Facteurs influençant le comportement des parents dans le sport **7**

Facteurs individuels **7**

Facteurs relationnels **8**

Facteurs environnementaux et culturels **8**

Démystifier les mythes concernant l'implication des parents dans le sport **9**

Lignes directrices pour favoriser l'implication positive des parents dans le sport **12**

Pour en savoir plus **16**

Mettre en pratique **17**

Références **19**

Le rôle des parents dans le sport

Les parents jouent un rôle essentiel dans l'expérience globale de leur enfant dans le sport. L'implication des parents est importante pour: 1) améliorer l'expérience sportive de leur enfant et 2) assurer sa sécurité. Ils influencent aussi leurs choix sportifs, le nombre de sports pratiqués et la place globale que le sport occupe dans leur vie.

Nous reconnaissons la diversité des personnes qui s'occupent des enfants. Dans ce document, le terme « parents » est utilisé pour faciliter la lecture et inclut toute personne qui a la charge principale d'un enfant et qui a le devoir de l'éduquer et d'en prendre soin.

Les parents pourvoyeurs

- Les parents jouent un rôle essentiel dans la participation de leur enfant au sport en lui offrant un soutien financier, pratique et émotionnel (p. ex., en l'écoutant, en l'accueillant, en l'encourageant);
- Les parents sont responsables de divers aspects logistiques, tels que le transport, l'achat d'équipement, la prise en charge des frais d'inscription, la gestion des blessures.
- Les parents peuvent réorganiser leur vie personnelle (p. ex., leur vie sociale, leur travail, leurs loisirs) et la vie familiale (p. ex., vacances, dîners en famille) pour permettre à leur enfant de pratiquer un sport;

Les parents comme médiateur

- Les parents aident leur enfant à interpréter diverses expériences tout au long de leur développement;
- Les parents contribuent à façonner la compréhension du sport de leur enfant grâce à leurs commentaires et aux conversations avant, pendant et après les entraînements ou les compétitions;
- Les enfants comprennent les attentes envers leurs performances et leurs résultats à partir notamment des actions et des réactions des parents;
- Les parents façonnent la vision du sport et de la culture sportive de leur enfant. Les enfants intègrent les valeurs de leurs parents, que ce soit en accordant la priorité à la victoire, au développement des compétences, au plaisir ou à l'amitié. Ceci affecte la pression ressentie envers les performances attendues et les comportements de leurs entraîneur.e.s ou de leurs pairs qu'ils.elles acceptent or normalisent;
- Les parents peuvent réagir face aux efforts, aux performances et aux résultats de leur enfant, par des éloges, des critiques ou des encouragements. Ceci influence grandement les attentes, la confiance, les valeurs personnelles et le lien émotionnel de l'enfant avec le sport.

Les parents comme modèles

- La participation sportive des parents peut inciter leur enfant à aimer le sport;
- Les enfants apprennent en observant leurs comportements, en particulier dans la manière dont ils gèrent le stress, communiquent avec les autres et font preuve d'esprit sportif;
- En raison de la relation complexe et étroite entre parents et enfants, il est important de noter que même les comportements positifs des parents n'ont pas toujours l'effet escompté sur l'enfant;
- Les comportements contrôlants ou violents des parents peuvent décourager l'enfant de continuer à pratiquer un sport et contribuer au développement de comportements néfastes p. ex., jeu agressif, intimidation ou bizutage des coéquipier.ère.s).

Comportements soutenants, contrôlants et violents des parents dans le sport

Comportements soutenants

- **La majorité des parents adoptent des comportements positifs et soutenants** (p. ex., félicitations, commentaires et renforcement des efforts, amour inconditionnel) dans le sport.
- De tels comportements apportent aux enfants des **bénéfices personnels** (meilleure estime de soi, réduction de l'anxiété, motivation accrue, plus grand plaisir et meilleure protection des athlètes) et **relationnels** (relation renforcie entre les parents et les athlètes et entre les entraîneur.e.s et les athlètes).
- Ces comportements contribuent aussi à leur **développement sportif** (participation sportive régulière, éthique de travail forte, transfert des compétences du sport vers la vie quotidienne, atteinte de leur plein potentiel).



Les parents peuvent adopter des **comportements soutenants, violents ou contrôlants** à différents moments. Ces comportements peuvent varier d'un jour à l'autre, sous l'influence de **facteurs tels que le stress, les pressions externes des entraîneur.e.s ou les attentes de l'organisation**.

Bien que la diversité des comportements puisse être compréhensible, les actes **contrôlants ou violents demeurent inacceptables** et ne doivent en aucun cas être tolérés.

Comportements contrôlants et violents

Les parents peuvent adopter des comportements contrôlants ou violents envers les athlètes, les officiel.le.s, les entraîneur.e.s et les autres intervenant.e.s. Ces comportements peuvent se manifester **pendant les entraînements, les compétitions, sur le chemin du retour en voiture ou une fois à la maison**. En voici quelques exemples:

Comportements contrôlants

- Attentes sportives élevées et irréalistes communiquées ou imposées à leur enfant;
- Importance excessive accordée à la performance;
- Interférence parentale non sollicitée (p. ex., pression exercée sur l'enfant pendant l'entraînement en s'assoyant à proximité et en commentant ses performances ou en le «coachant»);
- Contrôle excessif des habitudes des athlètes (p. ex., sommeil, alimentation, programme d'entraînement);
- Engagement sportif excessif (p. ex., enfant allant à la salle d’entraînement à un jeune âge ou s'entraînant pendant des heures à la demande des parents).

Comportements de violence psychologique

- Commentaires verbaux négatifs ou irrespectueux, cris, critiques excessives ou jurons;
- Langage corporel ou expressions faciales négatifs ou colériques;
- Manque de soutien émotionnel envers leur enfant (pendant ou après une contre-performance);
- Comparaisons négatives (entre leur enfant et d'autres athlètes);
- Comportement punitif envers les enfants (p. ex., faire faire de l'exercice comme punition après une contre-performance).

Comportements de violence physique

- Lancer un objet ou frapper quelqu'un;
- Attraper un chandail, restreindre les mouvements ou l'espace pour empêcher quelqu'un de bouger, pousser, etc.

Il est important de noter que les **comportements contrôlants et violents ne sont pas toujours mal intentionnés**, mais sont souvent guidés par la volonté d’assurer la réussite de leur enfant dans le sport.

Pour soutenir positivement l'expérience sportive d'un enfant, les **attentes doivent être communiquées d'une manière encourageante et respectueuse des besoins, des désirs, de l'autonomie et du bien-être de l'enfant.**

Répercussions possibles des comportements contrôlants et violents

Pour les athlètes

- Diminution de la motivation et du plaisir;
- Surentraînement, distraction et mauvaises performances, abandon du sport;
- Diminution du bien-être (anxiété, faible estime de soi) et peur de l'échec;
- Tension au sein de la relation parent-enfant;
- Augmentation des comportements agressifs, antisportifs (p. ex., tricherie) et antisociaux des athlètes (p. ex., bizutage et intimidation);
- Réduction de la satisfaction des besoins psychologiques fondamentaux d'autonomie, de compétence et d'appartenance.

Pour en savoir plus sur la satisfaction des besoins fondamentaux des athlètes, cliquez ici.

Pour les officiel.le.s et les entraîneur.e.s

- Anxiété;
- Tristesse;
- Frustration et colère;
- Réflexions à quitter ses fonctions.

Facteurs influençant les comportements des parents dans le sport

Facteurs individuels

Facteurs de stress, émotions et capacité d'adaptation

Les parents peuvent être confrontés à divers stresseurs tout au long de la pratique sportive de leur enfant, ce qui les amène à ressentir toute une gamme **d'émotions et, par conséquent, à réagir de différentes manières en fonction de leurs capacités d'adaptation**.

STRESSEURS

- Organisationnels (p. ex., manque de communication des entraîneur.es)
- Développementaux (p.ex., pression liée à la sélection dans une équipe)
- Sportifs (p. ex., nervosité ressentie par rapport à la performance sportive de son enfant)



ÉMOTIONS

P. ex., colère, anxiété, sentiment d'impuissance, joie, fierté

CAPACITÉ D'ADAPTATION

P. ex., communication, recherche d'informations, retrait, déni, comportements contrôlants et violents

Croyances et aspirations des parents envers leurs enfants

Certaines croyances des parents peuvent influencer leurs comportements :

- Inquiétudes concernant le bien-être et les performances de l'enfant;
- Attentes façonnées par leurs propres expériences et connaissances sportives;
- Aspirations à l'obtention d'une bourse ou à la réussite professionnelle (retour sur l'investissement).

Styles parentaux

Les styles parentaux représentent la manière générale dont les parents interagissent avec leur enfant, leurs attentes et leurs valeurs vis-à-vis de leur relation avec leur enfant.

- **Démocratique**: les parents fixent des règles et des attentes claires, mais sont également réactifs, encourageants et favorisent l'autonomie. Ce style parental est associé aux plus grands bénéfices pour l'enfant;
- **Autoritaire**: les parents appliquent des règles strictes qui laissent peu de place à la négociation et ont souvent recours à des punitions. L'enfant a rarement la possibilité de donner son avis;
- **Permissif**: les parents sont attentionnés et indulgents, mais fixent peu de règles ou d'attentes. Le niveau de liberté accordé peut ne pas être adapté au développement de l'enfant;
- **Négligent/désintéressé**: les parents sont émotionnellement distants et accordent peu d'attention ou de conseils à leur enfant. Ce style peut causer les répercussions les plus négatives pour les enfants.

Il est important de noter que ces styles parentaux ne sont pas rigides; les parents peuvent adapter ou modifier leur style parental en fonction de différentes situations.

Facteurs relationnels

Interactions avec autrui

- Les interactions et les relations avec les entraîneur.e.s, les officiel.le.s, les athlètes et les autres parents sont nécessaires pour favoriser des expériences sportives positives pour les athlètes;
- Une communication respectueuse, régulière et ouverte est essentielle pour créer un partenariat dans lequel toutes les personnes se sentent écoutées et impliquées.

Interactions familiales

- La dynamique familiale (p. ex., fratrie, famille élargie) peut varier d'un grand soutien à la présence d'hostilité influençant ainsi les réactions avec les parents envers le sport de leur enfant.

Facteurs culturels et environnementaux

Culture sportive

La culture sportive regroupe les façons de penser et d'agir dans le sport. Elle est composée de valeurs, de croyances et d'attitudes et détermine ce qui est acceptable, important, explicite, etc. La culture sportive influence les comportements et les interactions entre les individus, que ce soit au sein d'une équipe locale, d'une organisation sportive, d'une fédération ou même des organisations qui encadrent le sport. Elle peut varier selon le sport pratiqué, ou même d'une équipe à l'autre dans un même sport. La culture sportive peut influencer:

- L'importance attribuée à la performance et aux résultats ce peut réduire la place accordée au plaisir, à l'apprentissage et au développement;
- Les politiques de sélection au sein des organisations sportives;
- Les coûts financiers liés à la pratique sportive.

Une culture sportive donné peut façonner les croyances, les attentes et l'identité des parents au fil du temps.

Hiérarchies sociales dans le sport

Elles représentent les relations de pouvoirs, statuts et influences pouvant être formelles (des personnes en position d'autorité comme un.e entraîneur.e ou un parent envers un.e athlète) ou informelles (basées sur les performances sportives) au sein des environnements sportifs (équipes, associations, fédérations, etc.). Elles peuvent s'illustrer ainsi:

- Les athlètes les plus performant.e.s, ceux.celles qui ont des perspectives sportives universitaires ou professionnelles, rehaussent le statut social de leur famille, tout comme les athlètes considéré.e.s comme les plus talentueux.ses dans leurs équipes récréatives ou locales;
- La comparaison et la compétition entre les parents pour obtenir des ressources et de la reconnaissance peut refléter cette hiérarchie;
- Les parents qui sont également entraîneur.e.s de l'équipe de leur enfant peuvent être perçus comme inéquitables par autres les athlètes et leurs parents. À l'inverse, les parents-entraîneurs peuvent pénaliser leur propre enfant pour éviter d'être perçus comme favorisant leur propre enfant.

Démystifier les mythes concernant l'implication des parents en sport

«Les parents sont problématiques et doivent être réduits au silence ou exclus. Un bon parent reste silencieux, ne pose pas de questions et suit les directives.»

- Bien que certains comportements parentaux puissent parfois être contrôlants ou violents, **la plupart des parents agissent avec de bonnes intentions et veulent sincèrement le meilleur pour leur enfant**.

- En revanche, faire taire ou exclure les parents peut entraîner un sentiment de marginalisation et une frustration accrue, ce qui peut aggraver les comportements à éviter. Faire taire les parents peut également diminuer leur engagement positif (p. ex., les encouragements dans les gradins).

- Face à des comportements contrôlants ou violents au sein du milieu sportif, certains parents peuvent également rester silencieux pour éviter les représailles sur leur enfant. Bien qu'ils ne soient pas des entraîneur.e.s, les **parents sont responsables du bien-être et du développement global de leur enfant**. Par exemple, s'ils observent des comportements contrôlants ou violents, tels que le surentraînement ou de la violence psychologique, ils ont à la fois le droit et la responsabilité de s'exprimer.

- Une implication parentale saine implique une communication respectueuse, une maîtrise de ses émotions et un soutien constructif qui s'aligne sur les objectifs communs du développement de l'athlète. **Répondre avec respect aux questions des parents et communiquer ouvertement peut mener à une relation de confiance** et de respect qui, en fin de compte, profite à l'athlète et permet aux parents de devenir des alliés précieux dans le soutien du développement de l'athlète.

«Les athlètes qui réussissent ont de meilleurs parents.»

- La valeur d'un parent ne se mesure pas à la performance ou au succès sportif de son enfant. Au contraire, **la performance est influencée par de nombreux facteurs comme la motivation personnelle, l'entraînement, l'environnement et les opportunités. Les parents font partie de ces facteurs**.

- Un enfant peut obtenir de bons résultats malgré des comportements contrôlants de ses parents (p. ex., une pression excessive ou des attentes irréalistes) ou peut rencontrer des difficultés même avec des comportements soutenants de ses parents.

«Les styles d'entraînement n'ont pas d'impact sur les comportements des parents.»

- Les entraîneur.e.s et les organisations jouent un rôle central dans la culture et de la dynamique d'une équipe. Dans une culture sportive hautement compétitive et centrée sur la performance et la victoire**, les parents peuvent en venir à adopter ces valeurs**. Cela peut renforcer la pression, augmenter le stress et contribuer à des comportements contrôlants ou violents des parents.

- Il est donc essentiel que les entraîneur.e.s prennent conscience de la manière dont leurs propres attitudes et pratiques peuvent façonner le climat sportif et influencer le comportement des parents.

«Les parents qui adoptent des comportements contrôlants ou violents ne changeront pas, donc il est inutile d'essayer.»

- Bien que certains parents puissent sembler être sur la défensive au départ, il demeure essentiel de **les aborder avec calme et respect** afin de favoriser un dialogue constructif. Dans ces situations, il peut être utile de reconnaître que **les émotions des parents peuvent s'expliquer par d'autres facteurs** (p. ex., styles parentaux, expériences sportives antérieures, diversité ethnoculturelle) en dehors de votre coaching (voir la section précédente sur les facteur influençant les comportement des parents).

- Il est également important de reconnaître que **les parents font de leur mieux** et que certains croient que les approches sévères et « dures » sont bénéfiques pour leur enfant ou constituent le seul moyen d'exprimer leurs préoccupations aux entraîneur.e.s. Ces croyances sont souvent façonnées par leurs expériences passées avec leurs propres parents ou entraîneur.e.s qui utilisaient des méthodes similaires.

- La **diversité des origines culturelles peut également influencer les styles parentaux** et ce qui est considéré comme approprié et comme meilleures pratiques. Dans de tels cas, la sensibilisation, et non le jugement, est essentiel. Il importe d'offrir aux parents un accompagnement fondé sur des informations validées pour favoriser le bien-être, le plaisir et le développement durable des athlètes.

- Ignorer ou éviter les parents difficiles peut nuire à la compréhension mutuelle. Les entraîneur.e.s devraient viser à **établir des relations basées sur la collaboration en intégrant les parents dans certains aspects du processus décisionnel**, tel que le choix des objectifs des athlètes. De cette manière, les parents se sentent écoutés, respectés et valorisés en tant que partenaires du développement de leur enfant.

- Des **relations fortes entre entraîneur.e.s et parents, fondées sur l'engagement**, favorisent un climat sain propice à l'apprentissage et au jugement critique respectueux. L'implication des parents doit reposer sur le respect des rôles de chacun dans le parcours sportif de l'athlète.

«Il faut corriger les parents.»

- Plutôt que d'adopter une attitude négative ou rigide, les entraîneur.e.s peuvent privilégier une approche plus souple dans laquelle les **entraîneur.e.s et les parents s'allient** pour le développement global et l'expérience sportive de leur enfant.

- Il s'agit d'adopter une **approche collaborative fondée sur les forces de chacun et ancrée dans son contexte** à partir de ces principes:
  - Reconnaître les parents comme membres à part entière de l'équipe, leurs parcours et leurs expériences qui enrichissent la dynamique de groupe;
  - Mettre en place des opportunités régulières d'interactions sociales et de communications, basées sur l'ouverture et l'honnêteté;
  - Implanter une culture soutenante favorisant les interactions constructives et respectueuses entre les parents et les entraîneurs.

- Grâce à la communication, à l'empathie et à la collaboration, les parents peuvent adopter une posture plus soutenante et mieux adaptée aux besoins de leur enfant.

«L'implication des parents n'a aucun impact positif.»

- Certaines personnes croient que l'implication des parents est source de problèmes et n'apporte aucun bénéfice. Au contraire, l'implication des parents dans le sport peut avoir de **nombreux effets positifs pour leur enfant, l'équipe et les parents eux-mêmes**.

- De plus, la participation aux entraînements, les déplacements pour les compétitions et les conversations après les compétitions, peuvent renforcer le lien parent-enfant et créer des souvenirs inoubliables. Ces moments de qualité passés avec leur enfant favorisent la **transmission de valeurs prosociales et des interactions positives entre les enfants et leurs parents**.

- Même si les parents ne sont pas des experts en sport, ils sont inévitablement les **experts de leur enfant**. Leur opinion et leur contribution peuvent avoir un impact considérable sur le développement sportif, l'implication, le plaisir et la sécurité de leur enfant.

Dans des cas rares, mais graves, les parents peuvent adopter un **comportement violent ou abusif (p. ex., sexuel, physique, psychologique et négligence)** envers leur enfant, ce qui peut avoir des effets néfastes sur son développement et son bien-être.

Si vous êtes témoin de signes de maltraitance d'un enfant par un parent, vous devez le **signaler aux services locaux de protection de l'enfance**. Si vous n'êtes pas certain.e que cela justifie un signalement, vous pouvez appeler et recevoir des conseils et de l'accompagnement. Les signalements peuvent souvent être effectués de manière anonyme, ce qui garantit que des mesures appropriées sont prises pour protéger la sécurité et le bien-être de l'enfant. **La sécurité des enfants doit toujours rester une priorité.**

- Le sport peut offrir aux parents un sentiment d’appartenance à une communauté en développant des relations avec les autres parents de l'équipe. Cela peut améliorer leur bien-être, leur plaisir et réduire leur stress.

«Ce n'est pas aux entraîneur.e.s de gérer les réactions des parents envers les officiel.le.s. »

- En tant qu'entraîneur.e, il est important de reconnaître votre rôle dans l'adoption d'un comportement respectueux envers les officiel.le.s et dans **la gestion des situations où les parents réagissent de manière agressive ou violente** à leur égard.

- En contexte sportif, la **prévention de la violence envers les officiel.le.s est une responsabilité partagée**. Lorsqu'un.e entraîneur.e n'intervient pas, cela peut envoyer un message aux autres parents et athlètes qu’un tel comportement est acceptable. Le bien-être de toutes les personnes impliquées dans le sport, y compris les officiel.le.s, est essentiel.

Lignes directrices pour favoriser l’implication positive des parents dans le sport

Une relation saine entre les entraîneur.e.s et les parents est essentielle à l'expérience sportive et au développement des athlètes. Cependant, cette relation peut devenir tendue en raison de points de vue divergents sur les objectifs sportifs de l'enfant, des attentes incohérentes en matière de communication et un manque de confiance mutuelle. Lorsque ces problèmes ne sont pas résolus, ils peuvent entraîner des tensions, un désaccord et une dynamique de confrontation plutôt que de collaboration entre les entraîneur.e.s et les parents.

Plutôt que de limiter l'implication des parents, il est important d'adopter une **approche collaborative qui encourage l'engagement des parents**. Voici certaines recommandations favorisant l’implication positive des parents dans le sport:

1- Sensibiliser et améliorer la compréhension des parents.

- Les **règles du jeu** (en particulier celles qui diffèrent selon les catégories comme les groupes d'âge) et les connaissances techniques sur le sport;

- Les **défis et les exigences du sport**, les émotions qu'ils suscitent et les stratégies adéquates pour y faire face;

- Les **rôles des autres intervenant.e.s** (p. ex., les officiel.le.s);

- Le **partage des rôles principaux des entraîneur.e.s** (c'est-à-dire les compétences techniques, physiques et psychologiques) par rapport **à ceux des parents** (c'est-à-dire le soutien émotionnel, logistique et servir comme modèle);



Pour en savoir plus sur les limites de la relation entraîneur.e-athlète, **cliquez ici**

- Les **bienfaits du sport** pour les enfants (p. ex., santé physique et mentale, réussite scolaire);

- La connaissance et la compréhension des **différents types de violence** et de leurs manifestations;

- Les **répercussions des comportements contrôlants et violents** sur le bien-être et les performances sportives de leur enfant (voir la section précédente);

- Les **ressources et les procédures disponibles** pour exprimer des insatisfactions ou déposer une plainte;

- L’arrimage entre les **attentes des parents** en matière de développement sportif de leur enfant et les **objectifs sportifs** de leur enfant.



Il est essentiel d’encourager une collaboration et une communication ouverte avec les parents plutôt que de donner des leçons aux parents sur l’éducation de leur enfant.

2- Promouvoir clairement les comportements attendus des parents envers les athlètes, indépendamment de leurs performances ou de leurs résultats.

Les attentes peuvent être communiquées lors de réunions d'avant-saison, avant les compétitions ou par courriel, et peuvent :

- Partager une **politique de tolérance zéro en matière de violence** pour les athlètes, les parents ou les entraîneur.e.s. La section précédente sur les comportements inappropriés peut servir de ligne directrice ou il est possible de se référer au code de conduite de votre organisation sportive;

- Discuter du **comportement attendu des parents** (gestes d'encouragement, à quels moments pendant les compétitions, etc.). Se concentrer les comportements des parents à promouvoir plutôt que sur les comportements à éviter;

- Encourager les parents à miser sur **les efforts, les progrès et le plaisir des athlètes** plutôt que sur les performances sportives avant, pendant et après un entraînement ou une compétition;



La méthode du sandwich peut être utile (voir ce guide à la page 14)

- Insister sur l'importance **du soutien émotionnel, de l'écoute et du réconfort**, en particulier en cas de défaite, afin d'éviter une baisse de l'estime de soi, de la motivation et le développement d'une peur de l'échec;

- Encourager les parents à rester **calmes et à gérer leurs émotions** afin de soutenir non seulement leur enfant, mais aussi de créer un environnement positif pour tous. Cela contribue à instaurer une dynamique d'équipe saine et favorise l'esprit sportif;

- Encourager les parents à **discuter avec leur enfant après les compétitions en lui posant des questions ouvertes qui favorisent la réflexion**, sans se concentrer sur les résultats ou émettre de critiques. Il est important que les parents soient à l'écoute de l'état émotionnel de leur enfant, qu'ils lui apportent leur soutien et qu'ils favorisent un dialogue.

Pour les enfants plus jeunes, les parents devront peut-être prendre l'initiative d'engager la conversation. Des **questions guides** peuvent aider les enfants à réfléchir à leurs expériences, à comprendre leurs émotions et à commencer à développer leurs propres idées, dont :

  - *«Qu'as-tu pensé de ton entraînement/compétition/match?»*
  - *«Peux-tu me dire comment tu t'es senti.e aujourd'hui?»*
  - *«Qu'est-ce que tu penses avoir appris de cette expérience?»*
  - *«Y a-t-il quelque chose que tu aimerais essayer différemment la prochaine fois?»*

- Ces conversations doivent rester positives et encourageantes, afin d'aider les jeunes athlètes à développer leur conscience de soi, leur résilience et leur état d'esprit centré sur l'apprentissage.



Pour en savoir plus sur la résilience (cliquez ici)

En tant qu'entraîneur.e, il est essentiel de **donner l'exemple de ces pratiques positives** afin de montrer aux parents que ces normes de conduite s'appliquent à toutes les personnes concernées.

3- Communication ouverte, honnête et régulière avec les parents.

Au début de la saison sportive

- **Se présenter aux parents, présenter sa vision du *coaching* et son bagage comme entraîneur.e** dans un état d'esprit authentique, ouvert et accessible. **Remercier les parents** de leur présence en reconnaissant le stress qui peut être ressenti en début de saison;

- Communiquer clairement les **rôles et les façons de fonctionner** (p. ex., établir les rôles des parents lors des compétitions, les heures d'arrivée sur les sites de compétition, code vestimentaire, calendrier de la saison);

- Impliquer les parents et les athlètes dans le choix des **valeurs, visions et objectifs** et, garder les parents informés de tout changement. Appuyer les parents dans leur rôle d'accompagnement afin de favoriser l'atteinte des objectifs de leur enfant;

- Fournir aux parents des directives et les **procédures en place pour partager des préoccupations ou des insatisfactions**:

    - **Communication avec l'entraîneur.e**: Encourager les parents à discuter avec les entraîneur.e.s et signifier les modalités à suivre (p. ex., prendre un rendez-vous). Expliquer que les conservations plus délicates devraient se tenir en personne.

    - **Plaintes**: Partager le mécanisme officiel de traitement des plaintes, incluant les informations pour joindre ce mécanisme, les étapes et des délais de réponse habituels.

- Établir et maintenir certaines **attentes** (p. ex., les délais de changements à l'horaire);

- Discuter de l'**importance de la communication parent-enfant** et fournir des opportunités d'échange afin de permettre aux athlètes d'exprimer leurs désirs et objectifs;

- Établir un **canal de communication clair et approprié** (p. ex., pour que les parents transmettent des informations aux entraîneur.e.s) qui répond à la réalité du club ou de l'équipe.

Pendant la saison sportive

- Maintenir une **communication ouverte, honnête et continue** avec les parents (p. ex., rencontres, courriels) pour les tenir informés et leur permettre de partager leur point de vue;

- Assurer une **communication et des rétroactions claires et transparentes** (p. ex., bourses, sélections sur les équipes, prérequis pour des programmes de développement de l'athlète).

4- Promouvoir l’implication des parents et le développement de liens sociaux.

- Mettre en place un environnement dans lequel les parents **se sentent les bienvenus** et dans lequel ils peuvent interagir avec les entraîneur.e.s et les autres parents;

- Valoriser l’implication des parents en leur mentionnant que **leur présence et leur implication sont importantes**;

- Valoriser l’engagement des parents en leur confiant des **rôles significatifs au sein de l’équipe** (p. ex., comité social, premiers soins, coordination de tournoi), afin de renforcer leur sentiment d’utilité;

- Favoriser des **règles souples et inclusives** qui renforcent le sentiment de confiance et d’autonomie des parents;

- Encourager la tenue d’**activités sociales** favorisant le développement de liens sociaux entre les parents et les entraîneur.e.s (p. ex., souper d’équipe incluant les parents).

Planifier des activités à la mi-saison ou en fin de saison avec les parents permet de **maintenir la communication et avoir le point de vue des parents**. Des activités comme des parties parents-enfants ou des soupers d’équipe au restaurant permettent de **renforcir les relations**, de **célébrer les progrès** et de **promouvoir une communication ouverte** dans un cadre décontracté.

5- Instaurer un climat d’entraînement positif.

- Promouvoir une culture sportive centrée sur la qualité de l’expérience en misant sur le bien-être, le plaisir et le développement. Rappeler aux parents et à soi-même que le sport doit être amusant et permettre le développement de la confiance et de l’estime de soi.



Implanter une **dynamique d’équipe positive** favorisant la motivation, le bien-être, le plaisir, la persévérance et le dépassement et ce, pour agir en tant que modèle envers les parents (voir ce guide).

6- Reconnaître que chaque situation mérite une approche adaptée.

- Reconnaître que **chaque parent est unique** et les raisons pour soutenir l’engagement sportif de leur enfant le sont tout autant. Chaque parent a un bagage d’expériences sportives, de croyances, d’attitudes envers le sport et de relation avec son enfant qui lui sont propres;

- Reconnaître que les parents présentent **différents besoins d’informations, de soutien** et de perception des comportements appropriés et inappropriés envers leur enfant;

- **Prendre le temps de connaître les parents** (situation personnelle et familiale) et choisir des approches variées pour favoriser l’implication parentale;

- Anticiper que **les parents peuvent réagir différemment selon leur parcours, leurs compétences et leurs attentes**.

Pour en savoir plus

Manuel de gestion de cas au hockey concernant les comportements inacceptables impliquant les parents

Cliquez ici

Approche des 5D

Cliquez ici

Capsules vidéo sur l'esprit sportif

Cliquez ici

Webinaire:
Creating safe and enjoyable sporting experiences: The role of parents (en anglais)

Cliquez ici

Parents et sport: conseils aux entraîneurs et aux clubs

Cliquez ici

Mettre en pratique

Fiche de planification d'une rencontre de pré-saison

Cette fiche présente différents thèmes, des points à aborder et des exemples de documents à partager aux parents. Elle peut être adaptée au contexte et aux besoins d'une organisation sportive.

	ÉLÉMENTS À ABORDER	DOCUMENTS À DÉVELOPPER ET À PARTAGER
PRÉSENTATION		
Présentation de l'équipe d'intervenant.e.s	• Remercier les parents pour leur présence et leur souhaiter la bienvenue; • Se présenter ainsi que sa vision du coaching; • Permettre aux autres entraîneur.e.s et aux parents de se présenter.	
Valeurs, vision et objectifs	• Présenter la vision et les valeurs du club ou de l'association (p. ex. , expérience sportive positive, bien-être, plaisir, respect); • Discuter sur les façons prévues de réagir aux erreurs (p. ex. , encouragement, soutien); • Discuter et collaborer avec les athlètes et les parents sur le choix d'objectifs sportifs.	• Vision et valeurs du club, de l'école, ou de l'association
Calendrier sportif et règles de jeu	• Présenter le calendrier de la saison (horaire des entraînements, compétitions et événements); • Présenter les règles spécifiques au groupe d'âge, de la division ou les changements par rapport à la saison précédente; • Présenter la politique de temps de jeu.	• Calendrier de la saison • Règles de jeu • Politique ou règles relatives au temps de jeu
IMPLICATION DES ATHLÈTES		
Attentes lors des entraînements et des compétitions	• Horaire; • Heures d'arrivées aux entraînements et aux compétitions; • Règles de ponctualité et d'absence; • Code vestimentaire; • Comportements attendus et l'importance du respect envers autrui (p.ex., entraîneur.e.s, parents, officiel.le.s); • Règles d'utilisation du cellulaire; • Attentes envers l'effort soutenu.	• Code de conduite pour les athlètes

	ÉLÉMENTS À ABORDER	DOCUMENTS À DÉVELOPPER ET À PARTAGER
PLAN DE COMMUNICATION		
Communication avec les parents	• Présenter les moyens de communication à privilégier (p. ex., courriel) et les moments (p. ex., heures) et convenir des délais de réponse possibles et de planification de rendez-vous; • Présenter les moyens de communication des entraîneur.e.s envers les athlètes; • Présenter les façons de discuter d'éléments plus délicats (p. ex. , prendre un rendez-vous); • Présenter les rôles et limites de la relation entre entraîneur.e et parents; • Convenir des activités de mi-saison et de fin de saison impliquant les parents, les athlètes et les entraîneur.e.s.	• Exemple d'un guide de communication entre parents et entraîneur.e.s (en anglais)
Communication avec les athlètes	• Partager les limites de la relation entraîneur.e-athlètes; • Partager les règles entourant la communication avec les athlètes (p. ex., réseaux sociaux).	• Guide de communication et des réseaux sociaux • Code de conduite • Guide sur les limites de la relation entraîneur.e-athlète
IMPLICATION DES PARENTS		
Attentes envers les parents	• Expliquer les comportements attendus durant et après les entraînements et les compétitions (p.ex., encouragements, soutien); • Expliquer les différences entre le rôle des parents et des autres intervenant.e.s (p. ex., entraîneur.e.s et officiel.les).	• Code de conduite pour les parents
Implications des parents	• Insister sur l'importance des parents dans le développement de leur enfant; • Discuter des différents rôles que peuvent jouer les parents au cours de la saison (p. ex., comité social, collations lors des tournois).	

Références

Bean, C. N., Jeffery-Tosoni, S., Baker, J., & Fraser-Thomas, J. (2016). Negative parental behaviour in Canadian youth hockey: Expert insiders' perceptions and recommendations. *Revue phénEPS/PHEnex Journal*, *7*, 46-67.

Belley-Ranger, E., & Parent, S., Lemelin, E., & Gillard, A. (2024). *Mémoire déposé dans le cadre de la consultation pour l'élaboration du prochain plan concerté pour prévenir et contrer l'intimidation et la cyberintimidation*. Chaire de recherche Sécurité et intégrité en milieu sportif, Université Laval. https://sims.chaire.ulaval.ca/app/uploads/2025/01/Memoire-Chaire-SIMS-intimidation-et-cyberintimidation.pdf

Burke, S., Sharp, L.-A., Woods, D., & Paradis, K. F. (2024). Enhancing parental support through parent-education programs in youth sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 17*(1), 208–235. https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1992793

Celsi, I., Raimundi, M. J., Corti, J. F., Castillo, I., & Alvarez, O. (2025). Exploring coach and parent transformational leadership and their associations with social identity in adolescents. *Psychology of sport and exercise*, *77*, 102801. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102801

Dorsch, T. E., Wright, E., Eckardt, V. C., Elliott, S., Thrower, S. N., & Knight, C. J. (2021). A history of parent involvement in organized youth sport: A scoping review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 10*(4), 536–557. https://doi.org/10.1037/spy0000266

Dorsch, T. E., Smith, A. L., Blazo, J. A., Coakley, J., Côté, J., Wagstaff, C. R. D., Warner, S., & King, M. Q. (2022). Toward an Integrated Understanding of the Youth Sport System. *Research quarterly for exercise and sport*, *93*(1), 105–119. https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1810847

Hamann, M., Thrower, S. N., Stokoe, E., & Harwood, C. G. (2025). What determines (in)effective post-competition parent-child interactions in British Tennis? A conversation analysis of car journeys home. *Psychology of sport and exercise*, *79*, 102840. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102840

Harwood, C. G., & Knight, C. J. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport and Exercise, 16*(Part 1), 24–35. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.03.001

Harwood, C. G., Thrower, S. N., Slater, M. J., Didymus, F. F., & Frearson, L. (2019). Advancing our understanding of psychological stress and coping among parents in organized youth sport. *Frontiers in Psychology*, 10, 1–17. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01600

Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, *9*(5), 663-685. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.001

Horne, E., Woolf, J., & Green, C. (2020). Relationship dynamics between parents and coaches: are they failing young athletes? *Managing Sport and Leisure*, *27*(3), 224–240. https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1779114

Kerr, G., Battaglia, A., & Stirling, A. (2019). Maltreatment in Youth Sport : A Systemic Issue. Kinesiology Review, 8(3), 237-243. https://doi.org/10.1123/kr.2019-0016

Khomutova, A., Chroni, S. 'Ani', Kavanagh, E., Ruffault, A., Miles, A., Moesch, K., Fontanesi, L., Nery, M., & Vertommen, T. (2025). FEPSAC position statement on safeguarding athletes in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 102897. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102897

Knight, C., Harwoood, C.G., Rouquette, O., & Holt, N.L. (2023). Parental involvement in youth sport. Dans L., Davis, R., Keegan, & S. Jowett, (Dir.). Social psychology in sport (Second edition). (p. 63-76). Human Kinetics.

Milan, F. J., Knight, C. J., de Oliveira, L. M., Ciampolini, V., & Milistetd, M. (2024). An integrative review of parent education approaches in sport : Considerations for program planning and evaluation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *34*(4), e14620. https://doi.org/10.1111/sms.14620

O'Donnell, K., Elliott, S. K., & Drummond, M. J. (2022). Exploring parent and coach relationships in youth sport: A qualitative study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, *14*(7), 1023–1044. https://doi.org/10.1080/2159676X.2022.2048060

Preston, C., Allan, V., Wolman, L., & Fraser-Thomas, J. (2020). The coach–parent relationship and athlete development in elite youth hockey: Lessons learned for conflict management. *The Sport Psychologist, 34*(2), 143–152. https://doi.org/10.1123/tsp.2019-0130

Santos, F., Ferreira, M., Dias, L., Elliott, S. K., Milan, F. J., Milistetd, M., & Knight, C. J. (2024). A scoping review of coach-parent interactions and relationships across youth sport settings. International Review of Sport and Exercise Psychology, 1 24. https://doi.org/10.1080/1750984X.2024.2332986

Sutcliffe, J. T., Fernandez, D. K., Kelly, P. J., & Vella, S. A. (2021). The parental experience in youth sport: a systematic review and qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *17*(1), 236–263. https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1998576

Tagliavini, E. F., Harwood, C. G., Jowett, S., & Thrower, S. N. (2024). A Collective Case Study of Parent–Athlete–Coach Triads in British Youth Tennis. *The Sport Psychologist*, *38*(1), 14-27. https://doi.org/10.1123/tsp.2023-0014

Tagliavini, E., Harwood, C., Jowett, S., & Thrower, S. (2025). Understanding the Interpersonal Dynamics Between Parents and Coaches in Youth Tennis. *ITF Coaching & Sport Science Review* , *33*(95). https://doi.org/10.52383/itfcoaching.v33i95.660

Thrower, S. N., Harwood, C. G., & Spray, C. M. (2019). Educating and supporting tennis parents using web-based delivery methods: A novel online education program. *Journal of Applied Sport Psychology, 31*(3), 303–323. https://doi.org/10.1080/10413200.2018.1433250

Thrower, S. N., Spray, C. M., & Harwood, C. G. (2023). Evaluating the "Optimal Competition Parenting Workshop" Using the RE-AIM Framework: A 4-Year Organizational-Level Intervention in British Junior Tennis. *Journal of sport & exercise psychology*, *45*(1), 1–14. https://doi.org/10.1123/jsep.2022-0080

Tuakli-Wosornu, Y, Burrows, K., Fasting, K., Hartill, M., Hodge, K., Kaufman, K., Kavanagh, E., Kirby, S.L., MacLeod, J.G., Mountjoy, M., Parent, S., Tak, M., Vertommen, T., & Rhind, D. (2024). IOC Consensus Statement: Interpersonal Violence and Safeguarding in Sport. *British Journal of Sports Medicine*. https://doi.org/10.1136/bjsports-2024-108766

Wall, J. M., Baugh, L. M., Pradhan, K., Beauchamp, M. R., Marshall, S. K., & Young, R. A. (2019). The coach-parent relationship in Canadian competitive figure skating: An interpretive description. *Psychology of Sport and Exercise, 45,* Article 101577. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101577

Webb, T., & Knight, C. J. (2024). Sports officials and parents as spectators : Diffusing tensions on the sidelines. Journal of Applied Sport Psychology, 36(4), 568-579. https://doi.org/10.1080/10413200.2023.2286952

Chaire de recherche Sécurité et intégrité en milieu sportif

2300, rue de la Terrasse
Pavillon de l'Éducation physique et des sports, local 3290
Université Laval
Québec (Québec) G1V 0A6

SPORT + SOCIÉTÉ ENGAGÉE

UNIVERSITÉ LAVAL

