

ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE, PERFECTIONNISME ET FONCTIONNEMENT PSYCHOLOGIQUE AUPRÈS D'ÉTUDIANTS EN MUSIQUE

PERFORMANCE ANXIETY, PERFECTIONISM AND PSYCHOLOGICAL FUNCTIONING OF MUSIC STUDENTS

Samuel Vachon Laflamme, Luc Bardi et Frédéric Langlois

Volume 42, numéro 3, 2021

LES MULTIPLES CONCEPTUALISATIONS ET MANIFESTATIONS DE L'ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE

THE MULTIPLE CONCEPTUALIZATIONS AND MANIFESTATIONS OF PERFORMANCE ANXIETY

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1084580ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1084580ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue québécoise de psychologie

ISSN

2560-6530 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Vachon Laflamme, S., Bardi, L. & Langlois, F. (2021). ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE, PERFECTIONNISME ET FONCTIONNEMENT PSYCHOLOGIQUE AUPRÈS D'ÉTUDIANTS EN MUSIQUE. *Revue québécoise de psychologie*, 42(3), 75–95. <https://doi.org/10.7202/1084580ar>

Résumé de l'article

Les étudiants en musique sont très susceptibles d'être touchés par l'anxiété de performance et le perfectionnisme. La présente étude cible la relation entre ces variables et des indicateurs de fonctionnement psychologiques et scolaires. L'étude a été menée auprès de 94 étudiants francophones en musique (programme des conservatoires de musique et autres programmes de musique). Deux modèles d'équations structurelles testent le rôle médiateur de l'anxiété de performance dans les relations entre les deux facteurs du perfectionnisme, soit la recherche de hauts standards (RHS) et les préoccupations perfectionnistes (PP) avec des indicateurs de fonctionnement proximaux de la performance musicale (flow, émotion positive et négative) ou des indicateurs plus distaux (burnout scolaire et satisfaction scolaire). Les résultats mettent en évidence que la recherche de haut standard est associée directement et indirectement par l'intermédiaire de l'anxiété de performance au bon fonctionnement. Les résultats démontrent aussi une très forte relation entre les préoccupations perfectionnistes et l'anxiété de performance. Ils démontrent aussi que l'anxiété de performance agit en médiation complète dans la relation entre les PP et le fonctionnement. Même si les résultats suggèrent le potentiel effet bénéfique de la RHS avec le fonctionnement, il demeure que les étudiants semblent présenter les deux composantes du perfectionnisme et risquent ainsi d'en vivre les désagréments par l'intermédiaire de l'anxiété de performance.

ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE, PERFECTIONNISME ET FONCTIONNEMENT PSYCHOLOGIQUE AUPRÈS D'ÉTUDIANTS EN MUSIQUE

PERFORMANCE ANXIETY, PERFECTIONISM AND PSYCHOLOGICAL FONCTIONNING OF MUSIC STUDENTS

Samuel Vachon Laflamme
Université du Québec à Trois-Rivières

Luc Bardi
Université de Lille

Frédéric Langlois¹
Université du Québec à Trois-Rivières

CONTEXTE THÉORIQUE

L'anxiété de performance auprès des étudiants en musique

Les étudiants en musique performant régulièrement devant public, ce qui les rend susceptibles d'être touchés par l'anxiété de performance (Fredrikson et Gunnarsson, 1992; LeBlanc, 1994; LeBlanc et al., 1997; Osborne et Kenny, 2008; Sternbach, 1995, 2008). Leur performance est aussi sujette aux évaluations et critiques des chefs d'orchestre et des meneurs d'ensembles (Abel et Larkin, 1990; Hamann et Sobaje, 1983; Patston, 2014; Sternbach, 1995, 2008). Il est souvent attendu des musiciens qu'ils produisent littéralement des performances sans fausse note (Patston, 2014; Sternbach, 1995, 2008).

Patston (2014) rapporte que selon les étudiants en musique et les enseignants, l'anxiété de performance est considérée comme la voie développementale pratiquement normale menant à la carrière musicale. Malgré cette perspective qui normalise cette anxiété, une étude menée auprès d'un échantillon de 126 étudiants norvégiens d'un conservatoire de musique, démontre que 36,5 % ont rapporté que leur anxiété de performance en musique était problématique au point qu'ils ressentaient le besoin d'obtenir de l'aide pour la réguler (Kaspersen et Gøtestam, 2002). Dans un autre échantillon, cette fois constitué de 302 étudiants de l'École de Musique de l'Université de l'Iowa, 21 % rapportaient un haut niveau d'anxiété de performance, tandis que 16,5 % rapportaient que cette anxiété avait un impact négatif sur leur carrière (Wesner et al., 1990). De façon semblable, un échantillon de 330 étudiants allemands en musique de niveau postsecondaire (âge : 20 à 23 ans) indique que 22,8 % d'entre eux présentent un niveau d'anxiété de performance élevé (Schröder et Liebelt, 1999, cité dans Kenny, 2011). Ainsi, ces données confirment la

1. Adresse de correspondance : Département de psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières, C.P. 500, Trois-Rivières (QC), G9A 5H7. Téléphone : 819-376-5011, poste 3557. Courriel : frederic.langlois@uqtr.ca

fréquence élevée de l'anxiété de performance chez les étudiants en musique.

L'anxiété de performance musicale peut être définie comme « l'expérience intense et persistante d'une appréhension anxieuse reliée à la performance musicale » (Kenny, 2010, p. 433). Elle peut survenir dans les premiers stades de l'apprentissage de la musique (Boucher et Ryan, 2011), souvent en réponse à une expérience sensibilisante, telle une performance embarrassante et de moindre qualité (Osborne et Kenny, 2008). L'anxiété de performance peut être rapportée avant la performance, ainsi que lors de celle-ci (Papageorgi et al., 2007). Le niveau d'anxiété de performance est rapporté plus élevé lors de performances solos, comparativement à des séances de groupes (Nicholson et al., 2015), bien que les musiciens d'ensemble présentent aussi des formes sévères d'anxiété de performance (Robson et Kenny, 2017). Cette anxiété est caractérisée par un système de réponse tripartite comprenant des comportements (p. ex., préparation aux performances et/ou évitement), des cognitions (pensées et croyances) et une anxiété somatique (Craske et Craig, 1984; Osborne et Franklin, 2002; Osborne et Kenny, 2005).

L'anxiété somatique est caractérisée par la tension musculaire, l'agitation, des tremblements, la sudation, le manque de souffle (Studer et al., 2011; Wesner et al., 1990; Wolfe, 1989), ainsi qu'une activation physiologique associée à une réponse de « fuite-combat-immobilité » (Friedman et Silver, 2007). Qui plus est, les personnes qui présentent une anxiété cognitive élevée démontrent un style de pensée associé à leur performance qui inclut : (1) de fortes anticipations négatives avant l'événement; (2) de forts biais négatifs dans l'autoévaluation rétrospective de leur performance; (3) de fortes anticipations que leur performance sera jugée négativement par l'audience; (4) de fortes préoccupations face aux conséquences d'une moindre performance; (5) des réponses marquées à l'égard de changements de réactions de l'audience; (6) un échec à percevoir qu'ils ont répondu à la situation avec habileté (Wallace et Alden, 1997).

L'anxiété de performance peut être problématique pour les musiciens. En effet, il a été démontré qu'un niveau d'anxiété de performance élevé est associé à une moins bonne évaluation par des experts, de la qualité de leur performance (Kubzansky et Stewart, 1999). De plus, l'anxiété de performance est à risque d'interférer avec leur santé et leur bien-être (Fishbein et al., 1988; Kenny et Ackermann, 2009). En effet, ceux-ci sont à risques d'utiliser des stratégies d'ajustement mésadaptées, tel l'abus d'alcool (Dobson, 2011) et de médication (Patston et Loughlan, 2014; West, 2004), de vivre un stress chronique (Sternbach, 1995, 2008) et de développer des blessures dues au surentraînement (Kenny et Ackermann,

2009). Par conséquent, il est pertinent de s'intéresser aux variables qui modulent l'anxiété de performance musicale.

L'anxiété de performance et le perfectionnisme auprès des musiciens

Le degré auquel les étudiants en musique expérimentent l'anxiété de performance peut varier selon les caractéristiques de leur personnalité (Rae et McCambridge, 2004). Il a été suggéré que le perfectionnisme est l'une de ces caractéristiques (Dews et Williams, 1989). Malgré de nombreux débats entourant la conceptualisation du perfectionnisme, la recherche des dernières années a démontré la présence de deux dimensions majeures du perfectionnisme : la recherche de hauts standards et les préoccupations perfectionnistes (Gaudreau et Thompson, 2010; Stoeber et Otto, 2006). D'un côté, les préoccupations perfectionnistes comportent une tendance sociale à percevoir que les autres exercent une pression à être parfait, combinée avec une propension à s'évaluer rudement et à douter de ses capacités à atteindre ses exigences. Cette facette a typiquement été associée à des caractéristiques et conséquences jugées malsaines (Gaudreau et al., 2017; Stoeber et Otto, 2006). De l'autre côté, la recherche de hauts standards représente la tendance orientée par soi de placer de hauts standards et de consciencieusement tenter de les atteindre. La recherche de hauts standards est régulièrement associée à des caractéristiques et des conséquences jugées saines, bien qu'elle ne soit pas toujours corrélée à un fonctionnement sain (Gaudreau et al., 2017; Stoeber et Otto, 2006).

Quelques études ont investigué la relation du perfectionnisme à l'anxiété de performance chez les musiciens. Les résultats de ces études sont toutefois inconsistants et présentent des limites. D'abord, une étude portant sur plus de 500 étudiants de niveau primaire et secondaire, utilisant l'échelle multidimensionnelle de perfectionnisme pour enfant, a relevé une forte association entre les dimensions du perfectionnisme et l'anxiété de performance. Plus précisément, alors que les dimensions reflétant les préoccupations perfectionnistes étaient corrélées de façon modérée et forte à l'anxiété de performance, les facteurs de recherche de hauts standards et d'organisation présentaient des relations négligeables avec l'anxiété de performance (Patston et Osborne, 2016). La variance commune des dimensions du perfectionnisme n'avait pas été contrôlée lors de cette étude.

Ensuite, des études menées par Mor et al. (1995) et Kenny et al. (2004) ont investigué la question auprès de musiciens professionnels et ont découvert des corrélations positives entre l'anxiété de performance et les dimensions du perfectionnisme. Toutefois, alors que Mor et al. (1995) ont combiné des musiciens avec d'autres artistes travaillant en contexte de performance, Kenny et al. (2004) n'ont pas distingué les facettes du

Anxiété de performance et perfectionnisme en musique

perfectionnisme et ont investigué seulement un petit échantillon de 32 musiciens. Il est donc difficile de tirer des conclusions solides de ces études.

Pour leur part, Stoeber et Eismann (2007) ont montré une association entre des indicateurs négatifs du fonctionnement (anxiété de performance, plaintes somatiques et fatigue émotionnelle) et les préoccupations perfectionnistes chez des étudiants en musique (13 à 20 ans), recrutés à des écoles de niveau secondaire. Par contre, la recherche de hauts standards n'était pas corrélée significativement à la détresse. La variance commune des dimensions du perfectionnisme n'avait pas été contrôlée lors de cette étude.

Finalement, Dobos et al. (2018), utilisant l'échelle multidimensionnelle du perfectionnisme de Frost (Frost et al., 1990) auprès d'un échantillon d'étudiants en musique et de musiciens en début de carrière (âge 15 à 35 ans), a montré des associations positives entre l'anxiété de performance et le perfectionnisme. Toutefois, le facteur organisation de cette échelle, défini comme une préférence et une emphase pour l'ordre, montrait une corrélation négative significative avec l'anxiété de performance. Ces données ont laissé suggérer à Dobos et al. (2018), en concordance avec certains résultats des études observés précédemment, la pertinence de distinguer les facteurs du perfectionnisme dans la recherche de leur lien à l'anxiété de performance chez les musiciens.

Ces études antérieures investiguant l'anxiété de performance et le perfectionnisme auprès des musiciens présentent des limites. Notamment, elles n'ont pas contrôlé la variance commune de la recherche de hauts standards et des préoccupations perfectionnistes, alors que cette variance commune est plus la norme que l'exception (Stoeber et Gaudreau, 2017). Il est important de différencier ces dimensions, car comme souligné précédemment, celles-ci montrent fréquemment des relations différentes, et souvent opposées, aux indicateurs de fonctionnements psychologiques (Gaudreau et al., 2017; Stoeber et Otto, 2006). De surcroît, ces relations divergentes des dimensions du perfectionnisme aux variables de fonctionnement, tendent à s'accroître lorsque la variance commune de la recherche de hauts standards et des préoccupations perfectionnisme, est contrôlée ou prise en compte statistiquement (Gotwals et al., 2012; Hill et al., 2010; Stoeber et Otto, 2006). En réaction à cette limite des études antérieures, celle-ci compte contrôler la variance commune des dimensions du perfectionnisme dans l'étude de leur relation avec l'anxiété de performance et des variables de fonctionnement.

De plus, considérant que l'expérience d'une anxiété de performance chronique et excessive en contexte éducationnel est l'un des facteurs de

risque le plus important au bien-être psychologique des musiciens (Kenny, 2011), il s'avère pertinent d'investiguer sa relation à des variables de fonctionnement. Certaines variables de fonctionnement méritent d'être investiguées en contexte de performance. Puisqu'elle est conceptuellement antithétique à l'anxiété de performance et favorable à une performance optimale (Czikszenmihalyi, 1990), l'expérience du flow est l'une de ces variables. Il s'agit d'un état psychologique subjectif selon lequel une personne est complètement immergée dans une activité (Czikszenmihalyi, 1990). Les résultats obtenus d'études antérieures auprès de musiciens confirment la proposition théorique selon laquelle le flow entretient une relation négative à l'anxiété de performance (Cohen et Bodner, 2019a, 2019b; Fullagar et al., 2013).

Il peut également être pertinent de s'intéresser aux émotions agréables et désagréables des musiciens lors de leur performance musicale. Une performance musicale est une expérience chargée de sens (Lamont, 2012) qui est susceptible de générer des émotions variées (Lazarus et Lazarus, 1994). En effet, les musiciens peuvent ressentir le plaisir de collaborer avec d'autres musiciens et d'interagir avec le public par l'expression musicale (Bailey et Davidson, 2005; Woody et McPherson, 2010). Ils sont aussi susceptibles de retirer des gratifications du fait de s'engager dans l'acte artistique et esthétique de la performance musicale (Woody et McPherson, 2010). Considérant le contexte évaluatif de la performance musicale, les émotions évaluatives du soi, telles la honte, la fierté et la culpabilité, sont également susceptibles d'être vécues dans ce contexte (Kenny, 2011). Ainsi, considérant les rôles significatifs de l'expérience émotionnelle et du flow en contexte de performance artistique, ces variables de fonctionnement des étudiants seront investiguées lors de cette étude.

Finalement, afin d'avoir un portrait plus large du fonctionnement des étudiants, l'étude actuelle investiguera également des variables d'intérêt auprès de cette population, soit la satisfaction dans les études (Vallerand, 1989) et l'épuisement scolaire (Meylan et al., 2015).

La présente étude

L'objectif de l'étude actuelle vise à étudier le niveau de correspondance entre les dimensions du perfectionnisme et l'anxiété de performance chez des étudiants de musique. De plus, elle vise aussi à étudier la relation de ces variables avec des indices du fonctionnement psychologique et scolaire. Il est attendu que les dimensions du perfectionnisme prédisent le fonctionnement directement, ainsi qu'indirectement par la médiation de l'anxiété de performance. La recherche de hauts standards devrait prédire un fonctionnement sain, tandis que les préoccupations perfectionnistes et l'anxiété de performance devraient prédire un fonctionnement malsain.

MÉTHODE

Devis de recherche

La présente étude utilise un devis corrélational transversal. La recherche de hauts standards et les préoccupations perfectionnistes sont considérées comme des variables prédictrices et l'anxiété de performance un médiateur. Les émotions positives et négatives, le burnout scolaire, la satisfaction scolaire, ainsi que l'expérience du flow, sont considérés comme les variables prédites. Toutes ces variables sont investiguées auprès des étudiants en musique.

Participants

L'échantillon est constitué de 94 étudiants francophones en musique, dont 69 recrutés dans le réseau des Conservatoires de musique du Québec, et 25 par l'entremise d'une publicité sur le réseau social Facebook. Il se compose de 61 femmes et 33 hommes, âgés de 14 à 40 ans, avec un âge moyen de 19,05 ans (ÉT = 4). La moyenne d'années d'étude à leur école de musique est de 4,73 (ÉT = 3,68).

Procédure

Une entente a été prise avec les conservatoires de musique du Québec quant à leur collaboration au projet. Une demande de certification éthique de l'étude a par la suite été approuvée par le Comité d'éthique de l'UQTR. Ensuite, un formulaire de consentement et un questionnaire ont été créés à l'aide du site internet Survey Monkey. Ils ont été envoyés via courrier électronique par les conservatoires de musique du Québec à leurs étudiants. À titre incitatif, 20 cartes cadeaux de 25 \$ tirées au hasard parmi les participants qui ont rempli le questionnaire en entier ont été offertes aux étudiants. De la publicité Facebook a aussi été achetée en ciblant des étudiants en musique. Les participants admis à l'étude devaient être des étudiants francophones en musique, et ont répondu sur une base volontaire. Les questionnaires étaient anonymes et d'une durée de passation approximative de vingt-cinq minutes. Il n'était pas possible de retracer les participants de l'étude.

Instruments de mesure des variables centrales

Le questionnaire sur le perfectionnisme révisé

La recherche de hauts standards et les préoccupations perfectionnistes sont mesurées par *le questionnaire sur le perfectionnisme révisé* (Langlois et al., 2007). Celui-ci comporte 20 items mesurés sur une échelle de type Likert dont la cotation va de 1 « Ne me décrit pas du tout » à 7 « Me décrit tout à fait » explorant deux dimensions du perfectionnisme. À savoir 7 items pour la recherche de hauts standards ($\alpha = 0,80$), par

exemple « Je ne peux rester longtemps sans me fixer des objectifs élevés à atteindre. » Et 13 items pour les préoccupations perfectionnistes ($\alpha = 0,94$), tels que « Peu importe combien j'en fais, ce n'est jamais assez pour moi. » Une analyse poussée des items de cette sous-échelle démontre que ceux-ci ne font jamais référence à l'anxiété de performance (physiologique, cognitive ou confiance en soi). Les items abordent davantage le malaise global ou l'insatisfaction associée au fait de ne pas atteindre ou faire preuve de perfection.

L'inventaire de l'état compétitif d'anxiété 2

L'anxiété de performance est mesurée avec le *Competitive State Anxiety Inventory-2* (Martens et al., 1990) traduit et validé en français par Martinent et al. (2010). Le questionnaire a été adapté pour mesurer l'anxiété de performance en relation au contexte global des études en musique. Il constitue une échelle à 16 items dont la cotation va de 1 « Pas du tout » à 4 « Tout à fait » mesurant l'intensité des symptômes de trois dimensions de l'anxiété de performance. À savoir six items pour l'anxiété somatique ($\alpha = 0,80$), par exemple « Je sens mon cœur battre plus vite. » Cinq items pour l'anxiété cognitive ($\alpha = 0,80$), tels que « J'ai peur d'être peu performant(e). » Et 5 items pour la confiance en soi ($\alpha = 0,83$), à l'instar de « J'ai confiance, car je me vois en train d'atteindre mon but ». Un score total global intégrant les trois sous-échelles (avec des scores inversés pour la sous-échelle de confiance en soi) a été utilisé pour l'étude (Iusca et Dafinoiu, 2012; Lundqvist et Hassmén, 2005)

Instruments de mesure des variables de fonctionnement proximales

L'échelle courte du flow

L'expérience du flow est mesurée par le *Flow short scale* (Engeser et Rheinberg, 2008), traduit et validé en français par Bastarache-Roberge (2016). Il s'agit d'une échelle de Likert à 12 items dont la cotation va de 1 « Pas du tout » à 7 « Beaucoup » explorant 2 dimensions de l'expérience du flow. À savoir, 3 items pour l'absorption, par exemple « Je ne m'aperçois pas que le temps passe. » Et 6 items pour l'aisance de la performance, tels que « J'ai l'impression que je suis pleinement en contrôle. » Pour chacun des énoncés, les participants devaient indiquer comment ils se sentent en situation de performance artistique. L'alpha de Cronbach pour le total de ces sous-échelles est de 0,79. Il est à noter que l'un des items de la traduction française a été sujet à révision. Cet item, « My mind is completely clear. » de la version originelle a été révisé pour « Tout est clair dans mon esprit. »

La mesure des affects positifs et négatifs

Les émotions positives et négatives sont mesurées avec le *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS; Watson et al., 1988) traduit et validé en français par Gaudreau et al. (2006). Le PANAS inclut une liste d'affects, par exemple « Intéressé(e) », au moyen desquels les individus estiment, à l'aide d'une échelle Likert à cinq points dans quelle mesure ils ressentent chacun de ces affects. Le PANAS est une échelle à 20 items qui mesurent deux dimensions primaires de l'humeur : les affects positifs (PA, 10 items, $\alpha = 0,81$,) et négatifs (NA, 10 items, $\alpha = 0,80$). Pour chacun des affects, les participants devaient indiquer comment ils se sentent en situation de performance artistique.

Instrument de mesure des variables de fonctionnement distales

L'inventaire du burnout scolaire

L'épuisement scolaire est mesuré avec le *School Burnout Inventory* (Salmela-Aro et al., 2009), traduit et validé en français par Meylan et al. (2015). Il s'agit d'une échelle de Likert à neuf items dont la cotation va de 0 « Complètement faux » à 5 « Complètement vrai » explorant trois dimensions du burnout. À savoir quatre items pour l'épuisement face aux demandes scolaires, par exemple « Je me sens accablé(e) par mon travail scolaire. » 3 items pour l'attitude cynique à l'égard de l'école tels que « Je ressens un manque de motivation pour mon travail scolaire et je pense souvent abandonner. » Et 2 items concernant le sentiment d'inadéquation à l'école, à l'instar de « Je me demande continuellement si mon travail scolaire a du sens. » L'alpha de Cronbach de l'échelle totale de *l'inventaire du burnout scolaire* est de 0,82.

L'échelle de satisfaction dans les études

La satisfaction spécifique des étudiants en regard de leur vie scolaire est mesurée avec l'*Échelle de satisfaction dans les études* (ESDE), validée en français par Vallerand et Bissonnette (1990). Il s'agit d'une échelle de Likert à cinq points, par exemple « En général, ma vie académique correspond de près à mes idéaux. », dont la cotation va de 1 « Fortement en désaccord » à 7 « Fortement en accord ». L'alpha de Cronbach de cette échelle est de 0,79.

Questionnaire sociodémographique

Le questionnaire sociodémographique inclut des questions concernant le genre, l'âge, le nombre d'années d'études au conservatoire, le nombre d'années de cours suivis en musique ou en théâtre, le régime d'études, le nombre d'heures de présence au cours, le nombre d'heure(s) de pratique par semaine en dehors des cours, la participation à un groupe de musique extrascolaire et le nombre d'heure(s) accordées, l'emploi et le nombre

d'heure(s) accordées, la qualité des relations entretenues au conservatoire, le sentiment d'appartenance au conservatoire, la satisfaction face aux loisirs, le doute quant à la poursuite des études, la motivation aux études, l'instrument pratiqué et son nombre d'année(s) de pratique ainsi que la présence de douleur physique.

Analyse statistique

Les analyses descriptives et acheminatoires sont traitées avec le logiciel SPSS® et Amos. Les hypothèses sont examinées à l'aide de deux modèles acheminatoires. Le premier modèle vise à tester la relation des dimensions du perfectionnisme et de l'anxiété de performance globale pendant les études avec les indicateurs de fonctionnement proximaux chez les étudiants en musique. Les variables prédites et proximales du fonctionnement sont les affects positifs, les affects négatifs et le flow pendant la performance artistique. Le deuxième modèle acheminatoire vise à tester la relation des dimensions du perfectionnisme et de l'anxiété de performance avec des variables de fonctionnement distales. Dans ce modèle, les variables prédites et distales sont la satisfaction dans les études et l'épuisement scolaire. Dans les deux modèles, les facteurs du perfectionnisme et l'anxiété de performance sont des prédicteurs des variables de fonctionnement et l'anxiété de performance est considérée comme variable médiatrice de la relation entre le fonctionnement et le perfectionnisme. L'analyse acheminatoire est un moyen efficace de tester des relations modérées complexes parmi les différentes variables qui peuvent être corrélées (Kline, 2010). L'analyse de trajectoire estime simultanément la force et la signification des associations entre les variables et évalue l'ajustement global du modèle.

Les indices d'adéquation du modèle (indices de « fit ») vont indiquer si les relations proposées dans le modèle sont statistiquement observées dans l'échantillon. Les indices d'adéquation relevés sont les suivants : Le *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) lequel indique une adéquation acceptable lorsque $< 0,08$, et une bonne adéquation lorsqu'il est $< 0,05$ (Schumacker et Lomax, 2016); le *goodness-of-fit index*, le *relative fit index*, et le *normed fit index*, lesquels indiquent une adéquation acceptable lorsque $> 0,90$ et une bonne adéquation lorsque $> 0,95$ (Newsom, 2012; Schumacker et Lomax, 2016).

RÉSULTATS

Certains ajustements ont été réalisés pour combler les rares données manquantes. Lorsque les deux tiers des sous-échelles et des échelles étaient remplies, les items manquants ont été remplacés par la moyenne de ces échelles. Il n'y avait pas de données extrêmes. La normalité des variables a été confirmée.

Anxiété de performance et perfectionnisme en musique

De plus, nous avons considéré le nombre de participants suffisant pour des analyses par équations structurelles. En effet, bien que la norme de 10 participants par lien ne soit pas atteinte, une étude antérieure testant le perfectionnisme avec un échantillon similaire (Lépine, 2018) a présenté un modèle par équations structurelles qui démontre de bons indices d'adéquation aux données. Il est attendu que les variables de la présente étude présentent des tailles d'effet importantes. Finalement, le modèle proximal de départ est composé de 18 paramètres et le modèle distal de départ de 14 paramètres étant chacun estimés sur 94 observations, un ratio plus élevé que cinq observations par paramètre suggéré par Bentler et Chou (1987).

Statistiques descriptives

Ces scores moyens des variables à l'étude sont comparés à des seuils significatifs ou à ceux d'autres échantillons. Le score moyen de la recherche de hauts standards est plus élevé que celui d'un échantillon de la population générale ($M = 23,62$; Lépine, 2018) et que celui d'un échantillon d'adolescents francophones ($M = 24,64$; Massicotte, 2017). Quant à lui, le score moyen des préoccupations perfectionnistes se révèle aussi plus élevé que celui de l'échantillon de Lépine ($M = 30,37$; 2018) et de Massicotte ($M = 34,96$; 2017).

En ce qui concerne le score moyen d'émotions positives, il est plus élevé que celui auquel on pourrait s'attendre chez la population normale ($M = 29,7$; $ET = 7,9$; Watson et al., 1988). C'est également le cas du score moyen d'émotions négatives ($M = 14,8$; $ÉT = 5,4$; Watson et al., 1988). En ce qui concerne le flow, le score moyen est plus bas que celui relevé lors de la validation de *L'échelle courte du flow* auprès de joueurs de jeu vidéo en ligne ($M = 43,65$; Bastarache-Roberge, 2016).

Tableau 1

Minimum, maximum, moyenne et écart-type pour les variables à l'étude

Mesure	Minimum	Maximum	M	ÉT
Recherche de hauts standards	11	35	27,27	5,55
Préoccupations perfectionnistes	13	65	45,28	12,54
Anxiété de performance	-8	38	18,96	9,13
Émotions positives	19	50	34,29	6,94
Émotions négatives	11	42	25,47	7,87
Flow	15	63	39,48	10,37
Satisfaction dans les études	6	35	22,65	6,93
Épuisement scolaire	9	54	34,31	9,97

Note. Le minimum du score total de l'échelle d'anxiété de performance est négatif dû à l'inversion du score de la sous-échelle de confiance en soi.

Quant à la satisfaction dans les études, le score moyen est plus bas que celui relevé auprès d'échantillons d'étudiants collégiens lors de la validation de *L'échelle de satisfaction dans les études* (M échantillon 2 = 24,94; M échantillon 4 = 23,87; Vallerand, 1989). Finalement, le score moyen de l'épuisement scolaire est élevé, un score supérieur à 29 ayant été fixé comme seuil clinique pour décrire un niveau de burnout sévère (Meylan et al., 2015).

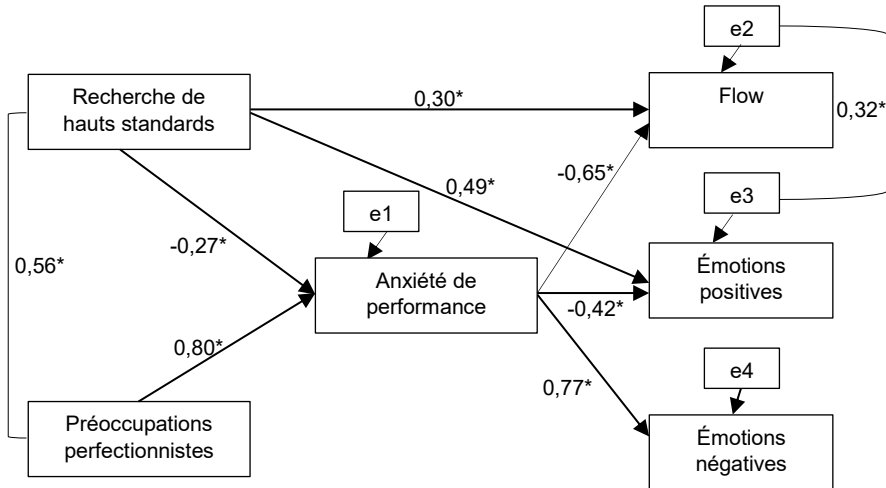
Par la suite, des tests-t à échantillons indépendants ont été réalisés auprès des groupes d'étudiants en musique des conservatoires du Québec et les étudiants en musique recrutés via le réseau social Facebook. Les différences entre les groupes ont été étudiées pour l'ensemble des variables à l'étude.

Les résultats indiquent que le groupe d'étudiants en musique des conservatoires du Québec et celui des étudiants en musique recrutés via le réseau social Facebook ne montrent pas de différence significative sur les variables testées. En conséquence, toutes les données seront incluses dans un échantillon commun pour les analyses d'équations structurelles.

Test du modèle proximal

La Figure 1 présente les coefficients de corrélation standardisés et les coefficients de régression standardisés du modèle proximal obtenus en utilisant la méthode de l'estimation de vraisemblance maximale. Les associations entre les variables prédictives et prédites proposées dans le modèle initial via tous les médiateurs ont été testées. Certains liens directs ont été retirés puisque non significatifs, notamment tous les liens directs entre les préoccupations perfectionnistes et les variables de fonctionnement. Le modèle présente une bonne adéquation aux données : (GFI = 0,99; RFI = 0,98; NFI = 0,99; RMSEA = 0,00). Tous les coefficients de corrélation et de régression sont significatifs ($p < 0,05$). Par ailleurs, la méthode des intervalles de confiance bootstrap a été utilisée afin d'analyser l'ampleur et la significativité des effets indirects. Ces relations indirectes (médiation de l'anxiété de performance entre les facteurs de perfectionnisme et le fonctionnement) sont toutes significatives ($p < 0,05$). En ce sens, la RHS prédit indirectement le flow ($b = 0,18$, IC95 % [0,05; 0,29]), les émotions positives ($b = 0,12$, IC95 % [0,04; 0,19]) et les émotions négatives ($b = -0,21$, IC95 % [-0,33; -0,07]). En ce qui les concerne, les préoccupations perfectionnistes prédisent également indirectement le flow ($b = -0,52$, IC95 % [-0,65; -0,39]), les émotions positives ($b = -0,34$, IC95 % [-0,43; -0,24]) et les émotions négatives ($b = 0,62$ IC95 % [0,49; 0,73]).

Anxiété de performance et perfectionnisme en musique

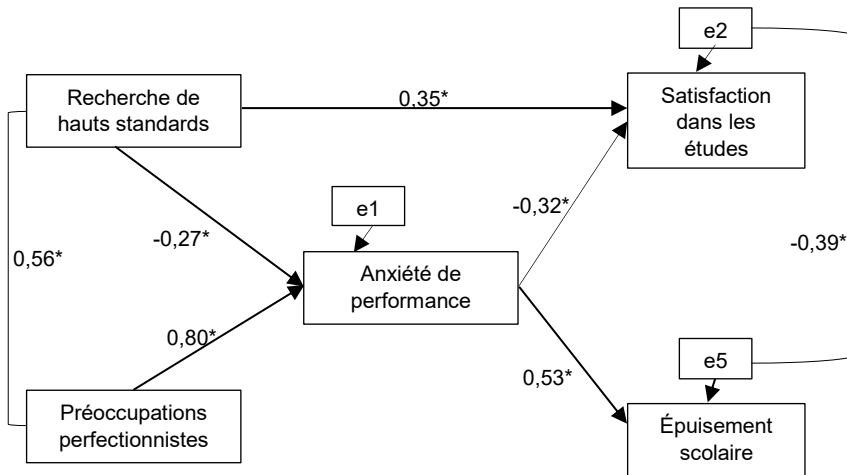


Note. * $p < 0,05$

Figure 1. Coefficients de corrélation et de régression pour un modèle proximal de l'anxiété de performance, du perfectionnisme et du fonctionnement.

Test du modèle distal

La Figure 2 présente les coefficients de corrélation, les coefficients de régression du modèle distal obtenus, en utilisant l'estimation de vraisemblance maximale. Les associations entre les variables prédictrices et prédites proposées dans le modèle initial via tous les médiateurs ont été testées. Certains liens directs ont été retirés puisque non significatifs, notamment tous les liens directs entre les préoccupations perfectionnistes et les variables de fonctionnement. Le modèle présente une bonne adéquation aux données : (GFI = 0,98; RFI = 0,91; NFI = 0,97; RMSEA = 0,07). Tous les coefficients de corrélation et de régression sont significatifs ($p < 0,05$). Par ailleurs, la méthode des intervalles de confiance bootstrap a été utilisée afin d'analyser l'ampleur et la significativité des effets indirects. Ces relations indirectes (médiation de l'anxiété de performance entre les facteurs de perfectionnisme et le fonctionnement) sont toutes significatives ($p < 0,05$). En ce sens, la RHS prédit indirectement la satisfaction dans les études ($b = 0,09$, IC95 % [0,01; 0,19]) et l'épuisement scolaire ($b = -0,14$, IC95 % [-0,28; -0,03]) alors que les PP prédisent également indirectement la satisfaction dans les études ($b = -0,26$, IC95 % [-0,45; -0,07]) et l'épuisement scolaire ($b = 0,42$, IC95 % [0,23; 0,59]).



Note. * $p < 0,05$

Figure 2. Coefficients de corrélation et de régression pour un modèle distal de l'anxiété de performance, du perfectionnisme et des indicateurs de fonctionnement.

DISCUSSION

L'objectif de l'étude était d'étudier les relations entre les dimensions du perfectionnisme et l'anxiété de performance auprès d'étudiants en musique. Elle visait aussi à étudier la relation de ces variables avec des indices du fonctionnement psychologique et scolaire. Il était attendu que la recherche de hauts standards prédise négativement l'anxiété de performance et que les préoccupations perfectionnistes la prédisent positivement. Les hypothèses affirmaient aussi que la recherche de hauts standards prédise un fonctionnement général sain, alors que les préoccupations perfectionnistes et l'anxiété de performance prédisent un fonctionnement général malsain. Les analyses par équations structurelles démontrent que les deux modèles finaux (proximal et distal) ont de bonnes adéquations avec les données de l'échantillon, et elles présentent des relations entre les variables à l'étude qui vont globalement dans les directions anticipées par les hypothèses. Seuls quelques liens attendus se sont avérés non significatifs, notamment les liens directs entre les préoccupations perfectionnistes et les variables prédites des deux modèles.

Les résultats démontrent que la tendance à l'anxiété de performance globale des étudiants en musique prédit la totalité des variables de fonctionnement, tant distales que proximales, reflétant sa force prédictive du fonctionnement des étudiants en musique. En effet, elle prédit positivement les émotions positives et le flow et négativement les émotions

Anxiété de performance et perfectionnisme en musique

négatives en situation de performance artistique. Cela supporte des propositions théoriques (Czikszenmihalyi, 1990; Skinner et Brewer, 2004) et des résultats empiriques (Castiglione et al., 2018; Osborne et Franklin, 2002) qui suggèrent que les effets négatifs de l'anxiété de performance adviennent lorsque les demandes de la performance dépassent le sentiment de compétences des musiciens, tandis que les émotions positives et le flow seraient présents quand les demandes et le sentiment de compétences sont en adéquation. L'anxiété de performance prédit également positivement l'épuisement scolaire et négativement la satisfaction aux études. À notre connaissance, les études ayant testé les liens entre l'anxiété de performance à ces indicateurs de fonctionnement et auprès des étudiants en musique, sont rares. Les données recueillies sont toutefois cohérentes avec des résultats empiriques démontrant que le stress (composante physiologique de l'anxiété de performance) est associé positivement à l'épuisement en contexte de performance (Gustafsson et al., 2018) et à une moindre satisfaction occupationnelle (Kenny, 2011).

Contrairement à ce qui était attendu, les modèles testés démontrent dans le présent échantillon que l'anxiété de performance agit en médiation complète de la relation entre les préoccupations perfectionnistes et les indicateurs de fonctionnement. Les résultats démontrent que cette relation entre les préoccupations perfectionnistes et l'anxiété de performance est très forte. Une relation aussi forte n'était pas attendue, puisque les préoccupations perfectionnistes sont mesurées comme étant une disposition générale, alors que l'anxiété de performance était mesurée dans le domaine particulier des études en musique (Langlois et al., 2007; Martinet et al., 2010). Même l'analyse plus poussée des items associés à ces variables ne permet pas d'expliquer cette très forte relation par la présence d'items qui se chevaucheraient, et créeraient des liens artéfacts. À l'exception de Patston et Osborne (2016), les études antérieures n'avaient d'ailleurs pas relevé des relations aussi fortes entre ces variables (Dobos et al., 2018; Mor et al., 1995; Stoeber et al., 2007). Il importe de rappeler que l'échantillon présente des moyennes très fortes à la fois sur la tendance au perfectionnisme et à l'anxiété de performance, si on le compare à d'autres échantillons comparatifs. La force de cette relation pose la question à savoir si l'anxiété de performance serait l'ultime manifestation des préoccupations perfectionnistes auprès des étudiants en musique de cet échantillon. Des analyses futures auprès d'échantillons plus importants devraient aussi tenter de déterminer si les relations dans les modèles changent lorsqu'on considère les différentes sous-échelles du questionnaire d'anxiété de performance (anxiété somatique, cognitive et confiance en soi).

Comme attendu, la recherche de hauts standards prédit négativement l'anxiété de performance. Ces résultats n'avaient pas été démontrés dans des études antérieures, mais ceci pourrait être expliqué par le fait que la variance commune des dimensions du perfectionnisme n'était pas contrôlée (Kenny et al., 2004; Mor et al., 1995; Patston et Osborne, 2016). Ces résultats corroborent des revues de la littérature antérieures ayant étudié le perfectionnisme en contexte de performance (Gaudreau, 2016; Hill et al., 2018; Jowett et al., 2016). Aussi, la recherche de hauts standards prédit directement et positivement la satisfaction dans les études, les émotions positives et le flow. Ces données vont dans le sens d'apports théoriques qui suggèrent que la recherche de hauts standards puisse offrir la motivation nécessaire (Stoeber et al., 2017) pour répondre aux exigences élevées du développement des compétences musicales et de l'atteinte d'un bon fonctionnement en contexte de performance (Dews et Williams, 1989; Kenny, 2011). Néanmoins, la présente étude démontre encore que la recherche de hauts standards présente une forte corrélation avec les préoccupations perfectionnistes, suggérant que la majorité des étudiants en musique porte en eux l'une et l'autre de ces tendances, et que les étudiants qui présentent uniquement les effets bénéfiques de la recherche de hauts standards sont probablement rares. L'effet de la recherche de hauts standards pourrait lui-même varier selon les contextes, en menant à des conséquences positives lorsque l'environnement est supportant et que la quantité de stress est limitée, et à des conséquences néfastes dans un contexte de stress chronique et où l'environnement est non-supportant (Gaudreau et al., 2017). Cette hypothèse de susceptibilité au contexte pourrait expliquer pourquoi la recherche de hauts standards est associée plus fortement à des indicateurs de pathologies auprès de populations cliniques (lesquelles composent avec une quantité de stress plus grande) qu'auprès de populations non cliniques (Limburg et al., 2017). Dans le contexte des étudiants en musique, il est possible que la recherche de hauts standards exacerbe chez certains, les conséquences néfastes des préoccupations perfectionnistes (Limburg et al., 2017) ou encore agisse chez d'autres comme compensateur des effets indésirables de ces dernières (Gaudreau et al., 2017; Jowett et al., 2016).

Limites, apports et directions futures

L'étude actuelle présente des limites. Premièrement, elle a utilisé un devis corrélationnel transversal et des relations de causalité ne peuvent pas être inférées. Des études ultérieures pourraient utiliser des designs longitudinaux ou expérimentaux afin d'étudier la causalité des relations entre les variables observées. Dans des études ultérieures, un plus grand échantillon pourrait permettre de tirer des conclusions plus solides sur les relations et permettre de contrôler des modérateurs pouvant influencer les relations. De plus, l'étude n'a utilisé que des questionnaires autorapportés, lesquels présentent des biais (Paulhus et Vazire, 2007), parmi lesquels le

rôle de la motivation inhérente à la perception de soi (Robins et John, 1997) et les limites de la justesse de l'information provenant de l'introspection (Wilson, 2002). Finalement, l'étude n'est pas échantillonnée aléatoirement, ce qui limite sa généralisation à la population globale des étudiants en musique. En effet, l'étude pourrait avoir attiré les étudiants en musique qui présentent une plus forte tendance à l'anxiété de performance et au perfectionnisme.

L'étude actuelle présente également des forces. Elle a d'abord contrôlé la variance commune des dimensions du perfectionnisme dans leur relation à l'anxiété de performance et aux variables de fonctionnement, ce qui a permis de faire ressortir la relation de la recherche de hauts standards en contexte de performance auprès des étudiants en musique. De plus, elle est à notre connaissance la première étude à investiguer le rôle médiateur de l'anxiété de performance entre les dimensions du perfectionnisme et le fonctionnement psychologique et scolaire.

En conclusion, les relations inverses qu'entretiennent les dimensions du perfectionnisme à l'anxiété de performance démontrées lors de cette étude rendent possible de postuler que le perfectionnisme peut s'avérer une « lame à double tranchant » pour les étudiants en musique (Stoeber, 2014). Considérant la place centrale que peut occuper l'anxiété de performance auprès de ces étudiants (Kenny, 2011), il peut s'avérer pertinent d'investiguer quels facteurs dispositionnels et situationnels favorisent la recherche de hauts standards tout en diminuant les préoccupations perfectionnistes. Ces connaissances sont importantes, car elles pourraient permettre de développer des interventions favorisant l'expérience des musiciens en relation à leur art. Ultimement, ceux-ci pourraient dépasser l'anxiété de performance et, plutôt qu'être guidés par la peur de l'échec et des pressions extérieures, apprendre à performer pour le plaisir et en cohérence avec leurs valeurs (Evans, 2015).

RÉFÉRENCE

- Abel, J. L. et Larkin, K. T. (1990). Anticipation of performance among musicians: Physiological arousal, confidence, and state-anxiety. *Psychology of Music*, 18(2), 171-182. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735690182006>
- Bailey, B. A. et Davidson, J. W. (2005). Effects of group singing and performance for marginalized and middle-class singers. *Psychology of Music*, 33(3), 269-303.
- Bastarache-Roberge, M.-C. (2016). *Mesure de l'expérience optimale en contexte de jeu multijoueur*. Disponible chez ProQuest Dissertations et Theses Full Text.
- Bentler, P. M. et Chou, C.-P. (1987). Practical issues in structural modeling. *Sociological Methods et Research*, 16(1), 78-117.
- Boucher, H. et Ryan, C. A. (2011). Performance stress and the very young musician. *Journal of Research in Music Education*, 58(4), 329-345. <http://dx.doi.org/10.1177/0022429410386965>

- Castiglione, C., Rampullo, A. et Cardullo, S. (2018). Self representations and music performance anxiety: A study with professional and amateur musicians. *Europe's journal of psychology*, 14(4), 792-805. <http://dx.doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1554>
- Cohen, S. et Bodner, E. (2019a). Flow and music performance anxiety: The influence of contextual and background variables. *Musicae Scientiae*, 1029864919838600.
- Cohen, S. et Bodner, E. (2019b). The relationship between flow and music performance anxiety amongst professional classical orchestral musicians. *Psychology of Music*, 47(3), 420-435.
- Craske, M. G. et Craig, K. D. (1984). Musical performance anxiety: The three-systems model and self-efficacy theory. *Behaviour Research and Therapy*, 22(3), 267-280. [http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967\(84\)90007-x](http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967(84)90007-x)
- Czikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper et Row.
- Dews, C. B. et Williams, M. S. (1989). Student musicians' personality styles, stresses, and coping patterns. *Psychology of Music*, 17(1), 37-47. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735689171004>
- Dobos, B., Piko, B. F. et Kenny, D. T. (2018). Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Research Studies in Music Education*, 1321103X18804295. <http://dx.doi.org/10.1177/1321103X18804295>
- Dobson, M. C. (2011). Insecurity, professional sociability, and alcohol: Young freelance musicians' perspectives on work and life in the music profession. *Psychology of Music*, 39(2), 240-260. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735610373562>
- Engeser, S. et Rheinberg, F. (2008). Flow, performance and moderators of challenge-skill balance. *Motivation and Emotion*, 32(3), 158-172.
- Evans, P. (2015). Self-determination theory: An approach to motivation in music education. *Musicae Scientiae*, 19(1), 65-83. <http://dx.doi.org/10.1177/1029864914568044>
- Fishbein, M., Middlestadt, S. E., Ottati, V., Straus, S. et Ellis, A. (1988). Medical problems among ICSOM musicians: overview of a national survey. *Medical Problems of Performing Artists*, 3(1), 1-8. <http://dx.doi.org/10.1007/s00221-009-1979-y>
- Fredrikson, M. et Gunnarsson, R. (1992). Psychobiology of stage fright: the effect of public performance on neuroendocrine, cardiovascular and subjective reactions. *Biological Psychology*, 33(1), 51-61.
- Friedman, H. S. et Silver, R. C. (2007). *Foundations of health psychology*. Oxford University Press.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. et Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01172967>
- Fullagar, C. J., Knight, P. A. et Sovern, H. S. (2013). Challenge/skill balance, flow, and performance anxiety. *Applied Psychology*, 62(2), 236-259.
- Gaudreau, P. (2016). The 2 x 2 model of perfectionism in sport, dance, and exercise. Dans A. P. Hill (dir.), *The psychology of perfectionism in sport, dance and exercise* (p. 174-200). Routledge/Taylor et Francis Group.
- Gaudreau, P., Franche, V., Kljajic, K. et Martinelli, G. (2017). The 2x 2 model of perfectionism: Assumptions, trends, and potential developments. Dans J. Stoeber (dir.), *The psychology of perfectionism* (p. 45-68). Routledge.
- Gaudreau, P., Sanchez, X. et Blondin, J.-P. (2006). Positive and negative affective states in a performance-related setting: Testing the factorial structure of the PANAS across two samples of French-Canadian participants. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(4), 240-249. <http://dx.doi.org/10.1027/1015-5759.22.4.240>
- Gaudreau, P. et Thompson, A. (2010). Testing a 2x 2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 532-537. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2009.11.031>
- Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G. et Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory, and mixed evidence. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 53(4), 263.
- Gustafsson, H., Madigan, D. J. et Lundkvist, E. (2018). Burnout in athletes *Handbuch Stressregulation und Sport* (p. 489-504). Springer.

Anxiété de performance et perfectionnisme en musique

- Hamann, D. L. et Sobaje, M. (1983). Anxiety and the college musician: A study of performance conditions and subject variables. *Psychology of Music*, 11(1), 37-50. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735683111005>
- Hill, A. P., Mallinson-Howard, S. H. et Jowett, G. E. (2018). Multidimensional perfectionism in sport: A meta-analytical review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(3), 235-270. <http://dx.doi.org/10.1037/spy0000125>
- Hill, R. W., Huelsman, T. J. et Araujo, G. (2010). Perfectionistic concerns suppress associations between perfectionistic strivings and positive life outcomes. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 584-589.
- Iusca, D. et Dafinoiu, I. (2012). Performance anxiety and musical level of undergraduate students in exam situations: The role of gender and musical instrument. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 33, 448-452. <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.161>
- Jowett, G. E., Mallinson, S. H. et Hill, A. P. (2016). An independent effects approach to perfectionism in sport, dance, and exercise. Dans A. P. Hill (dir.), *The psychology of perfectionism in sport, dance and exercise* (p. 85-149). Routledge/Taylor et Francis Group.
- Kaspersen, M. et Gøtestam, K. G. (2002). A survey of music performance anxiety among Norwegian music students. *The European Journal of Psychiatry*, 16(2), 69-80.
- Kenny, D. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford University Press.
- Kenny, D., Davis, P. et Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(6), 757-777. <http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2003.09.004>
- Kenny, D. T. (2010). The role of negative emotions in performance anxiety. Dans J. Sloboda (dir.), *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* (p. 425-451). Oxford University Press.
- Kenny, D. T. et Ackermann, B. (2009). Optimizing physical and psychological health in performing musicians. Dans S. Hallam, I. Cross et M. Thaut (dir.), *The Oxford handbook of music psychology* (p. 390-400). Oxford University Press
- Kubzansky, L. D. et Stewart, A. J. (1999). At the intersection of anxiety, gender, and performance. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(1), 76-97. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.1999.18.1.76>
- Lamont, A. (2012). Emotion, engagement and meaning in strong experiences of music performance. *Psychology of Music*, 40(5), 574-594.
- Langlois, F., Rhéaume, J., Lapointe, B. M.-L., Boucher, O., Ladouceur, R., Bouvette, A. et Blondeau, J. (2007). *Le questionnaire du perfectionnisme: analyse de la validité de construit auprès de patients anxieux et dépressifs*. Communication présentée au congrès annuel de l'Association canadienne des troubles anxieux, Montréal, Québec.
- Lazarus, R. S. et Lazarus, B. N. (1994). *Passion and reason: Making sense of our emotions*: Oxford University Press.
- LeBlanc, A. (1994). A theory of music performance anxiety. *The Quarterly Journal of Music Teaching and Learning*, 5(4), 60-68.
- LeBlanc, A., Jin, Y. C., Obert, M. et Siivola, C. (1997). Effect of audience on music performance anxiety. *Journal of Research in Music Education*, 45(3), 480-496. <http://dx.doi.org/10.2307/3345541>
- Lépine, J. (2018). *Le rôle de la flexibilité cognitive comme médiateur de la relation entre le perfectionnisme et le fonctionnement psychologique*. Disponible chez ProQuest Dissertations et Theses Full Text.
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S. et Egan, S. J. (2017). The relationship between perfectionism and psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 73(10), 1301-1326.
- Lundqvist, C. et Hassmén, P. (2005). Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2): Evaluating the Swedish version by confirmatory factor analyses. *Journal of Sports Sciences*, 23(7), 727-736. <http://dx.doi.org/10.1080/02640410400021484>

- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A. et Smith, D. E. (1990). Development and validation of the competitive state anxiety inventory-2. Dans R. Martens, R. S. Vealey et D. Burton (dir.), *Competitive anxiety in sport* (p. 117-190). Human Kinetics.
- Martinet, G., Ferrand, C., Guillet, E. et Gauthier, S. (2010). Validation of the French version of the Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R) including frequency and direction scales. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(1), 51-57. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.05.001>
- Massicotte, V. r. (2017). *Étude des relations entre les motivations globales et le perfectionnisme chez l'adolescent*. Disponible chez ProQuest Dissertations et Theses Full Text.
- Meylan, N., Doudin, P.-A., Antonietti, J.-P. et Stéphan, P. (2015). Validation française du school burnout inventory. *Revue européenne de psychologie appliquée/European Review of Applied Psychology*, 65(6), 285-293.
- Mor, S., Day, H. I., Flett, G. L. et Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism, control, and components of performance anxiety in professional artists. *Cognitive Therapy and Research*, 19(2), 207-225.
- Newsom, J. (2012). Some clarifications and recommendations on fit indices. *USP*, 655, 123-133.
- Nicholson, D. R., Cody, M. W. et Beck, J. G. (2015). Anxiety in musicians: On and off stage. *Psychology of Music*, 43(3), 438-449. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735614540018>
- Osborne, M. S. et Franklin, J. (2002). Cognitive processes in music performance anxiety. *Australian Journal of Psychology*, 54(2), 86-93. <http://dx.doi.org/10.1080/00049530210001706543>
- Osborne, M. S. et Kenny, D. T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, 19(7), 725-751. <http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.09.002>
- Osborne, M. S. et Kenny, D. T. (2008). The role of sensitizing experiences in music performance anxiety in adolescent musicians. *Psychology of Music*, 36(4), 447-462. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735607086051>
- Papageorgi, I., Hallam, S. et Welch, G. F. (2007). A conceptual framework for understanding musical performance anxiety. *Research Studies in Music Education*, 28(1), 83-107. <http://dx.doi.org/10.1177/1321103X070280010207>
- Patston, T. (2014). Teaching stage fright?—Implications for music educators. *British Journal of Music Education*, 31(1), 85-98. <http://dx.doi.org/10.1017/S0265051713000144>
- Patston, T. et Loughlan, T. (2014). Playing with performance: The use and abuse of beta-blockers in the performing arts. *Victorian Journal of Music Education*(1), 3.
- Patston, T. et Osborne, M. S. (2016). The developmental features of music performance anxiety and perfectionism in school age music students. *Performance Enhancement et Health*, 4(1-2), 42-49. <http://dx.doi.org/10.1016/j.peh.2015.09.003>
- Paulhus, D. L. et Vazire, S. (2007). The self-report method. Dans R. W. Robins, R. C. Fraley et R. F. Krueger (dir.), *Handbook of research methods in personality psychology* (p. 224-239). The Guilford Press.
- Rae, G. et McCambridge, K. (2004). Correlates of performance anxiety in practical music exams. *Psychology of Music*, 32(4), 432-439. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735604046100>
- Robins, R. W. et John, O. P. (1997). The quest for self-insight: Theory and research on accuracy and bias in self-perception. Dans R. Hogan, J. A. Johnson et S. R. Briggs (dir.), *Handbook of personality psychology* (p. 649-679). Academic Press.
- Robson, K. E. et Kenny, D. T. (2017). Music performance anxiety in ensemble rehearsals and concerts: A comparison of music and non-music major undergraduate musicians. *Psychology of Music*, 45(6), 868-885. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735617693472>
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E. et Nurmi, J.-E. (2009). School burnout inventory (SBI) reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48-57.
- Schröder, H. et Liebelt, P. (1999). Psychologische Phaenomen-und bedingungsanalysen zur Podiumsangst von Studierenden an Musikhochschulen. *Musikphysiologie und Musikmedizin*, 6(1), 1-6.

Anxiété de performance et perfectionnisme en musique

- Schumacker, R. E. et Lomax, R. G. (2016). *A beginner's guide to structural equation modeling* (4^e éd.). Routledge.
- Skinner, N. et Brewer, N. (2004). Adaptive approaches to competition: Challenge appraisals and positive emotion. *Journal of Sport et Exercise Psychology*, 26(2), 283-305.
- Sternbach, D. J. (1995). Musicians: A neglected working population in crisis. Dans S. L. Sauter et L. R. Murphy (dir.), *Organizational risk factors for job stress*. American Psychological Association.
- Sternbach, D. J. (2008). Stress in the lives of music students. *Music Educators Journal*, 94(3), 42-48.
- Stoeber, J. (2014). Perfectionism in sport and dance: A double-edged sword. *International Journal of Sport Psychology*, 45(4), 385-394.
- Stoeber, J., Damian, L. E. et Madigan, D. J. (2017). Perfectionism: A motivational perspective. Dans J. Stoeber (dir.), *The Psychology of Perfectionism* (p. 20-44). Routledge.
- Stoeber, J. et Eismann, U. (2007). Perfectionism in young musicians: Relations with motivation, effort, achievement, and distress. *Personality and Individual Differences*, 43(8), 2182-2192. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.06.036>
- Stoeber, J. et Gaudreau, P. (2017). The advantages of partialling perfectionistic strivings and perfectionistic concerns: Critical issues and recommendations. *Personality and Individual Differences*, 104, 379-386. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.08.039>
- Stoeber, J., Harris, R. A. et Moon, P. S. (2007). Perfectionism and the experience of pride, shame, and guilt: Comparing healthy perfectionists, unhealthy perfectionists, and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 131-141. <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.012>
- Stoeber, J. et Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319. http://dx.doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2
- Studer, R., Danuser, B., Hildebrandt, H., Arial, M. et Gomez, P. (2011). Hyperventilation complaints in music performance anxiety among classical music students. *Journal of Psychosomatic Research*, 70(6), 557-564. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychores.2010.11.004>
- Vallerand, R. J. (1989). Vers une méthodologie de validation trans-culturelle de questionnaires psychologiques: Implications pour la recherche en langue française. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 30(4), 662.
- Vallerand, R. J. et Bissonnette, R. (1990). Construction et validation de l'Échelle de Satisfaction dans les Études (ESDE). *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 22(3), 295.
- Wallace, S. T. et Alden, L. E. (1997). Social phobia and positive social events: The price of success. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(3), 416. <http://dx.doi.org/10.1037//0021-843x.106.3.416>
- Watson, D., Clark, L. A. et Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063.
- Wesner, R. B., Noyes Jr, R. et Davis, T. L. (1990). The occurrence of performance anxiety among musicians. *Journal of Affective Disorders*, 18(3), 177-185. [http://dx.doi.org/10.1016/0165-0327\(90\)90034-6](http://dx.doi.org/10.1016/0165-0327(90)90034-6)
- West, R. (2004). Drugs and musical performance. Dans A. Williamon (dir.), *Musical excellence: sStrategies and techniques to enhance performance* (p. 271-290). Oxford University Press.
- Wilson, T. D. (2002). *Strangers to ourselves: Discovering the adaptive unconscious*. Belknap Press/Harvard University Press.
- Wolfe, M. L. (1989). Correlates of adaptive and maladaptive musical performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artists*, 4(1), 49-56.
- Woody, R. H. et McPherson, G. E. (2010). Emotion and motivation in the lives of performers. *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 401-424.

RÉSUMÉ

Les étudiants en musique sont très susceptibles d'être touchés par l'anxiété de performance et le perfectionnisme. La présente étude cible la relation entre ces variables et des indicateurs de fonctionnement psychologiques et scolaires. L'étude a été menée auprès de 94 étudiants francophones en musique (programme des conservatoires de musique et autres programmes de musique). Deux modèles d'équations structurelles testent le rôle médiateur de l'anxiété de performance dans les relations entre les deux facteurs du perfectionnisme, soit la recherche de hauts standards (RHS) et les préoccupations perfectionnistes (PP) avec des indicateurs de fonctionnement proximaux de la performance musicale (flow, émotion positive et négative) ou des indicateurs plus distaux (burnout scolaire et satisfaction scolaire). Les résultats mettent en évidence que la recherche de haut standard est associée directement et indirectement par l'intermédiaire de l'anxiété de performance au bon fonctionnement. Les résultats démontrent aussi une très forte relation entre les préoccupations perfectionnistes et l'anxiété de performance. Ils démontrent aussi que l'anxiété de performance agit en médiation complète dans la relation entre les PP et le fonctionnement. Même si les résultats suggèrent le potentiel effet bénéfique de la RHS avec le fonctionnement, il demeure que les étudiants semblent présenter les deux composantes du perfectionnisme et risquent ainsi d'en vivre les désagréments par l'intermédiaire de l'anxiété de performance.

MOTS CLÉS

anxiété de performance musicale, perfectionnisme, étudiants, équations structurelles

ABSTRACT

Music students are very likely to be affected by performance anxiety and perfectionism. This study examines the relationship between these variables and psychological as well as academic functioning. It was conducted among 94 French-speaking music students (music conservatory and other music programs). The mediating role of performance anxiety in the association between specific factors of perfectionism, namely perfectionistic striving and perfectionistic concerns, and proximal indicators of musical performance (flow, positive and negative emotion) or distal indicators (school burnout and school satisfaction) was tested with structural equation models. The results show that perfectionistic striving is directly and indirectly associated with psychological and academic functioning through performance anxiety and that there exists a very strong relationship between perfectionistic concerns and performance anxiety. They also show that performance anxiety is a complete mediator of the relationship between perfectionistic concerns and functioning. Although the results suggest that perfectionistic strivings may have a positive impact on functioning, students tend to display a certain level of both factors of perfectionism and thus still risk experiencing the disadvantage through performance anxiety.

KEY WORDS

music performance anxiety, perfectionism, students, structural equations
