



Quand l'entraîneur SORT DE SES GONDS

L'attitude et le comportement de l'entraîneur influent indéniablement sur l'athlète ou sur le collectif. En quête de reconnaissance et de résultats, l'entraîneur en vient parfois à « piquer une grosse colère », à s'emporter. Ces excès sont-ils nécessaires et justifiables ? Sont-ils provoqués dans le but de déclencher une réaction du sportif, ou signent-ils une perte de contrôle inconsciente, une émotion mal maîtrisée ?

Véronique Marchand

DESU de coaching personnel
Société Actif Coach

Le sport professionnel en exemple ?

Dans le sport de haut niveau, les médias nous renvoient très fréquemment des images d'entraîneurs hurlant des consignes ou des directives aux sportifs, que ce soit à l'entraînement ou en compétition.

On peut comprendre que les enjeux financiers, la pression médiatique, la passion ... contribuent à accentuer de manière excessive les effets des réussites et des échecs. Dans ce contexte en effet, l'entraîneur de haut niveau occupe bien souvent la posture de « **responsable du résultat** » alors qu'en fin de compte, il n'agit que par délégation. Quoi qu'il en soit, son sort est trop fréquemment corrélé à l'implacable loi du résultat.

Espérant agir avec toujours plus d'efficacité, certains entraîneurs provoquent, consciemment ou non, le sportif afin de piquer son orgueil et de le « **booster** », allant parfois jusqu'à proférer des insultes. À l'image du volcan entrant en éruption parce qu'il ne peut plus contenir son trop plein de magma, tout se passe comme si l'entraîneur n'était plus en mesure de contenir ses émotions, notamment sa colère, qui apparaît alors de manière explosive, se déversant sur son environnement le plus proche.

Doit-on considérer que cet état de fait est uniquement associé aux profondes et rapides transformations qui jalonnent le sport de haut niveau ? L'entraîneur n'est-il pas aussi toujours responsable des comportements, attitudes et images qu'il véhicule ? Ne retient-on vraiment que le résultat ?

Face aux dérives et aux excès, on ne peut s'empêcher de penser que la colère est une émotion mal maîtrisée qui ne correspond pas aux valeurs du sport. Accepterait-on qu'un sportif se mette à insulter ses adversaires ou ses partenaires ?

Le sport amateur : une force ?

Si, dans la plupart des cas, ces excès d'émotions s'expliquent dans des sports d'élites, au vu des forts enjeux financiers, et qui plus est avec des adultes professionnels confirmés en mesure de faire des choix, qu'en est-il dans les sports amateurs et avec de jeunes sportifs ou des débutants ?

Si ces « électrochocs » peuvent s'avérer quelquefois étonnamment efficaces à un très haut niveau, il n'en est pas de même dans le milieu associatif et amateur. Combien de carrières sportives ont-elles été ainsi avortées, stoppées, anéanties du jour au lendemain suite à des reproches, des sanctions, ou des discours inadaptés à un moindre niveau ?

S'il est acquis que tous les entraîneurs sont des personnes de passion et de décision (ils ont des idées, viennent avec elles, et les mettent en œuvre pour réussir...), il faut considérer que les normes et les motivations entre le sport élite et le sport de masse, qu'il débouche sur la compétition ou non, se caractérisent par des différences notoires.

En milieu associatif et amateur, où les enjeux ne sont pas comparables, comment justifier certains comportements excessifs envers les sportifs, ainsi que des propos agressifs à l'attention des adversaires, ou même des arbitres ? Dans le sport de masse, la victoire ne doit et ne peut se faire au détriment du plaisir. Cette dernière émotion étant l'élément clef de la motivation à ce niveau de pratique.

Sport, valeurs et éducation

Le sport, activité sociale à laquelle on prête depuis longtemps de nombreuses valeurs fondamentales, s'avère être un fabuleux spectacle vivant, universel et fédérateur.

Avant tout, facteur d'équilibre personnel, de détente et de bien être, le sport constitue également une fabuleuse école de vie (construction de soi par rapport aux autres), une source d'émotion et de plaisirs intenses, et un important vecteur d'intégration sociale.

Permettant à des jeunes d'acquérir des valeurs essentielles pour trouver leur place dans le monde social, et du travail (par l'apprentissage du respect des règles, du sens de l'effort, ou encore de l'esprit d'équipe) le sport se situe, ainsi, au cœur de l'éducation.

L'actualité témoigne malheureusement, depuis quelques années, d'une perte des valeurs éducatives du sport, bafouées dans la course incessante aux résultats. Alors qu'il convient de faire en sorte de

le rôle premier est de transmettre ces valeurs par une attitude exemplaire. Son comportement doit être cohérent avec son discours, adapté au niveau de pratique. Il a notamment pour fonction, de canaliser les énergies instinctives et pulsionnelles des athlètes, de tempérer la montée en puissance des individus ou de l'équipe, tout en maintenant une envie de se dépasser.

Conclusion

Si une des missions de l'entraîneur est de mener à bien des objectifs communs fixés (par exemple la montée dans une division supérieure, une qualification ou une performance chronométrique), cela ne doit en rien altérer sa mission éducative première. Dès lors, les félicitations, les encourage-



permettre aux jeunes et aux amateurs de s'épanouir. Un non-respect de ces valeurs fondamentales peut s'avérer négatif, provoquer de la déception, et surtout manquer de bon sens.

Garant des valeurs sportives, l'entraîneur, sans en mesurer le réel impact, constitue pour de nombreux sportifs un modèle. En effet, et en particulier pour les jeunes et les adolescents, les sportifs imitent souvent le comportement de leur entraîneur, dont

ments, et les discours qui éveillent l'énergie, demeurent les principaux moyens dont l'entraîneur dispose, pour stimuler le désir de performer et de persévérer.

Le haut niveau regorge heureusement de ses entraîneurs charismatiques, efficaces, qui savent utiliser les mots qu'il faut avec discernement et maîtrise, calme et rigueur. Dommage que les médias ne s'y attardent pas davantage !