



# Se préoccuper des résultats peut être préjudiciable aux jeunes entraîneurs

Callum Gowling<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Liquid Sport Psychology, Grande Bretagne.

## RÉSUMÉ

Les recherches sur les entraîneurs sportifs peuvent donner une image trop simpliste de l'activité qui conduit les jeunes entraîneurs à être sous-préparés aux conflits intrapersonnels pendant leur carrière d'entraîneur (Cushion, 2006 ; Jones, 2009 ; Potrac et al., 2016). Ce document s'appuie sur des travaux qui montrent que l'entraînement est un défi émotionnel (Thelwell, 2017 ; Gowling, 2019). L'auto-ethnographie illustre les luttes intérieures des premiers auteurs avec leur efficacité perçue tout en essayant de prouver leur valeur dans le contexte de l'entraînement de l'élite junior. Les quatre principales conclusions sont les suivantes : (1) le récit des performances influence le comportement des jeunes entraîneurs ; (2) l'incapacité à évaluer sa propre efficacité, sans utiliser les résultats des joueurs comme seul critère, peut avoir un effet émotionnel négatif sur les entraîneurs ; (3) les récits relationnels sont présents dans l'entraînement de l'élite junior ; (4) les instances dirigeantes ont la possibilité d'améliorer la préparation des jeunes entraîneurs aux défis intrapersonnels liés à l'entraînement.

## INTRODUCTION

Les chercheurs affirment que la formation des entraîneurs n'utilise pas efficacement la richesse de l'expérience des entraîneurs pour informer la formation des nouveaux entraîneurs, les laissant sous-préparés à la nature complexe de leur rôle (Cushion, Armour, & Jones, 2003). De nouvelles approches de la recherche, telles que l'auto-ethnographie, éloignent la recherche de la théorie abstraite sur l'entraînement, pour l'orienter vers une pratique et une culture plus « épaisse et évocatrice de l'entraînement » en utilisant des témoignages de l'entraînement à la première personne (Geraity, 2014, p. 206). Une écriture très personnalisée et vulnérable, suivie d'une analyse théorique, est un moyen efficace pour les entraîneurs existants de communiquer leurs expériences et d'informer la pratique. L'auto-ethnographie peut éclairer la littérature sur la formation des entraîneurs de tennis grâce à un aperçu vivant des défis émotionnels auxquels ils peuvent être confrontés.

L'objectif de ce document est de fournir un compte-rendu à la première personne d'une relation d'entraînement avec un joueur de tennis junior d'élite (niveau ITF junior) et d'illustrer comment une confiance excessive dans les résultats (récit des performances) a influencé mes comportements d'entraînement. Le récit de la performance est une histoire de dévouement à la performance sportive à l'exclusion d'autres domaines du soi et des relations (Douglas & Carless, 2012).

Dans l'intrigue du récit de performance, la victoire, les résultats et les réalisations sont prépondérants et sont étroitement liés au bien-être mental, à l'identité et à l'estime de soi du conteur. L'intrigue du récit de la performance est en accord avec le principe « le sport est la vie et la vie est le sport », et le récit de la performance imprègne une grande partie de la participation sportive de l'élite junior (Dacyshyn, 1999). L'histoire retrace mes

premières expériences en tant qu'entraîneur de tennis, en essayant de prouver que j'appartenais à l'élite des joueurs de tennis juniors. J'ai fait une fixation sur la victoire comme mesure principale de mon efficacité en tant qu'entraîneur. Les résultats des joueurs en souffraient et il n'y avait pas d'autre moyen d'évaluer mon efficacité en tant qu'entraîneur. J'ai alors eu des difficultés à me valoriser, ce qui a affecté la relation entraîneur-athlète par une incapacité à faire face.

## MÉTHODE

L'auto-ethnographie porte sur mes pensées et expériences personnelles d'entraîneur d'un joueur de tennis junior d'élite. Je présente des histoires très personnalisées sous la forme de trois entrées de journal intime successives, illustrant une série importante d'événements survenus au cours de la relation d'entraînement avec Sarah (nom modifié pour conserver l'anonymat).

L'auto-ethnographie analytique utilise le moi comme un moyen pour atteindre une fin théorique. Les auteurs communiquent leur expérience par le biais d'histoires et incluent une interprétation directe de leurs récits. L'interaction entre l'histoire et l'interprétation conduit à un aperçu théorique. Cet article raconte une histoire sur mes luttes émotionnelles pendant une période difficile de la relation de l'entraînement. Après une période d'immersion dans les données, il est devenu évident que l'échafaudage et la structure qui maintenaient les histoires ensemble étaient le récit de la performance et de la façon dont je l'ai vécu à travers mon identité d'entraîneur.

## RÉSULTATS

Je présente les résultats sous forme d'extraits d'un journal de l'entraînement personnel afin de refléter les événements de la

**Mots clés:** Auto-ethnographie, défis émotionnels, jeunes entraîneurs.

**Article reçu:** 10 Juin 2020

**Article accepté:** 02 Septembre 2020

**Auteur correspondant:** Callum Gowling, Liquid Sport Psychology, Grande Bretagne. Email: [callumgowling@btinternet.com](mailto:callumgowling@btinternet.com)

journée et la façon dont j'ai, en tant qu'entraîneur, essayé de donner un sens à mes expériences.

#### Histoire 1 - Les résultats me montrent que j'échoue.

Je me débats sur le terrain en ce moment. Les résultats n'ont pas été très bons et les changements que j'ai apportés au jeu de Sarah ne fonctionnent pas. Je me demande si les changements sont les bons maintenant. Est-ce moi ou elle ? Je ne peux pas m'empêcher de m'inquiéter de ce que ses parents pensent de mon entraînement ? Les améliorations semblent être plus difficiles à obtenir et les premiers succès que nous avons eus ensemble semblent être un lointain souvenir. Son père veut se rattraper et je suis convaincu qu'il va se débarrasser de moi.

Je suis allé chez eux pendant que Sarah était à l'école et que maman était au travail. Le fait qu'il n'y avait personne d'autre dans les parages rendait la situation encore plus effrayante. Ce ne sera évidemment pas bon, il va m'arracher une bande pour tous ces mauvais résultats. Nous avons bavardé autour d'un café et avons poliment dansé autour de Sarah et de son tennis. Après le premier café, il me remplit et s'assied à nouveau et il y a un silence gênant. Voilà la balle.

Il me dit qu'ils sont confrontés à un problème financier et qu'il envisage de réduire leur maison pour aider à payer le tennis. Mon cerveau s'est emballé, en pensant à ce qui allait suivre. Il va certainement me dire maintenant qu'ils l'envoient dans une académie et investissent dans un « meilleur entraînement » ... Les mots ne sont jamais venus. Je ne savais pas s'il voulait être rassuré sur le fait que j'étais l'homme de la situation ou s'il voulait que je lui dise d'arrêter son tennis. Je ne suis qu'un entraîneur de tennis, suis-je censé savoir comment réagir dans cette situation ?

Il m'a dit qu'il appréciait vraiment le travail que je faisais, et que j'avais un effet positif sur elle bien au-delà du court de tennis. Il voulait que je sois son entraîneur, quoi qu'il arrive. Je me suis dit : « Appréciez le travail que je fais ? Elle a perdu ! »

#### Histoire 2 - Mon incapacité à faire face.

Je suis allé chercher Sarah à l'école et je l'ai amenée au centre. J'avais pris une leçon au préalable avec un autre joueur. Je vois que Sarah s'est assise et a bavardé sans se soucier du monde. « Où est l'échauffement, s'il vous plaît ? Vous passez dans 20 minutes et vous n'avez pas l'air très prête ». Mon attention n'est plus sur ma leçon actuelle, je suis rongé par la frustration à cause du manque de discipline. Plus que 10 minutes, toujours aucun mouvement... « Allez Sarah, montre-moi quelque chose ! » Alors que je termine ma leçon, je suis consumé par la frustration de Sarah. Que vais-je lui dire ? Je ne peux pas être responsable de son absence à l'école et de son manque de discipline. Que vont en penser ses parents ? C'est juste pour rire ? Faites quelque chose !

Sarah est entrée sur le court, inconsciente de mon humeur. J'imaginai tous ses rivaux et ce que serait leur échauffement dans la même situation. En avance à l'entraînement, énergique, dynamique, organisé, discipliné... Parfait. J'ai décrit la scène à Sarah, en exagérant ce que j'imaginai être l'échauffement parfait, puis je l'ai comparé à ce que j'avais vu d'elle. Elle avait clairement

le sentiment que ces jours de sortie de l'école n'étaient qu'une occasion de se réjouir de sa propre importance. Sortir de l'école juste pour s'asseoir et discuter avec qui que ce soit ! C'est une honte. Tous ces efforts que j'ai déployés pour vous faire venir ici pour votre tennis et c'est ce que vous faites.

J'ai fini mon discours et j'ai quitté le court pour que Sarah puisse sortir du court toute seule. Ses yeux étaient rouges, et elle n'a fait aucun contact visuel. En quittant le court, la frustration s'est écoulee de mon corps, ne laissant que de la honte. Qui parlait ? Suis-je vraiment cette personne ? Je me suis assise affaissée dans la salle du club ; dégonflée, en conflit, déçue, et j'ai réfléchi à la performance que je venais de réaliser. J'ai passé en revue tous les stéréotypes négatifs sur les entraîneurs de performance que j'avais créés au fil des ans lorsque je jouais. J'ai coché toutes les cases.

#### Histoire 3 - Comprendre que les résultats ne sont pas tout.

Les retombées de cette dernière session ont été considérables. J'ai perdu la confiance et le respect de ses parents et Sarah travaille actuellement avec un autre entraîneur. Chaque fois que je la vois, cela me rappelle à quel point j'ai été idiot à ce moment-là et à quel point je suis devenu égocentrique. Qui mes actions ont-elles vraiment aidé ? Je suis gênée.

Je vois toujours Sarah, mais elle se sent clairement mal à l'aise car nous nous saluons poliment de nos jours. Cette gêne ne fait qu'aggraver mon comportement. Je l'ai vue aujourd'hui et elle allait partir pour un ITF. Entre mes propres séances, j'ai ressenti le besoin de clarifier les choses avec elle avant qu'elle ne parte.

Je l'appelle. Quand elle s'approche, je me sens malade. Malade à l'idée de devoir m'excuser auprès d'un adolescent pour mes actes en tant qu'adulte supposé mature. C'est vraiment humiliant.

Je ne retiens rien. Je ne suis pas sûr que tout cela figure dans un manuel d'entraînement, « comment s'excuser auprès de ses anciens joueurs », mais c'est tout ce que je sais. Admettez vos erreurs et traitez tout le monde comme vous voudriez être traité. Sarah me regarde dans les yeux et ne semble pas jubiler - ce que j'avais imaginé avant de m'embarquer dans ces excuses. Une fois que je me suis débarrassé de la plupart des aveux douloureux, qui ne faisaient qu'allusion à mes propres insécurités en tant qu'entraîneur, les expressions du visage de Sarah ont commencé à se détendre, et elle ressemblait davantage à la personne que j'entraînais. Celle qui avait un air malicieux autour d'elle. « Tout va bien, Cal. Maintenant, tu peux parler à mon père et me faire revenir sur le terrain avec toi, parce qu'il me fait la tête ».

#### DISCUSSION

Les histoires présentées dans ce document contribuent à notre compréhension de l'entraînement de plusieurs façons :

Premièrement, les histoires montrent que le récit de la performance a fortement influencé mon attitude d'entraîneur et que j'avais le souci d'obtenir des résultats positifs parce que je pensais que cela prouverait ma compétence. Une période de mauvais résultats signifiait que je percevais mon entraînement de

manière négative et que je croyais que les autres joueurs de tennis me jugeraient inefficace. Ces histoires contribuent à la recherche selon laquelle les nouveaux entraîneurs sont trop dépendants des résultats comme preuve d'efficacité (Peet et al., 2013 ; Cassidy et al., 2016) et la recherche de jugements publics positifs de la part des autres au tennis domine les pensées et les actions quotidiennes des jeunes entraîneurs (Kelchtermans, 2009a).

Deuxièmement, les histoires montrent comment une confiance excessive dans les résultats peut nuire à l'estime de soi et à la valeur personnelle en période de mauvais résultats. Les histoires montrent une interaction entre le récit des performances et les insécurités d'un jeune entraîneur de tennis lorsqu'il essaie de développer une identité socialement reconnue en tant qu'entraîneur efficace. Les mauvais résultats et l'insécurité qui en résulte ont engendré des comportements de l'entraînement négatifs envers Sarah. Les histoires contribuent à la recherche qui met en évidence le stress des entraîneurs et l'impact négatif potentiel sur les relations entraîneur-athlète (Thelwell et al., 2017).

Troisièmement, les récits montrent qu'un jeune entraîneur apprend un nouveau récit de l'entraînement. Les récits relationnels font appel à l'attention et à la connexité pour évaluer l'efficacité des relations de l'entraînement plutôt que de se concentrer sur les résultats (Douglas & Carless, 2012). Les récits permettent de montrer que les joueurs, les entraîneurs et les parents utilisent différents critères pour évaluer les relations d'entraînement. Par exemple, l'attention, la connexion et la durée de la relation sont des indicateurs de relations d'entraînement réussies, ainsi que de la victoire. Le document s'appuie sur des travaux soulignant que les entraîneurs impliqués dans le sport pour les jeunes doivent utiliser le sport de manière efficace pour répondre aux besoins des athlètes, « plutôt que de simplement supposer que les pousser à vivre des expériences sportives aura, d'une manière magique, des résultats positifs pour tous » (Armour, 2013, p. 20).

Enfin, ce document offre aux instances dirigeantes la possibilité d'améliorer la préparation des jeunes entraîneurs aux défis intra-personnels liés à l'entraînement. Mes expériences peuvent avoir des significations mondiales communes qui peuvent rassurer les nouveaux entraîneurs ou les entraîneurs existants sur leurs propres expériences de l'entraînement.

## CONCLUSION

Mon histoire a montré comment le récit de la performance a influencé mes débuts d'entraîneur. Ma tentative de me créer une réputation positive en tant qu'entraîneur efficace a causé des problèmes de compréhension de soi et de relations professionnelles avec un joueur. Mon histoire montre que j'ai utilisé le récit de la performance pour éclairer mon rôle d'entraîneur de tennis, et cela a eu une influence sur les résultats des tournois qui me préoccupaient. Les interactions avec Sarah et ses parents ont contredit le récit de la performance, mais mon adhésion rigide à ce récit a entraîné des comportements négatifs qui ont contribué à la rupture de la relation d'entraînement. Mon histoire montre également comment la réflexion sur mon l'entraînement m'a aidé à apprendre et à comprendre un

nouveau récit relationnel dans le contexte de l'entraînement de l'élite junior. J'espère que les descriptions approfondies de mes histoires de l'entraînement serviront de catalyseur pour l'introduction d'un plus grand nombre d'auto-ethnographies dans le l'entraînement de tennis, ce qui conduira à des représentations plus réalistes de la pratique de l'entraînement.

## BIBLIOGRAPHIE

- Armour, K. (2013) *Sport Pedagogy: An Introduction for Teaching and Coaching*. Abingdon: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9781315847108>
- Cushion, C. (2006). Modelling the Complexity of the Coaching Process. *International Journal of Sports Coaching*, Vol 2 (4), pp 395 – 400, <https://doi.org/10.1260/174795407783359650>
- Cushion, C.J., Armour, K.M. and Jones, R.L., (2003). Coach Education and Continuing Professional Development: Experience and Learning to Coach, *Quest*, 55, 215-230, <https://doi.org/10.1080/00336297.2003.10491800>
- Dacyszyn, A. (1999). When the balance is gone. In J. Coakley and P. Donnelly (Eds.) *Inside sports*, (pp.214–222). London: Routledge.
- Douglas, K. & Carless, D., (2012). Stories of success: Cultural narratives and personal stories of elite and professional athletes, *Reflective Practice: International and Multidisciplinary Perspectives*, 13:3, 387-398, <https://doi.org/10.1080/14623943.2012.657793>
- Geraity, B. T. (2014) 'Autoethnography. In L. Nelson, R. Groom, & P. Potrac, (Eds) *Research Methods in Sports Coaching*, pp 205 – 216. Abingdon: UK, Routledge.
- Gowling, C. (2019). Understanding the pressures of coaching: In sights of young UK coaches working with elite junior tennis players. *ITF Coaching & Sport Science Review*, Vol 79, pp 19 – 21.
- Jones, R. L. (2009) Coaching as caring (the smiling gallery): accessing hidden knowledge, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14:4, 377-390, <https://doi.org/10.1080/17408980801976551>
- Kelchtermans, G. (2009a). Who I am in how I teach the message: Self-understanding, vulnerability, and reflection? *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 15(2):257-272, <https://doi.org/10.1080/13540600902875332>
- Peel, J. Cropley, B. Hanton, S. & Fleming, S. (2013) Learning through reflection: values, conflicts, and role interactions of a youth sport coach, *Reflective Practice*, 14:6, 729-742, <https://doi.org/10.1080/14623943.2013.815609>
- Potrac, P. Jones, R. Nelson, L. (2014). Interpretivism. In: Nelson, L. Groom, R. Potrac, P., (ed.), *Research Methods in Sports Coaching*, Abingdon: UK, Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203797549-4>
- Thelwell, R. Wagstaff, C. R. D. Chapman, M. T. and Kenttä, G. (2017) Examining coaches' perceptions of how their stress influences the coach-athlete relationship, *Journal of Sports Sciences*, 35:19, 1928-1939, <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1241422>

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2020 Callum Gowling



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Vous êtes autorisé à Partager — copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats — et Adapter le document — remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation, y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de:

Attribution: Vous devez créditer l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été effectuées à l'Œuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Œuvre.

[Résumé de la licence - Texte intégral de la licence](#)