



Réflexions d'un humble et très vénéré champion de Wimbledon

Janet A. Young^a et Alan J. Pearce^b

^aVictoria University, Melbourne, Australia. ^bLa Trobe University, Melbourne, Australia.

RESUMÉ

Cet article rend compte d'un examen des entretiens d'après-match avec l'Australienne Ash Barty pendant les championnats de Wimbledon 2021. Sept transcriptions ont fait l'objet d'une analyse de contenu inductive pour révéler six thèmes dominants. L'analyse donne un aperçu de l'état d'esprit de Barty et souligne l'importance de son entraîneur, de son équipe de soutien et de son modèle. Les implications pour les entraîneurs d'adhérer à des principes de coaching solides sont discutées.

Mots-clés : Ash Barty, état d'esprit, bien-être.

Reçu : 18 septembre 2021

Accepté : 20 novembre 2021

Correspondance : Janet A. Young, First Year College, Victoria University, Melbourne, Australia. Email:janet_young7@yahoo.com.au

INTRODUCTION

Beaucoup a été écrit sur le parcours magique d'Ash Barty à la victoire à Wimbledon. Intrigués par son succès, nous (les auteurs) avons passé en revue ses entretiens d'après-match (Wimbledon, 2021) pour voir quel éclairage ils pourraient jeter sur son exploit exceptionnel. Quels sont les facteurs clés qui pourraient contribuer à expliquer son succès ? Cet article rend compte de notre examen des transcriptions.

PROCÉDURE

Des copies des transcriptions (7) des entretiens d'après-match de Barty ont été récupérées sur le site officiel de Wimbledon 2021. L'application de l'éthique a été recherchée mais pas requise car les données ont été extraites du domaine public.

L'ANALYSE DES DONNÉES

Une analyse de contenu inductive a été menée pour analyser les transcriptions. À la suite de Patton (2002) la procédure recommandée pour l'analyse des données qualitatives, les phrases clés et les paragraphes des transcriptions ont été identifiés. Ceux partageant une signification explicitement similaire ont ensuite été regroupés en thèmes d'ordre supérieur. Les auteurs, tous deux chercheurs expérimentés, ont mené leur propre analyse des données qui ont ensuite été partagées. Les divergences entre les auteurs ont été consensuellement validées (Patton, 2002).

RÉSULTATS

Six thèmes d'ordre supérieur ont été identifiés dans l'analyse. Ces thèmes étaient : planifier votre jeu et se battre pour chaque point ; respecter l'adversaire et relever le défi ; la compétition est amusante ; rêvez « grand » ; priorité à être une bonne personne et accepter le parcours qui a des hauts et des bas.



DISCUSSION

Les conclusions de l'examen donnent un aperçu de la compréhension des éléments clés pour que Barty soit un champion.

Planifiez votre jeu et concourez pour chaque point

Pour nous (les auteurs), l'une des idées les plus critiques sur l'état d'esprit de Barty a été trouvée lorsqu'elle a décrit son approche de la compétition, et plus précisément :

"Je pense que chaque point est important d'essayer de le jouer le mieux que vous pouvez, restez simple. Vraiment, la ligne de score pour moi n'était pas pertinente... Il s'agissait plus d'essayer de faire dignement de mon mieux pour chaque point, et de comprendre que vous allez faire des erreurs, et accepter que l'adversaire peut proposer de très bonnes choses. Vous devez accepter cela et passez à autre chose, continuez à vous focaliser sur le schémas que vous souhaitez faire ».

Cette description attire notre attention sur l'importance d'avoir un plan de match, en essayant de manière proactive de l'exécuter sur chaque point avec un engagement total, mais accepter la perfection totale n'est pas réaliste. Des erreurs seront commises et ton adversaire fera naturellement des coups gagnants exceptionnels.

Respecter l'adversaire et relever le défi

Après plusieurs matches, Barty a qualifié son adversaire de "compétitrice incroyable qui fait ressortir le meilleur en moi". Dans ces cas, Barty relève le défi de jouer à son meilleur niveau. Il semble qu'elle apprécie vraiment et attend avec impatience ces matches sous pression, sachant qu'ils l'obligeront à atteindre les limites supérieures de ses capacités. Ce sont des matches où rien de moins ne suffira qu'un niveau d'engagement exceptionnel tout au long du match. Comme le décrit Barty, "Il faut faire de son mieux et être engagé pour tout le match".

La compétition est amusante

Un autre aperçu précieux de l'approche de Barty en matière de compétition peut être glané dans sa description du "le moment, il s'agit de le saisir, il s'agit d'en profiter". Élaborant là-dessus, Barty a décrit son match en demi-finale :

« J'ai vraiment pu m'amuser aujourd'hui dès le début. Je me suis beaucoup amusé. C'était l'un de mes objectifs. Je voulais sortir et prendre plaisir à jouer dans un moment aussi incroyable, et quel que soit le résultat, quitter le terrain en sachant que j'avais apprécié et que je me suis amusé ».

Il semble que Barty adopte un moyen de s'amuser en compétition. Pour elle, le résultat des matches est quelque peu hors de propos. Il s'agit du « processus » d'être pleinement mis au défi et de savoir que la vraie satisfaction et le plaisir viennent de l'intérieur et ne dépendent pas nécessairement des résultats des matches. Réussir à faire de la compétition est une expérience intérieure précieuse d'être dans le présent, sachant qu'elle y a consacré tous ses efforts.

Rêver 'grand'

"J'espère juste avoir rendu Evonne fière", a déclaré Barty à la foule du court Central lors de son discours d'acceptation de la victoire. L'Evonne dont il est question ici est incontestablement connue de beaucoup d'entre nous. Il s'agit de la légendaire Evonne Goolagong Cawley qui avait elle-même remporté Wimbledon il y a 50 ans. Pas étonnant que Barty ait qualifié sa victoire à Wimbledon en « conformité de celle de la star » et de rêve devenu réalité « pour réaliser son plus grand rêve ».

Evonne a été l'inspiration et le mentor de Barty pendant de nombreuses années. Elle avait défié Barty de rêver en grand, affirmant que les rêves se réalisent (Cawley & Jarratt, 1993). Oui, ils se sont certainement réalisés pour Barty et Evonne, posant la question de savoir si le succès de Wimbledon se serait produit sans ces rêves. Nous supposons que nous ne le saurons jamais avec certitude, mais nous supposons que non. Barty a été inspirée pour s'engager envers le Saint Graal. Evonne lui avait donné une voie à suivre ! Comme décrit par Barty :

"... J'ai travaillé si dur toute ma carrière avec mon équipe et avec les gens qui comptent le plus pour moi pour essayer d'atteindre mes objectifs et mes rêves".



Barty n'a pas fait cavalier seul, mais il est rafraîchissant de voir une joueuse faire preuve d'autant d'ouverture et de générosité envers son équipe de soutien. Une fois de plus, nous constatons un état d'esprit véritablement inclusif, reconnaissant et désintéressé. Cela ressort à plusieurs reprises dans ses interviews, mais jamais aussi clairement que lorsque Barty reconnaît que son équipe a réussi à la faire revenir sur le court après une grave blessure à la hanche qui l'avait obligée à se retirer des récents championnats de France. Ce que nous pouvons en déduire, c'est que le "pouvoir de l'équipe" est plus grand que le "pouvoir d'un seul" individu ! À cet égard, Barty a décrit son équipe de soutien comme étant "la meilleure du monde".

Priorité à être une bonne personne

Selon Barty,

« J'ai juste essayé de vivre selon les valeurs que mes parents m'ont inculquées. Je veux dire que ça a toujours été ma priorité, c'est de m'assurer que je suis un bon être humain. Pouvoir apprendre de mes parents et de mes frères et sœurs, ma famille, a été une partie importante de mon éducation. J'ai été extrêmement chanceux d'avoir eu l'occasion d'apprendre à jouer au tennis. Mais je pense qu'être un bon être humain est absolument ma priorité chaque jour ».

Cette citation en dit long sur Barty, la personne. Cela suggère que si Barty n'avait pas atteint les plus hautes marches du tennis comme vainqueur à Wimbledon, elle aurait quand même réussi et s'épanouissait. Elle aurait encore atteint la paix intérieure et le contentement. La vie semble équilibrée pour Barty et il y a amplement de place pour le tennis et la vie en accord avec un ensemble de hautes valeurs morales et familiales et communautaires (y compris culturelles autochtones).

Accepter le parcours comporte des hauts et des bas

À plusieurs reprises, Barty a évoqué les difficultés qu'elle a rencontrées et dont elle s'est renforcée sur le chemin de la victoire à Wimbledon. Son absence du tennis après avoir remporté le Junior Wimbledon à l'âge de 15 ans est bien documentée (par exemple, Trollope, 2016), tout comme sa guérison d'une grave blessure à la hanche à Paris à quelques semaines de Wimbledon (par exemple, Battersby, 2021). Comme le dit Barty, « il s'agit simplement de trouver un moyen chaque jour ». Ce n'était apparemment pas facile par moments mais, selon Barty, elle ne changerait rien. Pas de regrets. Juste des expériences d'apprentissage! Elle pensait qu'il y avait un "bon côté" à tous les revers de fortune.

Implications pratiques pour les entraîneurs

Quels enseignements un coach peut-il tirer des réflexions de Barty ? Nous suggérons qu'un entraîneur puisse s'auto-réfléchir sur les points suivants :

- Développer et façonner l'approche du jeu d'un joueur en encourageant toujours le plaisir et le bien-être, en suscitant des attentes réalistes quant aux défis à relever, et en récompensant/reconnaissant les efforts d'un joueur pour s'entraîner, préparer les matchs et se battre pour chaque point (par rapport aux résultats des matchs).
- Mettre en place et gérer une équipe de soutien autour d'un joueur (dont la composition dépendra des besoins du joueur).
- Être un modèle exceptionnel d'éthique, de professionnalisme, d'honnêteté et de sincérité.

CONCLUSION

L'examen que nous avons effectué fournit des indices pour comprendre l'état d'esprit « gagnant » de Barty et les facteurs clés importants pour son succès (par exemple, son entraîneur, son équipe de soutien et son modèle).

En tant que tel, il y a ici une opportunité pour un entraîneur de réfléchir à sa propre pratique d'entraînement pour s'assurer qu'il adhère à des principes d'entraînement solides (Weinberg & Gould, 2019), en se concentrant sur la promotion du bien-être d'un joueur et le développement de ses capacités, de ses intérêts et de son amour du jeu.

Pour conclure, la communauté du tennis a été captivée par le charme et l'humilité de Barty dans sa quête d'excellence personnelle. Elle est le témoignage de ce qui peut être accompli avec une approche mentale, un entraîneur, un mentor et une équipe de soutien appropriés.

CONFLIT D'INTÉRÊTS ET FINANCEMENT

Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt et n'avoir reçu aucun financement pour la rédaction de cet article.

RÉFÉRENCES

- Battersby, K. (2021, July 10). Barty: I want young girls and boys to believe in their dreams. https://2021.wimbledon.com/webview/en_GB/news/articles/2021-07-10/barty_i_want_young_girls_and_boys_to_believe_in_their_dreams.html?external=true
- Cawley, E., & Jarratt, P. (1993). Home! The Evonne Goolagong story. Simon and Schuster.
- Patton, M. Q. (2002) Qualitative evaluation and research methods. Sage.
- Trollope, M. (2016). Barty 2.0. Australian Tennis Magazine; Asia and the Pacific, 41(9), 72.
- Weinberg, R. S. & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology. Human Kinetics.
- Wimbledon (2021) Interviews. https://www.wimbledon.com/en_GB/news/index.html?filter=interview

Copyright © 2022 Janet A. Young et Alan J. Pearce



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons Attribution 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 correctement créditer l'œuvre originale, fournir un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été apportées. Vous pouvez le faire de toute manière raisonnable, mais pas d'une manière qui suggère que vous avez l'approbation du concédant de licence ou que vous la recevez pour votre utilisation du travail.

[CC BY 4.0 Résumé de la licence](#). [CC BY 4.0 Texte intégral de la licence](#)

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF ACADEMY (CLIQUEZ)

