



Les entraîneurs, véritables modèles pour les joueurs: Analyse de leur influence.

Janet Young.

Victoria University, Australie.

RÉSUMÉ

Dans cet article, nous traiterons du rôle de modèle que les entraîneurs sont amenés à jouer et de l'influence considérable que ces derniers exercent sur le développement tennistique des joueurs, mais aussi sur leur parcours de vie et sur l'affirmation de leur personnalité. Nous vous proposerons également des conseils pour devenir un modèle positif pour les joueurs.

Mots clés: Entraîneur, Modèle.

Article reçu: 1 Octobre 2014.

Article accepté: 1 Novembre 2014.

Auteur correspondant: Janet Young,
Victoria University, Australie.

Email: Janet_young7@yahoo.com.au

INTRODUCTION

Tous les entraîneurs apparaissent comme des figures marquantes du sport. Cette image leur confère une grande influence, surtout auprès de jeunes joueurs qui se laissent facilement impressionner. C'est pourquoi il nous semble intéressant de tenter de répondre à plusieurs questions: qu'est-ce qu'un modèle? En quoi joue-t-il un rôle important? Que peuvent faire les entraîneurs pour devenir le meilleur modèle possible?

QU'EST-CE QU'UN MODÈLE?

Si la notion de modèle a été définie de multiples façons par de nombreux auteurs, on constate néanmoins que toutes les définitions que l'on peut trouver dans la littérature s'articulent autour d'un concept commun: les modèles sont des personnes qui deviennent une source de motivation, d'inspiration ou de soutien pour d'autres personnes, qui aspirent alors à reproduire leur comportement (Payne, Reynolds, Brown et Fleming, 2002). Les modèles établissent des normes de conduite et deviennent une référence pour autrui.

QUI JOUE LE RÔLE DE MODÈLE?

Il est généralement admis que les parents sont le modèle dominant, en particulier chez les enfants. On estime que leur influence évolue au fil du temps, à mesure que d'autres figures importantes, telles que des enseignants, des entraîneurs, des pairs ou encore des personnes célèbres, s'imposent comme des « personnes d'influence ». Il a été établi que les garçons comme les filles sont plus susceptibles de s'identifier à un modèle du même sexe. Cet état de fait est facile à comprendre puisque des personnes du même sexe partagent davantage de points communs.

DANS QUELLE MESURE UN MODÈLE PEUT-IL INFLUENCER D'AUTRES PERSONNES?

L'influence potentielle d'un modèle est très vaste. Un modèle peut en effet influencer sur les pensées, les sentiments, les valeurs, les comportements ou les actions d'autrui. Comment est-ce possible ? Il s'agit d'un processus naturel: les personnes qui se laissent influencer par un modèle finissent tout simplement par imiter ou adopter certains, voire la totalité, de ses comportements. Il peut s'agir de ses propos, de ses actions, de son style vestimentaire, de sa manière d'animer ses séances d'entraînement ou de mener ses activités, ou encore de son mode de vie. Ainsi, force est de constater que toutes les influences ne sont pas nécessairement positives. Certaines influences peuvent même se révéler négatives, certains modèles incitant autrui à adopter des comportements allant à l'encontre de la loi, de l'éthique ou de la morale ou encore des comportements irrespectueux ou destructeurs. C'est par exemple ce qui se produit lorsque des personnes célèbres font la une des journaux parce qu'elles ont conduit en état d'ébriété, qu'elles ont truqué des matchs ou qu'elles font l'objet d'accusation de dopage ou d'atteinte à l'ordre public.

QU'EN EST-IL DES ENTRAÎNEURS?

L'influence d'un entraîneur peut aller bien au-delà des limites du terrain de tennis pour s'étendre à la vie personnelle des joueurs. Ce phénomène est parfaitement illustré par l'hommage qu'a rendu Rafael Nadal à son entraîneur Toni:

« Tous les succès que j'ai connus dans le tennis, toutes les opportunités que j'ai eues n'auraient pas été possibles sans lui. Ce pour quoi je lui suis le plus reconnaissant, c'est d'avoir veillé depuis le début à ce que je garde les pieds sur terre pour que je ne devienne pas imbu de moi-même... il me pousse sans cesse à progresser et à devenir meilleur. » (Nadal, 2012, p. 263).

Le légendaire entraîneur de basketball américain John Wooden, unanimement reconnu comme le plus grand

entraîneur du XXe siècle, a toujours défendu avec force l'idée selon laquelle les entraîneurs devaient agir comme des modèles positifs. Vous trouverez au tableau 1 certains des principes clés qu'il a énoncés à l'intention des entraîneurs et enseignants.

Messages clés adressés aux entraîneurs
<ul style="list-style-type: none"> • Représenter un modèle positif pour les autres est la forme d'enseignement la plus efficace qui soit. Les jeunes ont davantage besoin de bons modèles que de critiques. • Votre principale responsabilité en tant qu'entraîneur est de faire figure d'exemple à suivre. • C'est en montrant l'exemple que les leaders ont le plus de chances de convaincre les autres. Les leaders ne se contentent pas de dire quoi faire : ils en font la démonstration par les actes. • Aucun mot ni aucune parole ne peuvent enseigner à nos jeunes comment se comporter. Ni même tous les livres de toutes les bibliothèques. C'est la façon dont les enseignants se comportent eux-mêmes. • Nous avons besoin de modèles qui sont bons et positifs. • N'oubliez pas que vous êtes responsable de la perception qu'ont les autres de vous, mais que vous représentez aussi d'autres personnes, qui sont responsables de vous ; votre apparence et votre conduite ne doivent en aucune circonstance vous déshonorer, vous ou ceux que vous représentez. L'allure soignée, la politesse et les bonnes manières sont des qualités qui devraient caractériser toute personne qui exerce une grande influence sur les jeunes, et vous faites sans aucun doute partie de cette catégorie. Soyez un bon exemple. • Changer la vie (de ceux que nous entraînons) est ce qui compte le plus.

Tableau 1. Principes sur l'importance de représenter un modèle positif, énoncés par John Wooden (1997) à l'intention des entraîneurs et des enseignants.



Les principes repris dans le tableau 1 mettent en lumière non seulement les lourdes responsabilités qui pèsent sur les épaules des entraîneurs à l'égard de leurs élèves, mais également les perspectives qui leur sont offertes en étant des modèles positifs. Ils ont en effet la chance de pouvoir guider, motiver, inspirer et accompagner des joueurs tout au long de leur évolution, en les aidant ainsi à développer leur talent, leur potentiel, leur caractère et leur créativité dans un seul but : donner le meilleur d'eux-mêmes, sur le court comme en dehors. De ce fait, les entraîneurs ont le privilège de pouvoir avoir une influence marquante sur la vie de ceux et celles qu'ils entraînent.

COMMENT LES ENTRAÎNEURS PEUVENT-ILS DEVENIR DES MODÈLES POSITIFS?

Il est primordial que les entraîneurs prennent pleinement conscience de la responsabilité qui leur incombe d'agir comme des modèles positifs, qu'ils en comprennent les enjeux et qu'ils assument cette responsabilité. Dans cette perspective, nous vous proposons plusieurs conseils au tableau 2.

Recommandations (d'après Wooden et Jamison, 1997 ; Young, 2009)
<ul style="list-style-type: none"> • Ayez le bien-être de vos joueurs à cœur et donnez la priorité à leur développement personnel : donnez-vous pour principale mission de les aider à affirmer leur personnalité et à atteindre leur plein potentiel. • Mettez en avant les efforts déployés par les joueurs à l'entraînement et en compétition (plutôt que de vous concentrer uniquement sur les victoires ou sur les résultats au tableau d'affichage) et sachez les récompenser pour ces efforts. • Mettez l'accent sur les qualités exemplaires, telles que la détermination, l'assiduité, la résilience, la passion, l'intégrité, l'honnêteté, la sportivité, le respect, l'équité et l'inclusion. • Veillez à adopter en toutes circonstances un comportement qui soit conforme à la loi, à l'éthique et à la morale ainsi que des pratiques saines, que ce soit dans vos fonctions d'entraîneur ou dans votre vie personnelle. Assurez-vous de respecter le Code de déontologie des entraîneurs de l'ITF (ou la version adaptée, qui a été adoptée par votre club de tennis ou votre fédération nationale). Faites en sorte que vos actes soient en accord avec vos paroles. Montrez l'exemple (ne vous contentez pas de diriger et de donner des instructions). • Appliquez la règle d'or : comportez-vous avec les autres comme vous aimeriez qu'ils se comportent avec vous. Donnez de votre temps et de votre énergie, aidez les autres sans forcément attendre quoi que ce soit en retour. • Tirez des leçons du passé, mais vivez dans le présent : envisagez l'avenir avec optimisme. • Sachez apprécier votre rôle d'entraîneur : prenez conscience que vous faites partie d'un groupe de personnes privilégiées qui ont les compétences et la chance de pouvoir dispenser un enseignement à d'autres personnes. Montrez sans retenue votre amour du jeu et de l'entraînement. • Cherchez constamment à vous développer sur les plans professionnel et personnel. Par exemple : participez à des programmes de formation, restez à l'affût des dernières nouveautés dans le domaine de l'entraînement, consultez vos pairs et trouvez un mentor. Ayez pour ambition d'apprendre tout au long de votre vie. • Donnez le meilleur de vous-même à chaque séance d'entraînement et dans chaque projet que vous entreprenez. • Accordez un soin tout particulier à la préparation et à la planification de vos séances d'entraînement. Réfléchissez au moindre aspect de votre travail, car ce sont les détails qui font toute la différence. Apprenez à bien vous organiser et devenez un expert dans la gestion du temps.

Tableau 2. Recommandations à l'intention des entraîneurs: l'art de devenir un modèle positif.



CONCLUSION

Tous les entraîneurs sont des modèles (Lyle, 2013). Si ce rôle implique des responsabilités, il offre également aux entraîneurs la possibilité d'exercer une influence positive sur les joueurs à mesure qu'ils développent leur jeu, qu'ils affirment leur personnalité et qu'ils posent les jalons de leur propre vie. Il n'y a rien de plus gratifiant pour un entraîneur que de recevoir des marques de reconnaissance et d'éloge pour le rôle essentiel qu'il a joué dans le développement sportif et personnel d'un joueur. Novak Djokovic nous a récemment donné un parfait exemple du rôle inestimable que peuvent jouer les entraîneurs lorsqu'il a rendu hommage à sa première entraîneuse, Jelena Gencic, à la suite de sa disparition:

« Jelena a été ma première entraîneuse, un peu comme une deuxième mère. Nous étions très proches tout au long de ma vie et elle m'a enseigné beaucoup de choses qui ont contribué à faire de moi l'homme que je suis aujourd'hui. J'espère pouvoir continuer à perpétuer l'héritage qu'elle m'a laissé, car elle m'a enseigné beaucoup de choses, non seulement à moi, mais aussi à tous ceux qui étaient proches d'elle. Je me sens redevable, car Jelena a travaillé avec des enfants âgés de 5-6 ans à 12-13 ans ; elle a consacré toute sa vie à cette génération et au tennis. » (The Independent, 2014).

Rien de mieux ne peut arriver au tennis que de compter parmi ses rangs des entraîneurs qui saisissent à bras le corps la chance qui leur est offerte de devenir une influence positive dans la vie d'autrui en donnant le meilleur d'eux-mêmes et en tirant parti de toutes leurs connaissances pour dispenser à leurs élèves le meilleur enseignement possible.

RÉFÉRENCES

- International Tennis Federation Code of Ethics for Coaches (n.d.). Tomado del 25 de noviembre de 2014 de <http://en.coaching.itftennis.com/resource-centre/code-of-ethics.aspxpracticalinfo/codeofethics.asp>
- Code de déontologie des entraîneurs de la Fédération internationale de tennis (s.d.). Document téléchargé le 25 novembre 2014 à l'adresse <http://en.coaching.itftennis.com/resource-centre/code-of-ethics.aspxpracticalinfo/codeofethics.asp>
- Lyle, J. (2013). Role models, sporting success and participation: A review of sports coaching's ancillary roles. *International Journal of Coaching Science*, 7(2), 25-40.

- Nadal, N. & Carlin, J. (2012). *Rafa: My story*. London: Little, Brown Book Group.
- Payne, W. R., Reynolds, M., Brown, S., & Fleming, A. (2003). Sports role models and their impact on participation in physical activity: A literature review. Tomado del 23 de noviembre de 2014 de <http://www.sportdevelopment.org.uk/sportrolemodel2001.pdf>
- The Independent. (2014). French Open: Tributes paid to coach who first saw talent in Novak Djokovic. Tomado del 5 de noviembre de 2014 de <http://www.independent.co.uk/sport/tennis/french-open-tributes-paid-to-coach-who-first-saw-talent-in-novak-djokovic-8643033.html>
- Wooden, J., & Jamison, S. (1997). *Wooden: A lifetime of observations and reflections on and off the court*. New York, NY: Contemporary Books.
- Young, J. A. (2009). The right thing to do. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 47, 7-9.

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2014 Janet Young.



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](#)