



Comprendre les pressions auxquelles font face les entraîneurs : le point de vue de jeunes entraîneurs britanniques s'occupant de jeunes joueurs de tennis de haut niveau

Callum Gowling^a

^a Liquid Sport Psychology, Royaume-Uni.

RÉSUMÉ

Malgré un corpus toujours plus abondant de recherches portant sur l'entraînement sportif, on sait encore peu de choses sur ce que vivent les entraîneurs qui travaillent avec de jeunes joueurs de tennis de haut niveau. L'étude que nous présentons ici avait pour objet d'examiner le vécu de huit entraîneurs de tennis britanniques peu expérimentés et de décrire le quotidien d'un entraîneur qui s'occupe d'un jeune joueur d'élite. Une analyse phénoménologique interprétative (API) menée auprès de huit entraîneurs de tennis débutants (ayant un à quatre ans d'expérience) donne un aperçu de la manière dont ces derniers perçoivent le métier d'entraîneur de jeunes joueurs de tennis de haut niveau. Cette étude a permis d'aboutir aux constatations suivantes : a) le métier d'entraîneur est concurrentiel lorsqu'il est exercé de manière indépendante ; b) les entraîneurs ayant peu d'expérience sont surpris par la nature de leurs rapports avec les parents ; et c) les entraîneurs novices éprouvent des difficultés à s'adapter aux réalités du métier, ce qui suscite chez eux un certain désenchantement par rapport à leur profession. Les conclusions de ces travaux de recherche viennent alimenter une épistémologie de l'entraînement sportif qui est en pleine évolution, mais qui demeure problématique, et mettent en exergue la nécessité d'instaurer un système de formation des entraîneurs qui permette d'améliorer l'initiation des nouveaux entraîneurs au métier qu'ils s'apprennent à exercer. Les résultats de l'étude sont également, pour les instances dirigeantes, une occasion à saisir pour éclairer les recherches dans le domaine de la formation des entraîneurs et aider les entraîneurs de tennis à trouver leurs marques dans un rôle éprouvant sur le plan émotionnel.

Mots clés: analyse phénoménologique interprétative, entraînement, joueurs de haut niveau, comportements.

Article reçu: 30 Mai 2019

Article accepté: 02 Septembre 2019

Auteur correspondant: Callum Gowling, Liquid Sport Psychology, Royaume-Uni.

Email:

callumgowling@btinternet.com

INTRODUCTION

À quoi la vie d'un entraîneur de tennis ressemble-t-elle au juste ? On travaille en extérieur, sous le soleil ; on fait de l'exercice régulièrement ; on gagne sa vie en venant en aide aux autres ; et on a l'occasion de continuer à pratiquer un sport qui nous a toujours passionnés. Bref, un entraîneur de tennis exerce un métier de rêve. Il y a cependant un revers à la médaille : comme dans d'autres professions où l'on prend soin d'autrui, à l'image des enseignants, des infirmières ou des médecins, les entraîneurs de tennis sont confrontés à des défis qui peuvent peser sur leur vie personnelle, leurs relations professionnelles, leur motivation au travail et leur bien-être mental.

Les entraîneurs de tennis exercent un métier à bien des égards semblable à celui d'artistes qui se produisent devant un public, dans la mesure où, pour assurer le développement et la réussite de leurs athlètes, ils doivent se servir de leurs capacités de communication, faire des présentations et des démonstrations et solliciter leurs aptitudes psychologiques (Kelly *et al.*, 2018). S'ils souhaitent être efficaces dans leur travail, les entraîneurs doivent préserver leur bien-être mental pour être à même d'observer les traits caractéristiques de leurs athlètes et de s'y adapter. Les difficultés qui viennent perturber cet équilibre mental peuvent nuire à la prestation des entraîneurs, à leur motivation, à la relation qu'ils entretiennent avec leurs athlètes ainsi qu'à leur estime

personnelle. Par ailleurs, l'exposition prolongée au stress peut conduire à un phénomène d'épuisement professionnel, qui fait que les entraîneurs se lassent de leur travail et finissent par quitter la profession (Lundkvist *et al.*, 2012).

Dans cet article, nous nous intéressons aux expériences d'entraîneurs de tennis britanniques qui exercent ce métier depuis moins de quatre ans et mettons en évidence certains des aspects qu'ils trouvent difficiles à supporter. À titre d'exemple, ils peinent à s'accommoder de la nature concurrentielle de leur métier, qui s'explique par le fait que de nombreux entraîneurs au Royaume-Uni travaillent à leur compte. En effet, il s'avère difficile de bâtir des relations professionnelles positives sachant que les entraîneurs se trouvent dans l'obligation de maintenir les revenus qu'ils tirent de cette activité indépendante pour subvenir à leurs besoins. En favorisant une meilleure compréhension des défis auxquels font face les entraîneurs de tennis et de la manière dont ces défis influent sur leurs comportements, il est possible d'aider les éducateurs et les instances dirigeantes à préparer les entraîneurs à ce qui les attend. Le rapport présenté ici montre que les jeunes entraîneurs de tennis perçoivent leur métier comme étant concurrentiel et éprouvant en raison des relations qui sont souvent conflictuelles avec les parents. Les données recueillies laissent penser que les entraîneurs disposant de moins de quatre ans d'expérience s'accommodent difficilement du climat de compétition et de conflit qui règne dans leur profession, ce qui fait naître chez eux un sentiment de désenchantement par rapport au métier d'entraîneur.

MÉTHODE

L'étude consistait en une analyse phénoménologique interprétative (API) réalisée auprès de huit entraîneurs de tennis qui disposaient de peu d'expérience et travaillaient avec de jeunes joueurs de tennis de haut niveau au Royaume-Uni. Les participants comprenaient sept hommes et une femme, âgés de 23 à 36 ans. Ils travaillaient dans les régions suivantes : Écosse (1), nord de l'Angleterre (3), centre de l'Angleterre (1), sud de l'Angleterre (2) et pays de Galles (1). Ils avaient 1 à 4 ans d'expérience en tant qu'entraîneurs de jeunes joueurs de haut niveau (Flett *et al.*, 2012). Au moment de l'étude, les participants travaillaient aux côtés de jeunes joueurs de tennis d'élite et détenaient un diplôme d'entraîneur de niveau 4 ou 5 de la Fédération britannique de tennis (LTA). Les joueurs dont ils s'occupaient étaient âgés de 11 à 18 ans, ce qui correspond au stade de la balle jaune selon le système de compétition de la LTA. Dans le cadre de l'étude, un « jeune joueur de haut niveau » désignait un joueur de la catégorie junior qui prenait part à des compétitions de niveau national ou supérieur (Rees *et al.*, 2016). Les entretiens étaient semi-structurés et avaient pour objectif de comprendre la manière dont les participants percevaient leur expérience en tant qu'entraîneur de jeunes joueurs de tennis de haut niveau. Les entretiens, d'une durée de 1,5 heure à 3,5 heures, ont été enregistrés au format audio. Ils ont été transcrits, puis les transcriptions ont été imprimées et analysées conformément à la procédure applicable aux API.

RÉSULTATS

L'étude a fait ressortir les éléments suivants : a) le métier d'entraîneur est concurrentiel lorsqu'il est exercé de manière indépendante ; b) les entraîneurs ayant peu d'expérience sont surpris par la nature de leurs rapports avec les parents ; et c) les entraîneurs novices éprouvent des difficultés à s'adapter aux réalités du métier, ce qui suscite chez eux un certain désenchantement par rapport à leur profession.

Le métier d'entraîneur est concurrentiel lorsqu'il est exercé de manière indépendante

Les participants ont indiqué que l'environnement dans lequel ils exerçaient leur métier était exigeant et ont estimé que le fait de travailler à son compte était un problème, car cela créait un climat de concurrence. La nature indépendante de leur activité donnait certes aux entraîneurs la liberté de travailler avec les personnes de leur choix et de décider de leur emploi du temps, mais elle compliquait les rapports qu'ils entretenaient avec d'autres entraîneurs. Amy, une des participantes, a expliqué en quoi le fait de travailler à son compte rendait le métier d'entraîneur concurrentiel :

« De nombreux entraîneurs travaillent à leur compte, mais il y aurait peut-être une meilleure entente entre eux s'ils étaient employés. C'est un métier où il y a des egos démesurés et une très forte rivalité parce que chacun exerce son activité en tant qu'indépendant... L'individualisme et les problèmes que l'on rencontre dans notre métier sont dus à notre sentiment d'insécurité par rapport à notre situation personnelle et à nos revenus. »

La rivalité entre les entraîneurs a été constamment évoquée par les participants, lesquels ont laissé entendre que la nature indépendante de leur activité jouait pour beaucoup dans ce climat concurrentiel. Voici ce que Phil a déclaré à ce sujet : « Je pense qu'ils (les entraîneurs) ont l'impression que les intérêts des enfants passent au second plan et que leur métier se résume parfois à une compétition (entre entraîneurs). Chacun lutte pour sa survie. »

On peut supposer que le fait de travailler à son compte pousse les entraîneurs à considérer les autres comme des rivaux. Les participants éprouvaient des difficultés à s'adapter à la nature du métier d'entraîneur indépendant et à concilier le côté concurrentiel avec le besoin de solliciter l'aide d'autres entraîneurs. C'était par exemple le cas de Peter : « J'aimerais pouvoir aller dans un autre centre d'entraînement et discuter de mes joueurs avec d'autres entraîneurs. Mais s'ils (les autres entraîneurs) trouvaient une solution à un de mes problèmes, ils voudraient que je leur en attribue le mérite ou même que je leur laisse mon joueur. » Du fait qu'ils travaillaient à leur compte, les participants percevaient les autres entraîneurs comme des rivaux.

Il apparaissait difficile pour les participants d'apporter leur contribution à une plus grande cohésion au sein de la communauté des entraîneurs, car ils considéraient les autres entraîneurs comme une menace pour leurs revenus. Ainsi, Nathan a expliqué ce qui suit : « On ne peut pas se permettre de parler de nos problèmes avec d'autres entraîneurs, sinon

on perdrait la face. En fin de compte, ils (les autres entraîneurs) sont nos concurrents.» Le fait d'exercer une activité indépendante continuait d'influer sur le comportement des participants à l'égard des autres entraîneurs et les incitait à faire preuve d'une certaine méfiance à leur rencontre.

Les entraîneurs ayant peu d'expérience sont surpris par la nature de leurs rapports avec les parents

Il est ressorti de l'étude que les participants étaient surpris par la nature de leurs échanges avec les parents des joueurs auxquels ils enseignaient le tennis. Au moment d'évoquer les rapports qu'ils entretenaient avec les parents, les participants ont souvent fait état de différends. On peut notamment citer l'exemple de Josh : « Les parents ont-ils peur de critiquer les entraîneurs plus âgés parce qu'ils sont plus vieux qu'eux ou parce que ce sont des entraîneurs nationaux dont ils espèrent obtenir des faveurs ? Lorsque je suis confronté à ce genre de parents, j'ai envie de les remettre à leur place. »

Sans surprise, les parents occupent une place importante dans la vie des entraîneurs de tennis, car ce sont eux qui conduisent leurs enfants aux séances d'entraînement. Les participants ont tous fait part de leur étonnement par rapport à la nature de leurs échanges avec les parents. Nathan s'est par exemple interrogé en ces termes : « Pourquoi les parents ont-ils autant leur mot à dire au tennis, alors que ce n'est pas le cas dans d'autres sports ? Le tennis est LE sport dans lequel les parents ont le sentiment qu'ils peuvent tout simplement venir dire à l'entraîneur qu'ils ne sont pas contents de lui. » Le manque d'expérience des participants en matière de communication avec les parents pourrait laisser penser qu'ils se sentaient mal à l'aise dans leurs rapports avec eux et que les situations qu'ils ont vécues ont créé chez eux un manque de confiance.

Les participants ont décrit les attitudes des parents comme allant d'un extrême à l'autre, dans la mesure où elles pouvaient être très positives comme très négatives. Comme l'a fait remarquer Josh, « lorsque leur enfant gagne, les parents sont très heureux ; mais lorsqu'il perd, alors ils considèrent que mon travail d'entraîneur ne vaut rien. » Les participants n'ont eu de cesse de décrire les parents comme des personnes difficiles à satisfaire ou s'attendant à des résultats immédiats. Cette situation minait leur confiance en eux, car ils ne se sentaient pas capables de garantir des résultats positifs en permanence et donc de rester dans les bonnes grâces des parents.

Les entraîneurs novices éprouvent des difficultés à s'adapter aux réalités du métier, ce qui peut susciter un certain désenchantement par rapport à leur profession

Les participants ne se sentaient pas à l'aise dans leur environnement professionnel et, dès le début de leur carrière, certains signes sont apparus qui laissaient penser qu'ils s'interrogeaient quant à leur envie de continuer à exercer cette profession. Josh a fait part de ses doutes : « Je ne me vois vraiment pas continuer (à exercer le métier d'entraîneur) au-delà de mes 30-35 ans. Je serai peut-être devenu fou d'ici là ! Espérons que j'arrive à mener un joueur au haut niveau et à

l'accompagner sur le circuit pour que je puisse laisser derrière moi les parents et leurs reproches. »

Le principal problème aux yeux des participants était toujours le même, à savoir le climat de concurrence et les conflits avec les parents. Avec moins de quatre années d'expérience dans le domaine de l'entraînement de joueurs d'élite, les participants ne semblaient pas suffisamment préparés pour faire face efficacement aux situations auxquelles ils étaient confrontés. Nathan s'est exprimé en ces termes : « Le monde des entraîneurs de tennis est surprenant. Tout le monde (les parents et les entraîneurs) se déteste ! Il y a tellement d'histoires... ceux qui essayent de voler les joueurs des autres, les parents qui ne font que se plaindre et les entraîneurs qui font des coups bas. C'est vraiment usant comme métier. »

Les difficultés que les participants rencontraient dans l'exercice du métier d'entraîneur commençaient à nuire à leur épanouissement professionnel, ce qui les a amenés à se demander s'ils souhaitaient ou non poursuivre leur carrière. Phil a fait le constat suivant : « Ce n'est pas un métier dans lequel on continue d'éprouver autant de satisfaction qu'à ses débuts, je crois. Et c'est ce qui est inquiétant. Combien y a-t-il d'entraîneurs qui pensent comme moi ? Je n'aime plus ça (entraîner). Il doit y en avoir beaucoup (des entraîneurs qui ont ce sentiment). »

Les stratégies d'adaptation jouent un rôle important dans la vie professionnelle de toutes les personnes actives, car elles leur permettent de tenir bon dans l'adversité. Il faut du temps pour développer ce type de stratégies (Thelwell *et al.*, 2010 ; Kelly *et al.*, 2018), et les personnes qui ont participé à l'étude peinaient à faire face aux obstacles qui se dressaient sur leur route, ce qui influait de manière négative sur leur satisfaction professionnelle et sur leur désir de continuer à exercer le métier d'entraîneur.

DISCUSSION

Les éléments qui ressortent de cette étude mettent en lumière plusieurs problèmes auxquels les entraîneurs de tennis ayant peu d'expérience sont confrontés dans leurs activités quotidiennes.

Tout d'abord, l'étude a démontré que le fait de travailler à son compte était un facteur qui jouait un rôle important dans la perception qu'avaient les participants des autres entraîneurs de tennis et qui était associé à la méfiance qu'ils éprouvaient à l'égard de ces derniers. Les participants ont fait état de comportements négatifs envers les autres entraîneurs, comportements qu'ils associaient généralement au fait qu'ils exerçaient leur métier en tant qu'indépendants. Ils ont également indiqué qu'ils craignaient d'avoir une réputation moins bonne que celle d'autres entraîneurs, car cela pouvait avoir des conséquences immédiates sur leurs revenus (Cassidy *et al.*, 2016).

Ensuite, les participants ont laissé entrevoir une certaine intolérance par rapport à l'intervention des parents dans le tennis de haut niveau. Les rapports avec les parents constituent un facteur de stress pour les entraîneurs (Knight et Harwood, 2009) et cette étude a révélé des comportements

méfiant à l'égard des parents. Les participants ont exprimé leur volonté de limiter les échanges avec les parents de joueurs et ont souligné le malaise qu'ils ressentaient par rapport à l'implication des parents.

Enfin, les participants ont laissé transparaître un manque de confiance dans l'exercice de leur métier et ont fait part d'une certaine démotivation lorsqu'ils étaient incapables de faire face aux défis qu'ils rencontraient. Les entraîneurs peu chevronnés ont indiqué être en proie à des conflits intérieurs en ce qui concernait leur satisfaction professionnelle, ce qui avait un effet négatif sur leur motivation à poursuivre leur carrière d'entraîneur de tennis (Kelchtermans, 2009a ; 2009b).

CONCLUSION

Les résultats de l'étude conduisent à penser que les entraîneurs disposant d'une expérience limitée ont besoin d'un soutien émotionnel à un stade précoce de leur carrière. Bandura a fait remarquer qu'il était difficile de réaliser de grandes choses lorsqu'on doutait de ses capacités (1997, p. 118), et les éléments mis en évidence tout au long de cette étude témoignent du fait que les participants étaient sujets à un manque de confiance en eux. Les constatations tirées de cette étude viennent étayer les affirmations selon lesquelles il serait possible, dans le domaine de la formation des entraîneurs, de mieux exploiter les connaissances d'entraîneurs chevronnés afin de préparer les nouveaux professionnels à leur métier (Cushion, Jones et Armour, 2003). Les participants se sont montrés préoccupés par les défis auxquels ils devaient faire face dans leurs activités au quotidien, et leurs préoccupations avaient une incidence néfaste sur leur désir de poursuivre leur métier d'entraîneur (Bleach, 2019).

Si l'on enseignait aux nouveaux entraîneurs les mécanismes d'adaptation auxquels les professionnels aguerris ont recours, cela permettrait : a) de sensibiliser les nouveaux entraîneurs au fait qu'ils devront surmonter des obstacles sur le plan émotionnel tout au long de leur carrière ; et b) de les aider à choisir des stratégies d'adaptation qui ont fonctionné pour d'autres entraîneurs.

RÉFÉRENCES

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman & Company.
- Bleach, C., (2019). *Fragile Learning: The Influence of Anxiety*, *Psychodynamic Practice*, 25:1, 86-90, DOI: 10.1080/14753634.2018.1499038, <https://doi.org/10.1080/14753634.2018.1499038>
- Cassidy, T., Jones, R. & Potrac, P. (2016). *Understanding Sports Coaching: The pedagogical, social and cultural foundations of coaching practice*. Third edition. New York: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203797952>
- Cushion, C.J., Armour, K.M. & 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>
- Flett, R. Gould, R. Griffes, K. & Lauer, L. (2012). *The views of*

more versus less experienced coaches in undeserved communities. *International Journal of Coaching Science*, Vol 6 (1), pp 3 – 26.

- 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>
- Kelchtermans G. (2009b) *Career Stories as Gateway to Understanding Teacher Development*. In: Bayer M., Brinkkjær U., Plauborg H., Rolfs S. (eds) *Teachers' Career Trajectories and Work Lives*. *Professional Learning and Development in Schools and Higher Education*, vol 3. Dordrecht: Springer
- Kelly, S. Thelwell, R. Barker, J. B. & Harwood, C. G. (2018). Psychological support for sport coaches: an exploration of practitioner psychologist perspectives, *Journal of Sports Sciences*, 36:16, 1852-1859, DOI: 10.1080/02640414.2018.1423854, <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1423854>
- Knight, C. J. & Harwood, C. G. (2009). Exploring Parent-Related Coaching Stressors in British Tennis: A Developmental Investigation, *International Journal of Sports Science & Coaching* Volume 4, Number 4, p 545 – 565, <https://doi.org/10.1260/174795409790291448>
- Lundkvist, E. Gustafsson, H. Hjälms, S. & Hassmén, P. (2012). An interpretative phenomenological analysis of burnout and recovery in elite soccer coaches, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 4:3, 400-419, DOI: 10.1080/2159676X.2012.693526, <https://doi.org/10.1080/2159676X.2012.693526>
- Rees, T. Hardy, L. Gullich, A. Abernethy, B. Cote, J. Woodman, T. Montgomery, H., Laing, S. & Warr, C. (2016). The Great British Medalists Project: A Review of Current Knowledge on the Development of the World's Best Sporting Talent. *Sports Med*, Vol 46, pp 1041 – 1058, <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0476-2>
- Thelwell, R. C., Weston, N. J., & Greenlees, I. A. (2010). Coping with stressors in elite sport: A coach perspective. *European Journal of Sport Science*, 10, 243e253, <https://doi.org/10.1080/17461390903353390>

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2019 Callum Gowling



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