



Intervention EM LYON Colloque Sport et Management
8 et 9 septembre 2006

Contribution au Colloque « COACHING SPORT ET MANAGEMENT » ICF – EM LYON

*BERTRAND HAUMONTE, coach, formateur et éducateur sportif et
Frédéric HAUMONTE, COACH, formateur en management*

Résumé

Il s'agit de jeter les fondements d'un développement durable de la performance dans le sport et dans l'entreprise. Nous mettons en évidence cinq pôles incontournables, à considérer et à respecter pour mettre en place l'équilibre vital nécessaire à la réussite de l'individu dans la continuité et la régularité. En un mot, il s'agit de montrer que l'éthique est le moteur de la PERFORMANCE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE !

La prise en compte de l'homme dans l'optimisation et dans la durabilité de ses performances, aussi bien dans le sport que dans l'entreprise, passe par le développement de son « Equilibre Dynamique de Vie ». C'est bien la cohérence personnelle ou la réalisation de soi qui est la finalité de toute action !

Un sportif qui remporte une fois un championnat du monde mérite les félicitations et de la reconnaissance pour son travail et ses performances.

Un sportif qui fait une carrière auréolée de victoires multiples (cf. Sébastien LOEB en rallye, Michael SCHUMACHER en F1, Pete SAMPRAS en tennis) est un grand champion qui mérite respect et congratulations pour sa persévérance, sa stratégie de la gagne sur le long terme, vraisemblablement son hygiène de vie...

Un sportif qui a eu une carrière admirable et remplie de succès et qui en plus réussit dans sa vie privée à trouver un équilibre, à développer de la cohésion autour de lui, à contribuer au développement, à aider les autres... est non seulement un brillant athlète mais aussi et surtout un homme accompli. Voilà l'essentiel ! Nombre de grands sportifs sont ou ont été aussi des personnes engagées pour faire avancer société. Pensons à Dominique ROCHETEAU, président aujourd'hui de la commission éthique de football, à ZIDANE, marié et père de 4 garçons, qui contribue notamment à travers l'association ELA, à La Fondation Roger FEDERER qui a vu le jour à Noël en 2003 et qui a pour but d'encourager la jeunesse à pratiquer du sport et de financer des projets en faveur d'enfants démunis et bien d'autres...

Qu'est-ce qui fait cette différence ?

Il paraît ici important de distinguer le coaching de performance et le coaching de vie. Il y a différence et complémentarité. Quelle finalité embrasse la performance ? Quel sens cela a-t-il d'être leader mondial du marché ? Gagner tout l'or du monde et après ?

Victor FRANKL a mis en évidence la notion du sens de la vie comme primordial à la réalisation de l'homme. C'est le niveau le plus haut sur l'échelle de Dilts ! « *L'homme se nourrit autant de sens que de pain* » écrit Isabelle FILLIOZAT...

C'est bien l'éthique que j'ai choisie d'adopter et de vivre qui est le point d'ancrage de toute démarche de performance et de sens.

A cet égard, Aimé JACQUET disait : « *Il y a des qualités essentielles dans la vie : l'honnêteté, le respect. Il faut être clair, direct, sincère, sans ambiguïté, chaleureux. Ce sont des valeurs indispensables pour créer un climat de confiance.* ».

Cinq piliers pour une performance durable

Premier Pilier : l'Identité



Gersende DELORYS, coach, préparateur mental et consultante, également responsable de la commission d'expertise sportive du Paris Université Club, écrit sur le blog de l'Express après la Coupe du Monde en Allemagne :

*« Comme entraîneur de sportifs de haut niveau, je ne consacre que 10 % de mon temps à la préparation mentale. **Le gros de mon activité, c'est un travail sur l'identité.** Pourquoi je cherche la performance ? Pour aller où ? Au service de quoi ? A quel prix ? Un mot synthétise tout mon travail : celui d'ontologie. Autrement dit : la science de l'être. »*

Cette question rejoint le sens de mon activité. Les crises identitaires sont légion : chez les sportifs. Citons par exemple les difficultés que rencontre une Jeannie Longo dans le cyclisme féminin ou la belle histoire de Lilian THURAM revenant à la compétition alors qu'il avait décidé d'arrêter, et qui déclarait dernièrement : *« J'ai tellement reçu d'amour que je ne peux pas arrêter de jouer »*). Chez les cadres quadra ou quinquas on parle aussi volontiers de « CMV » (crise du milieu de vie) !

Mon identité interne

Prendre conscience de « qui je suis » pour moi est capital. Cela nécessite de me connaître, de savoir mes valeurs, d'être conscient de mes modes de fonctionnement, de mon type d'intelligence, de mes points forts / faiblesses.

Mon identité externe

Prendre conscience de « qui je suis » pour les autres ! Cela concerne mon image, celle de mon entreprise, de mon club...

C'est aussi mettre à jour ma mission : quelle contribution est-ce que j'apporte à mon environnement ?

Second Pilier : Orientation et objectifs

Avoir conscience de l'objectif, du but à atteindre est le béaba. A tout objectif flou correspond une bêtise précise !

En Interne

Ce que je veux atteindre. Comment est-ce que je me vois dans 5, 3, 1 an dans mon club. Quel plan de carrière est-ce que je me planifie dans mon entreprise ?

DOMENECH avait donné rendez-vous aux Français le 9 juillet... l'aventure a été magnifique jusque là.... (bravo) et s'il avait donné rendez-vous le 10 juillet sur les Champs Elysées qui sait ce qui serait advenu ?

En Externe

Ce qu'attendent les autres de moi (mon environnement). Par exemple les objectifs de mon club (« la montée en ligue 1 »). Les objectifs que m'a fixés mon directeur lors de l'entretien annuel d'évaluation...

Troisième pilier : Organisation, cadre, moyens

En Interne

Quels moyens est-ce que je mets en place pour atteindre mes objectifs ?

En sport, quel temps je passe à m'entraîner, à travailler, à me préparer mentalement ? Avec mes amis ? Pour faire autre chose ?

En Entreprise : quelle efficacité ai-je dans la gestion de mon temps, dans mon organisation quotidienne (emails, gestion de l'information, relations clients...) ?

Quel temps pour prendre du recul sur mon travail, mes relations avec mon patron, mes employés... ?

Quel temps pour recharger mes batteries en énergie ? Quel temps seul ? Quel temps avec ma famille ? Quelle hygiène de vie ?

En Externe

Quels moyens me donne ma structure ?

Ex : en F1 la meilleure voiture ou le mulet, en entreprise, quel moyens pour atteindre mes objectifs, quel budget, quelle autonomie d'action ?

Quatrième pilier : Communication



Communication interne

Il y a deux niveaux ici :

- la communication interne au sens du groupe auquel j'appartiens

En entreprise, communication interne signifie communication entre collègues, entre services, entre hiérarchie et subordonnés... la question sera de savoir quels types de relations est-ce que j'entretiens avec mes collègues, mon patron, les syndicats, le CE...

Dans une équipe de sport collectif, les mêmes questions se posent. La cohésion passe par une bonne entente, beaucoup de rires, de joies partagées et la possibilité de dialoguer même au cœur des difficultés.

Cantona qui traite son entraîneur de « sac à m... » ou bien DOMENECH qui cite Vieira comme quelqu'un en qui il a toute confiance, c'est différent ! « *Le rôle premier du coach est de rassurer, cela passe par une relation de confiance vis-à-vis de l'athlète* » disait le judoka Fabien CANU et Erick MOMBAERTS, ex-manager entraîneur du TFC surenchérit : « *pour moi, le respect de l'Homme passe avant le respect du Joueur.* ».

- la communication interne avec soi-même

Un autre degré, souvent laissé pour compte, concerne la communication avec soi. Comment est-ce que je communique avec moi-même ?

C'est le sportif qui se parle régulièrement (c'est différent de se dire « allez, vas-y » ou « quel nul ! »).

Dans mes stratégies d'échec ou de réussite qu'est-ce que je me dis ? Qu'est-ce que je ressens ? Quels comportements (mimiques, tics) est-ce que j'adopte ?

Rappelons-nous MC ENROE et son tour du carré de service, Gaël MONFILS et sa raquette avant de servir, ou en sport collectif, les numéros de maillots porte-bonheur, le choix des vestiaires... autant d'ancrages qui ne sont là que pour aider à garder une stratégie de vainqueur.

Communication externe

Comment est-ce que je communique avec l'environnement. ?

En entreprise : mes sponsors, les médias, les clients... ? Dans le sport avec les fédérations, les dirigeants, les journalistes ?

Cinquième pilier : l'Evolution

L'évolution est la somme de tous mes choix éclairés par les précédents « piliers ».

Par quoi est-ce que je commence pour avancer sur le chemin de mon accomplissement, de ma réussite ?

Comment est-ce que je m'y prends concrètement pour avancer ?

En cela elle est le fruit mûr d'un bon coaching !