

# LE RECOURS À UN INTERVENANT EXTÉRIEUR

## DE QUOI PARLONS-NOUS ?

Il est question ici des moments où la spécificité des besoins, de la demande de l'athlète ou du contexte placent l'entraîneur en dehors de son champ de compétences et/ou de son cadre d'intervention. La collaboration avec un professionnel spécialisé en matière de psychologie et/ou de préparation mentale est alors envisagée.

### «En tant qu'entraîneur, j'envisage d'avoir recours à un intervenant extérieur quand ...

une prise en charge dans une perspective thérapeutique est nécessaire».	Exemples de cas : L'athlète souffre de troubles du comportement alimentaire, de dépression...
je souhaite enrichir le travail effectué en équipes».	Exemples de cas : Je souhaite collaborer avec un spécialiste pour améliorer ma relation aux athlètes et mes modes de communication. Ou encore : L'athlète exprime le désir de travailler sur la relation qu'il tisse avec sa pratique, sur sa façon d'appréhender la performance, le sens de son engagement, et je trouve intéressant que cela puisse se faire en collaboration avec un spécialiste.
les limites fixées par l'athlète au sujet de mon intervention dans les domaines psycho-affectifs sont franchies».	Exemple de cas : L'athlète refuse d'échanger avec moi sur ses doutes, ses difficultés, de peur de me décevoir, de voir évoluer le regard que je porte sur lui.
l'athlète et moi-même évaluons un blocage altérant notre communication».	Exemple de cas : Désaccords répétés au sein de notre dyade entraîneur / athlète mettant en danger la suite de notre collaboration.

## COMMENT FAIRE ?

En tant qu'entraîneur, envisager de collaborer avec un professionnel spécialisé en matière de préparation psychologique peut relever :

- D'un choix d'ordre stratégique destiné à enrichir le travail effectué en équipe.
- Du constat d'un désordre psychologique ou d'un manque freinant la progression et altérant la performance.

Les objectifs de cette collaboration sont multiples, variés et spécifiques.

### Pour l'entraîneur : objectifs éventuels de la collaboration :

- Mettre en place un triptyque entraîneur- athlète- intervenant en psychologie pour une meilleure répartition des rôles et une économie sur l'investissement
- respecter sa déontologie d'intervention en évitant la confusion de rôle lorsqu'il se voit hors de son cadre professionnel
- continuer de se former en matière de préparation psychologique au contact d'un intervenant spécialisé
- montrer à l'athlète qu'il respecte les limites que ce dernier a fixées dans les domaines psychoaffectifs

### Pour l'athlète :

- être accompagné par un spécialiste afin de répondre aux besoins spécifiques identifiés
- disposer d'un lieu d'écoute privilégié en tant que personne où la performance n'est plus seule au centre des préoccupations et où l'athlète peut s'autoriser à s'exprimer sur des aspects qu'il ne parvient pas à confier à son entraîneur
- accéder à une meilleure connaissance de soi, des liens l'unissant à sa pratique, du sens de son engagement...
- optimiser l'utilisation de ses compétences dans un souci de progression et de performance

### Pour la dyade entraîneur- athlète : objectifs éventuels de la collaboration :

- apporter une valeur ajoutée à l'engagement quotidien de la dyade, à la performance, dans la mesure où entraîneur et athlète collaborent respectivement avec l'intervenant
- éviter de perdre du temps ou de négliger des aspects qui nécessitent l'apport de compétences spécifiques
- préserver la relation entraîneur- athlète lors d'éventuels soucis de communication et le regard qu'il se portent l'un l'autre.

## COMMENT FAIRE ?

En tant qu'entraîneur,

- Je peux renforcer mes connaissances en matière de psychologie et de préparation mentale par l'intermédiaire de formations, de stages. Ces moments peuvent être l'occasion :
  - de clarifier ce qui relève de mon cadre professionnel, de ce qui est hors cadre en matière de psychologie.
  - de faire le point sur les professionnels spécialisés en matière de psychologie et/ou de préparation mentale et leurs compétences respectives afin de passer le relais à la personne adéquate compte tenu des besoins (voir fiches sur les statuts et rôles de chacun).
  - d'échanger avec des spécialistes et des collègues venus se former.
  - de développer mes compétences en matière de préparation mentale intégrée.
- Je peux recourir moi-même à un intervenant extérieur pour parfaire ma prise en compte de la dimension mentale dans le quotidien des séances avec l'athlète (préparation mentale intégrée) ou l'abord des compétitions.
- Je suis à l'écoute de l'athlète qui fait la demande d'un travail spécifique. En cas de demande exprimée, je m'informe afin d'être en mesure d'accompagner l'athlète dans son choix et de l'orienter vers un intervenant référent.

## LIMITES

- La représentation de mon rôle d'entraîneur a nécessairement un impact important sur ma décision d'avoir recours à un intervenant extérieur. Lorsque, par exemple, je considère que je dois contrôler l'ensemble de la préparation de l'athlète, accepter l'idée d'une collaboration extérieure est difficile. A contrario, je peux juger, compte tenu de ma propre expérience, que ce versant du travail a intérêt à être pris en charge par un spécialiste. En tant qu'entraîneur, comment est-ce que je me définis ? Comment est-ce que j'exerce ma fonction ?
- La collaboration entraîneur - athlète a pour sens la performance et l'atteinte des objectifs fixés. Dans ces conditions, en tant qu'entraîneur, je peux éprouver des difficultés à détacher mon regard de la performance et du résultat sportif lors de mes interactions avec l'athlète. Cette légitime prévalence du sportif sur l'identité de la personne peut compliquer l'intervention à mener en matière de préparation psychologique. L'intervenant éprouve quant à lui plus de facilités pour se mettre à distance et «laisser place» à la personne. Par cette position, certaines confidences d'athlètes sont facilitées : «Dire à l'encadrement que ça ne va pas, c'est risquer de se retrouver sur le banc» David Attoub («SOS joueurs en détresse», le JDD, <http://www.lejdd.fr/Sport/Rugby/Actualite/SOS-joueurs-entredresse-255379>)
- Avoir recours à un intervenant extérieur ne signifie pas perdre un quelconque pouvoir mais collaborer en vue d'obtenir une valeur ajoutée. L'arrivée de ce professionnel a pour but d'accompagner la dyade entraîneur - athlète unie dans une volonté de performance et non de déposséder quiconque des spécificités de son rôle. De plus, «l'entraîneur reste le seul maître à bord auprès de ses athlètes dans le domaine de l'entraînement» (Nadine Debois, «Intégrer l'entraînement mental dans la préparation de l'athlète : quelques exemples de mise en oeuvre», Revue AEFA, 2005, 177:27-31)

## EN SAVOIR PLUS

- Lorsque l'entraîneur et l'athlète décident d'avoir recours à un intervenant extérieur, ils doivent préalablement cibler leurs besoins, leurs attentes afin de choisir le professionnel qui convient (psychologue, coach, préparateur mental...). Une mauvaise évaluation à l'origine a un impact sur la pertinence du travail.
- Si le recours à un intervenant extérieur ne découle pas d'un accord mutuel entre l'entraîneur et l'athlète et si l'un d'eux a le sentiment d'être contraint à accepter ce travail, la collaboration entraîneur - athlète - intervenant perd du sens et de son efficacité.
- L'absence de formation en psychologie et dans le domaine du sport, le manque d'expérience dans la pratique concernée, semblent représenter un handicap pour l'intervenant.

## EN SAVOIR PLUS

**Voir les fiches :** «Statut et rôle du psychologue» ; «Statut et rôle du coach» ; «Statut et rôle du préparateur mental» ; «Statut et rôle du psychothérapeute» ; «La déontologie de l'intervenant»