À quelle aune mesurer?

Autor(en): **Nyffenegger, Eveline**

Objekttyp: **Preface**

Zeitschrift: **Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 12

PDF erstellt am: **03.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

A quelle aune mesurer?

Eveline Nyffenegger

En sport, pour arriver à une performance, il faut nécessairement s'investir. Il en va de même d'ailleurs en ce qui concerne la profession, l'école et les autres activités de la vie de tous les jours.

Mais à quelle aune faut-il mesurer l'investissement personnel pour mener à bien une tâche qui nous a été fixée? Quel est le moteur qui nous fait avancer? Comment s'y prendre pour aller toujours plus loin, pour progresser? Et que faut-il comprendre par «performance»?

Des monitrices et des moniteurs J + S ont planché sur ces questions dans le cadre du séminaire de l'Arène sportive de Klosters intitulé «S'investir pour diriger – un défi?». Il en est ressorti d'innombrables constatations et déclarations intéressantes à découvrir dans cette revue et, de manière plus détaillée, dans le rapport qui peut être obtenu sur demande, à l'EFSM.

Apporter très tôt le goût de la performance et du plaisir qui en découle.

Dans tous les cas, il ressort des discussions que la «performance» est perçue différemment, selon la catégorie de personnes concernée: le sportif, selon sa spécialité, la monitrice ou le moniteur, le dirigeant de club, etc.

Quant à la notion d'«investissement», les participants la comprennent dans le sens de tendre vers un but précis et de relever des défis. Relever des défis par sportif, monitrice et moniteur interposés, pour réaliser des performances – avec tout ce que cela suppose d'efforts, de tension, de déceptions – et y trouver joie et satisfaction, même si l'objectif n'a pas été entièrement atteint.

Ces victoires nous imprègnent de bonheur, nous poussent à persévérer. On parle alors de «flow» (mot inventé par Mihaly Csikszentmihalyi et qui n'a pas son pendant en français). C'est se situer dans le juste milieu de ses capacités.

C'est pourquoi, en sport, il n'y a pas opposition – mais lien – entre la performance et le plaisir.

J'en veux pour preuve les déclarations de Yannick Noah publiées dans la revue TGV: *Pour gagner, il faut être heureux. Arrêtons de réduire les sportifs de haut niveau à de simples machines à gagner. Le plaisir de jouer n'est pas inné, il s'apprend et s'apprivoise.* Il continue en constatant que: *Le droit au bonheur ne vit qu'au rythme des résultats et encore plus des victoires. Dès lors, le champion s'enferre dans un cercle vicieux. Dès qu'il perd, sa vie n'a plus aucun sens, il se sent exclu, démuni, démantelé comme un pantin. Arrêtons de faire d'un sportif un handicapé de l'âme, tout juste bon à collectionner les trophées. Du coup, gagner, c'est sa seule façon de se faire aimer, pis, d'être respecté.*

Chères lectrices, chers lecteurs, je vous souhaite pour l'année prochaine de vous trouver dans le juste milieu, celui où vous serez à l'aise comme un poisson dans l'eau, celui qui vous permettra de vous réaliser pleinement, de donner toute la mesure de vos capacités, de nager dans le bonheur! ■