Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 4 (2002)

Heft: 5

Artikel: "Le coaching en compétition couronne le travail à l'entraînement!"

Autor: Gross, Christian / Hotz, Arturo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995963

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

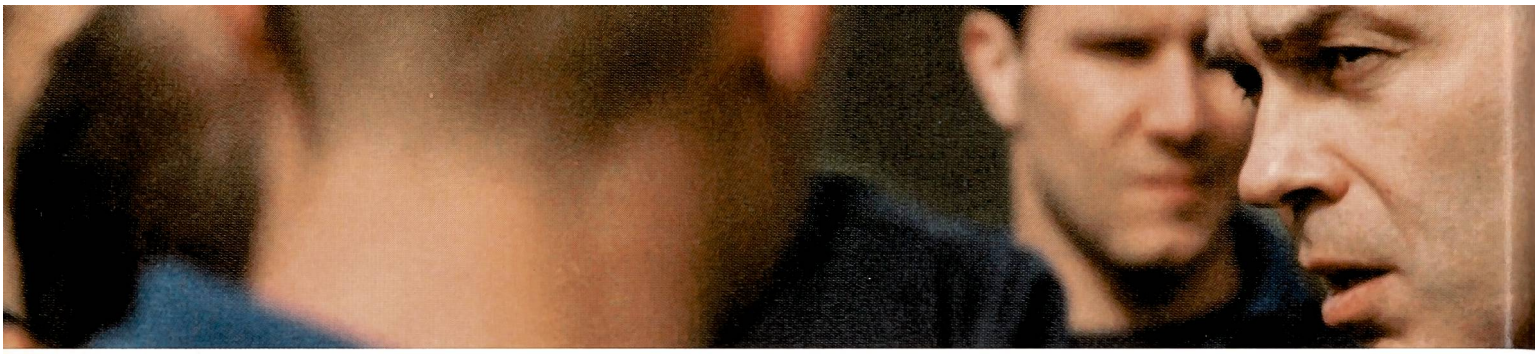
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Christian Gross

«Le coaching en compétition couronne le travail à

Lors des matchs de foot, il fait souvent figure de personnage clé. Sa présence au bord du terrain n'est pourtant qu'une infime partie de son travail. Christian Gross, entraîneur du FC Bâle, l'actuel champion suisse, nous fait découvrir la complexité de sa tâche d'entraîneur.

Interview: Arturo Hotz

«mobile»: Si le mot coaching devait être remplacé par un terme plus ou moins équivalent, quel est celui qui, parmi les propositions suivantes, reflèterait le mieux la réalité de votre travail? En d'autres termes, le coaching est-il pour vous en priorité une question de motivation? conseil? encadrement? intervention? corrections appropriées? conseils tactiques? techniques? psychologiques? tuyaux pour optimiser la performance? impulsions utiles à la compétition? directives d'actions spécifiques au match? Ou autre chose encore? *Christian Gross:* Voilà une belle liste de descriptions; eh bien finalement, je dirais que le coaching est un mélange de tout cela! Dans notre fonction, ce qui est important a toujours lieu avant le match. Pendant le jeu, le coaching se résume surtout à des interventions qui sont en fait des directives d'actions spécifiques visant surtout à donner des impulsions utiles pour la compétition. Cela signifie concrètement que j'essaie toujours, autant que possible, de donner des conseils pour optimiser la performance; il s'agit en l'occurrence presque toujours de conseils tactiques, beaucoup plus rarement de conseils techniques. Quant aux autres interventions, ce sont surtout des injonctions destinées à motiver les joueurs. Mon travail englobe aussi bien sûr – du moins je l'espère – des conseils psychologiques et des corrections appropriées. Dans sa fonction de coach, l'entraîneur est toujours amené à remplir des tâches qui sont de l'ordre du conseil et de l'encadrement.

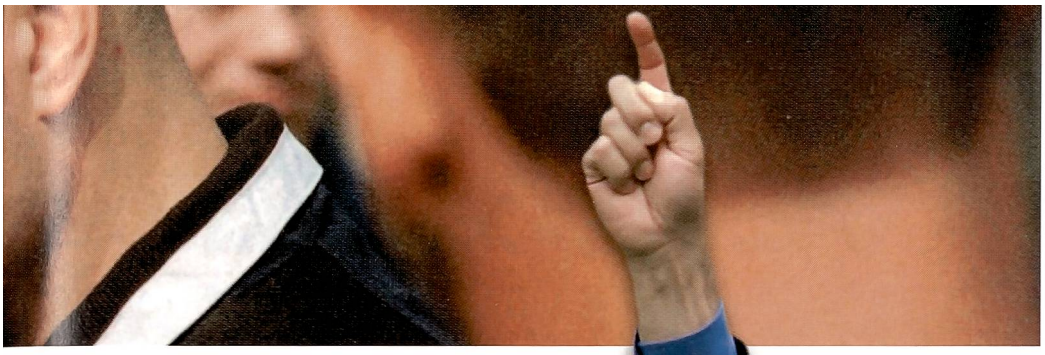
Un bon entraîneur d'équipe exerce en fait une double fonction: il est à la fois concepteur à l'entraînement et coach en compétition. Quel pourcentage d'activité estimez-vous consacrer à chacune de ces fonctions? (p. ex. 60 % entraînement; 40% compétition). Si je pouvais vraiment évaluer ces deux aspects, je saurais aussi avec quel instrument le faire, ce qui n'est pas (encore) le cas. Mais j'avoue sans hésiter que l'accent principal est consacré au travail d'entraînement, même si le temps qui lui est imparti diffère selon les phases de la saison (préparation/ rencontre amicale/ match de championnat/ finale). Plus l'équipe est au point, non seulement sur le plan physique, mais aussi sur les plans tactique et psychique, plus l'investissement du coach est minime. Un bon entraîneur/coach essaie de construire une équipe aussi «mûre» que possible, qui sait et sent elle-même ce qu'il faut faire, à quel moment et pourquoi. Je crois qu'un ensemble bien «rôdé» peut aussi bien jouer sans chef d'orchestre. Mais il est vrai aussi que les musiciens ne sont pas confrontés à des adversaires et à des arbitres!

Qu'est-ce qui vous a servi de modèle pour l'aspect du coaching?
- **Un exemple bien précis? Si oui, qui?**
- **Vos expériences en tant que joueur? Dans quelle mesure?**
- **Des séminaires de coaching dans le cadre de votre formation d'entraîneur? En Suisse ou à l'étranger?**
- **Le cheminement vers votre propre conception?**
- **L'échange d'expériences avec d'autres entraîneurs? Y compris des entraîneurs œuvrant dans d'autres disciplines sportives?**

En fin de compte, tout s'imbrique sans que l'on puisse quantifier exactement l'importance de chacun de ces facteurs. Il s'agit finalement de tirer les bonnes leçons des expériences réalisées et des connaissances acquises. Un modèle? J'avoue avoir tiré grand profit de l'exemple de Helmut Johannsen (GC/Bochum); il a été mon modèle, en particulier sur le plan humain.

Expérimentez-vous parfois, à l'entraînement, certaines variantes de coaching? Ou encore: peut-on vraiment simuler les conditions de compétition lors d'un entraînement? Bien sûr. Un bon entraînement est au service de la compétition; il s'agit donc d'anticiper le maximum de situations standard qui nécessitent un coaching et d'expérimenter des variantes. Un bon coaching est toujours lié aussi à l'expérience de l'entraîneur: celui-ci devrait connaître assez exactement ou du moins pressentir les réactions de ses joueurs dans les différents types d'interventions. Un coach expérimenté peut faire confiance à son intuition, à condition toutefois de l'analyser après coup et de la relativiser. Mais ce qui est justement fascinant dans le football, c'est qu'en fin de compte les matchs se déroulent toujours autrement en compétition qu'à l'entraînement et qu'il ne nous reste plus qu'à nous incliner devant les mystères de la compétition.

Que pensez-vous de ces affirmations?
- «Le coaching commence à l'entraînement.»
- «L'entraînement ne remplace pas le coaching.»
- «Le coaching ne remplace pas l'entraînement.»



l'entraînement!»

Elles renferment toutes une part de vérité. Pour un praticien comme moi, elles prennent tout leur sens si je parviens à identifier ce qu'elles signifient dans la pratique et à les appliquer ensuite avec succès.

Quel est le conseil le plus important que vous donneriez à un jeune collègue entraîneur? «N'espère pas pouvoir compenser ce que tu as négligé à l'entraînement par une manœuvre de coaching au moment du match!»

A votre avis, que pourrait-on encore améliorer dans la formation des entraîneurs au niveau du coaching? Quels accents faut-il placer? Quels aspects mériteraient, selon vous, d'être davantage pris en compte? A la base, je me demande si le coaching peut s'enseigner. Tout le monde sait que la théorie, à elle seule, n'est pas suffisante. Le coaching est en outre une affaire très individuelle, qui demande donc à être acquise par une démarche appropriée. C'est comme un art, dans lequel la technique joue certes un grand rôle, mais un artiste est plus qu'un «technicien» et ce «plus» ne peut pas être aussi facilement transmis (par exemple par un exposé). Pour ce qui est de la formation, je pense que la pratique prime la théorie! Il faut discuter, évaluer, tirer des conclusions à partir d'études de cas, considérer les alternatives, échanger les expériences avec franchise et les analyser d'un œil critique.

Que pensez-vous de l'idée d'imposer, dans la formation d'entraîneur, des stages de coaching effectués auprès d'un entraîneur expérimenté? En théorie, l'idée est excellente, mais dans la pratique, je crains que les entraîneurs montrent certaines réticences à dévoiler leurs secrets...

Les possibilités de coaching d'un coach/entraîneur au bord du terrain sont-elles plutôt surestimées ou sous-estimées? Dans quelle mesure? Celui qui gesticule et intervient de façon intempestive (avec peu d'autocontrôle), y compris lors des décisions d'arbitrage, n'a pas compris grand-chose à l'art du coaching. Le coach n'a pas non plus pour tâche de distraire le public... Sur un plan général, je pense que le coaching est nécessaire, et qu'il peut aussi, selon les circonstances, s'avérer utile; toutefois en football – une discipline sans temps morts – l'efficacité durable d'une directive criée sur le terrain est certainement surestimée. **m**

Photos: Keystone

Christian Gross est né et a grandi à Zurich; il a joué, entre autres, au sein du club zurichois de Grasshopper durant plus de 20 ans; il y a également connu ses premiers succès en tant qu'entraîneur. En Suisse et à l'étranger, il a multiplié les expériences de coaching et de direction d'équipe, expériences qu'il mettra peut-être un jour au service – un rêve pour lui? – de l'équipe nationale suisse. Cet été, Christian Gross a vu le couronnement de sa carrière avec la victoire du FC Bâle en finale du championnat et sa qualification pour la Champions-League.