

Table des matières

<i>Préface</i>	9
<i>Présentation</i>	11
<i>Action</i>	19
<i>Ambition</i>	22
<i>Anticiper et Planifier</i>	25
<i>Anticonformisme</i>	28
<i>l'Art d'entraîner</i>	30
<i>Audace</i>	33
<i>Autorité</i>	35
<i>Changement</i>	38
<i>Charisme</i>	42
<i>Combat</i>	45
<i>Communiquer</i>	48
<i>Complexité</i>	51
<i>Confiance en Soi</i>	53
<i>Conflits</i>	55
<i>Créativité</i>	57
<i>Crise (situation ou gestion de)</i>	59
<i>Critique</i>	62
<i>Décider</i>	65
<i>Diriger</i>	67
<i>Échec</i>	71
<i>École de la vie</i>	74
<i>Émotions</i>	77
<i>Engagement</i>	81
<i>Esprit d'équipe</i>	83
<i>Esprit rebelle</i>	87
<i>Esthétisme</i>	90
<i>Éthique</i>	92
<i>Goût de l'effort</i>	97
<i>Hasard</i>	100
<i>Hiérarchie</i>	102
<i>Humain</i>	105

<i>Humilité</i>	108
<i>Identité</i>	111
<i>Incertitude</i>	114
<i>Intuition</i>	116
<i>Jour de Match</i>	119
<i>Mental de Champion</i>	123
<i>Motivation</i>	125
<i>Passé de Joueur</i>	128
<i>Plaisir</i>	130
<i>Préparation</i>	132
<i>Pression</i>	134
<i>Rêver</i>	136
<i>Rythme</i>	138
<i>Sélection (et détection)</i>	140
<i>Sens (donner du)</i>	143
<i>Sincérité</i>	145
<i>Solitude</i>	147
<i>Staff</i>	150
<i>Stratégie</i>	153
<i>Succès</i>	157
<i>Talent</i>	160
<i>Ténacité</i>	164
<i>Théorie et Pratique</i>	166
<i>Postface</i>	170
<i>Remerciements</i>	173
<i>Pour aller plus loin</i>	176
<i>Bibliographie</i>	186
<i>Index alphabétique</i>	191

l'Art d'entraîner :

« Un de mes objectifs sur le long terme reste, comme tout enseignant, de devenir inutile. »

Christian Target dans *Le mental des coachs*, Hubert Ripoll

« Avoir conscience de soi, vouloir durer, comprendre son environnement, résister aux menaces, se renforcer par elles, pouvoir changer radicalement et enfin être préparé à rompre toutes les amarres. »

Jacques Attali, *Survivre aux crises*

« Il suffisait de regarder les joueurs et de se demander : qu'est-ce que chacun de ces gars attend que je lui révèle sur lui ? Il s'agissait alors de lui dire précisément ce qu'il voulait entendre, épicé d'un zeste de menaces. Il fallait y inclure ses faiblesses, et insister sur les obstacles qui pourraient l'empêcher de réussir. »

Chad Harbach, *L'Art du Jeu*

« L'entraînement est par essence même répétitif, l'entraîneur se doit d'essayer de diminuer cette monotonie en proposant des situations... entraînantes. »

Daniel Costantini dans *Les experts en question* de Norbert Krantz,

Laurent Dartnell

« Tu me dis, j'oublie.
 Tu m'enseignes, je me souviens.
 Tu m'impliques, j'apprends. »

Benjamin Franklin

« Entraîneur : Ancien joueur assis de force sur un banc ou parqué dans un rectangle bordé de blanc. Sujet à de violentes crises paranoïaques et insomniaques, il a la particularité de vieillir de cinq ans par saison.

Syn. : Coach, le patron, le boss (pour les titulaires); la buse, l'autre con, l'imposture (pour tous les autres). »

Pierre Menes, *Dictionnaire absurde du football*

« Qu'est-ce qu'un bon manager ? J'ai joué pour de grands managers, et j'ai aussi joué pour un ou deux qui étaient tellement mauvais que j'aurais volontiers simulé ma propre mort pour ne pas travailler avec eux ne serait-ce qu'une minute de plus. Les meilleurs managers ont la confiance absolue de leurs joueurs, vous transmettent leur énergie dès qu'ils entrent dans une pièce et proposent une philosophie de jeu qui est accueillie avec enthousiasme, puis traduite sur le terrain avec ardeur et conviction. Par-dessus tout, un manager doit susciter le respect de tous à l'intérieur du club. »

The Secret Footballer

Audace

« Pour gagner, il faut prendre le risque de perdre. »

Jean Claude Killy

Audace:

« Ce n'est pas parce que c'est difficile que l'on n'ose pas, c'est parce que l'on n'ose pas que c'est difficile ».

Sénèque

« On peut mourir à force d'avoir trop tenté, mais on n'a pas le droit de mourir sans avoir osé. »³

Claude Onesta

Seuls ceux qui prennent le risque d'échouer spectaculairement, réussiront brillamment. »

Robert Kennedy

« Je ne joue pas pour gagner ou pour perdre, je joue pour savoir si je vais gagner ou perdre. »

Alfred Capus

3. Phrase extraite de la causerie qui précéda la finale de l'Euro 2014 contre le Danemark (victoire 41-32)

Autorité

« Les joueurs de ce niveau n'acceptent pas le principe d'autorité. Quand vous leur demandez quelque chose, il faut leur prouver que vous avez raison. »

José Mourinho¹ dans *Le cas Mourinho*, Thibaud Leplat

1. Cité par Thibaud Leplat.

Autorité:

« Il faut distinguer l'autorité du pouvoir, ne serait-ce que parce qu'il peut y avoir du pouvoir sans autorité (l'autoritarisme du petit chef) et de l'autorité sans pouvoir (la sérénité du vieux sage). L'autorité se distingue aussi de la contrainte par la force, qu'elle permet d'éviter, et de l'argumentation rationnelle, qu'elle dépasse. L'autorité n'a besoin ni d'imposer, ni de justifier ».

Pierre Henri Tavoillot, dossier: *Autorité, les nouvelles règles du jeu*,
Sciences Humaines, n° 243

« La compétence sans autorité est aussi impuissante que l'autorité sans compétence. »

Gustave Le Bon

« J'ai accepté de libérer une partie du territoire qui est le mien. Quand tu te dis « tout compte fait je n'ai pas besoin de jouer au chef toute la journée, je n'ai pas besoin de montrer la valeur hiérarchique de mon fonctionnement », quand tu es capable d'éliminer toutes ces dimensions-là, tu te moques d'avoir perdu une partie de ton territoire. Quand en plus, la petite partie de territoire que j'ai concédée, que les joueurs ont la sensation d'avoir gagnée, quand je vois ce qu'elle génère comme investissement, comme engagement, comme détermination de leur part au regard

de ce qu'il fallait que j'aie chercher auparavant, aujourd'hui je serais prêt à en libérer encore plus. Mais pour ça, il faut que l'entraîneur n'ait pas l'ambition d'imposer son statut, sa légitimité. »

Claude Onesta dans *Être entraîneur sportif*, Béatrice Barbusse,

« Inutile de dire que la profession de coach attire beaucoup de maniaques du contrôle qui rappellent sans cesse qu'ils sont dominants dans le vestiaire. J'ai été amené à le faire moi-même. Mais ce que j'ai appris au fil des années, c'est que l'approche la plus efficace est de déléguer l'autorité autant que possible et d'entretenir les compétences de leadership de tout le monde. Quand je suis capable de le faire, non seulement cela construit l'unité de l'équipe et permet aux autres de grandir mais – paradoxalement – cela renforce également mon rôle de leader. »

Phil Jackson, *Un coach, Onze titres NBA*