

Vestiaires

Premier magazine consacré aux éducateurs de football

n°58

Coupe du monde 50 ans d'évolutions tactiques



COACH DE LEGENDE
Mario Zagallo,
le monstre sacré

ENTRETIEN
Mark Milton : "Mieux se
connaître pour mieux coacher"

Abonnement
6 numéros
(hors frais de port) : 45 €
Prix au numéro : 9 €

RC média



RECIT TACTIQUE

OL-ASSE :
UN COUP DE MAÎTRE
SIGNÉ GALTIER

MANAGEMENT

GÉRER SES TROUPES
PAR LE CONFLIT ?

TABLEAU NOIR

PRÉSERVER SON BUT
D'AVANCE : LES
CONSEILS DE FURLAN



Mark MILTON

"L'attitude comme 5^{ème} compétence"

Technique, tactique, physique, mental... Passionné depuis toujours par les relations humaines, Mark Milton est le directeur de la Fondation Education 4 Peace, qui promeut la connaissance de soi comme puissant vecteur d'épanouissement et de développement personnel. Après avoir organisé le 1er congrès mondial sur le thème de la santé émotionnelle, en 2007, cet ancien écoutant d'un centre de prévention suicide a entamé une collaboration avec l'UEFA, avant de se rapprocher de clubs tels que Lyon et Arsenal, et de publier récemment un ouvrage intitulé "Maître de tes émotions". A la veille d'une réunion de travail à la Direction Technique Nationale, Mark Milton nous a accordé une heure d'entretien, où il est question d'écoute, de pleine conscience, d'estime de soi et de changement... Passionnant.

VESTIAIRES : Vous rencontrez prochainement les responsables de la Direction Technique Nationale dont François Blaquart et Patrick Pion. Peut-on connaître la nature de vos projets avec la FFF ?

Mark MILTON : Sans entrer dans les détails, disons que la DTN est très sensible et consciente de l'enjeu de la dimension éducative pour l'avenir de nos jeunes. Aussi, nos discussions portent-elles sur la manière dont nous pourrions collaborer à l'avenir, notamment dans le cadre de la formation des éducateurs.

Avec quel objectif ?

M. M. : Après la technique, la tactique, le physique et le mental, l'idée est d'inculquer l'attitude comme 5^{ème} compétence. C'est d'ailleurs le slogan du livre que nous venons de faire paraître ("Maître de tes émotions", voir par ailleurs, Ndlr). Un outil pédagogique et pratique destiné à la fois aux joueurs, éducateurs et parents. Ouvrage qui invite à la réflexion et à une meilleure connaissance de soi.

Mieux se connaître pour mieux se comporter sur le terrain (joueur), mieux encadrer (éducateur), mieux encourager (parents) ?

M. M. : Et être plus heureux dans sa vie ! Car l'enjeu est aussi et avant tout personnel. Notre fondation, Education 4 Peace, a une approche globale qui ne se limite pas seulement à la sphère footballistique. Afin de limiter et prévenir toutes formes de violence dans la société - notre vocation première - nous défendons la vision selon laquelle les jeunes de demain pourront avoir accès à une éducation impliquant la connaissance de soi : gérer ses émotions, ses pensées, améliorer sa concentration... Domaines qui semblaient relever jusque-là de la seule responsabilité des parents.

Plus maintenant ?

M. M. : Certaines nations comme l'Australie et les pays scandi-

naves ont appréhendé une nouvelle manière de parfaire l'éducation de nos enfants. A ce jour, l'éducation consiste encore à déverser dans les jeunes ce que nous pensons être bon et utile pour eux. Or, chaque être humain contient en lui un potentiel d'amour, de générosité... Notre rôle en tant que parent, professeur ou éducateur est d'abord de faire jaillir dans les jeunes ce qu'ils ont de bon en eux.

Comment s'y prendre concrètement ?

M. M. : Certainement pas en imposant les choses. En football, si la technique, la tactique et le physique doivent s'apprendre, le savoir-être, lui, ne peut pas s'acquérir de la même manière. C'est une démarche pro active.

Vous voulez dire qu'il s'agit avant tout d'encourager une démarche personnelle ?

M. M. : Oui, et dont le point de départ prend la forme d'une prise de conscience grâce à des personnes qui, par leur comportement, nous inspirent. Par exemple, quoi de plus inspirant qu'un joueur ou éducateur qui se retrouve dans une situation dans laquelle beaucoup auraient pété les plombs, et qui parvient à garder la maîtrise ? Là, tout d'un coup, on se dit "waouh"...

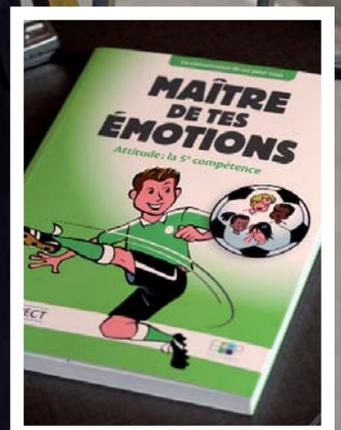
"L'éducateur a la responsabilité de montrer aux jeunes qu'ils sont beaucoup plus qu'un résultat"

Mais l'éducateur ne passe que quelques heures par semaine avec ses joueurs. Est-ce suffisant pour les inspirer, les transformer, alors que ces derniers reçoivent peut-

être à la maison une éducation en pleine contradiction avec ces valeurs ?

M. M. : Il faut sortir de la dimension temporelle. Regardez dans votre vie les personnes qui ont été inspirantes pour vous. Ce n'est pas forcément des gens avec qui vous avez passé des années. Parfois, il suffit de quelques heures ! Vous vous rendez compte que la personne en question véhicule des valeurs que vous avez envie d'appliquer dans votre vie. Ca vous parle... Alors certes, les habitudes sont

"Une prise de conscience grâce à des personnes qui, par leur comportement, nous inspirent"





toujours difficiles à transformer. Mais le plus important, c'est l'étincelle. Et chaque éducateur a le pouvoir de transmettre cette étincelle.

Amener à une prise de conscience, qui doit déboucher sur une plus grande connaissance de soi, laquelle favorise l'adoption d'une meilleure attitude, c'est le sens du contenu de votre ouvrage ?

M. M. : Exactement. Mais attention, il ne s'agit pas d'une méthode. Il y a plein d'approches différentes. Nous n'en préconisons pas une en particulier. Notre objectif est simplement que le lecteur s'y intéresse, y porte une certaine attention. C'est déjà beaucoup.

Parmi ces approches, vous évoquez beaucoup l'écoute. Pourquoi ?

M. M. : Parce que c'est la base. Encore une fois, il convient de sortir du paradigme d'imposer, de dire ce qu'il faut faire ou ne pas faire. S'agissant du football, l'éducateur doit se situer dans une relation où il écoute et cherche à comprendre le jeune en partageant une relation mutuelle.

"Etre déçu d'avoir perdu, c'est normal. Mais il faut faire l'effort de rester connecté à nos valeurs"

Le pouvoir de l'écoute, vous l'avez vous-même expérimenté dans le cadre de votre ancien travail dans un centre de prévention suicide...

M. M. : C'est vrai. Ce fut une expérience extraordinaire dans laquelle j'ai appris qu'on pouvait voyager beaucoup plus loin qu'en prenant l'avion ; juste en étant à l'écoute de l'autre. J'ai découvert que ça m'aidait non seulement à me mettre en relation avec des gens qui n'allaient pas bien, mais aussi à me mettre en relation avec moi-même. C'est quelque chose qui a favorisé mes relations personnelles, qui a enrichi ma vie.

Comment peut se traduire cette qualité d'écoute chez un éducateur de football ?

M. M. : Simplement par le fait de mettre en place de temps en temps un moment d'échanges durant lequel on va encourager les joueurs à exprimer leur ressenti. Parler de l'estime de soi, du plaisir qu'on a de jouer ensemble, du fait de se sentir respecté ou pas... Juste en parler, se dire les choses, ouvrir un espace. Et accepter la critique sans forcément répondre.



Que voulez-vous dire ?

M. M. : L'écoute va de paire avec l'acceptation de ce qui est. Dans ce type d'échanges, l'éducateur doit être capable d'entendre un joueur lui confier qu'il n'a pas été heureux avec lui dans une situation donnée, sans réagir, sans même répondre. Simplement ouvrir l'espace, que l'autre puisse le dire. Souvent d'ailleurs, on n'a pas besoin de répondre. L'autre a juste besoin d'être entendu. Et il passe à autre chose. Ce type d'échanges peut avoir des bénéfices énormes sur la qualité de la relation entraîneur-entraîné, et sur le bien-être de tous.

Pensez-vous que le fait d'amener les éducateurs à une meilleure connaissance de soi peut limiter les excès de la "championnite" et de ses dérives comportementales ?

M. M. : J'en suis convaincu. A condition d'entamer ce cheminement personnel qui consiste à voir quelles sont nos valeurs, nos priorités, à réaliser que nous accomplissons des choses dans nos vies qui nous semblent très importantes et qui parfois, en réalité, ne le sont pas tant que cela.

Vous voulez dire que certains éducateurs prennent leur mission trop à coeur, sans parvenir à relativiser, à prendre le recul nécessaire à une bonne analyse du contexte ?

M. M. : C'est évident. Une des grandes causes de la souffrance de certains éducateurs, joueurs ou parents, c'est lorsqu'ils commencent à trop s'identifier à un club, à une compétition, à un résultat. Or, quand on s'identifie on souffre, parce que ça ne va jamais tout à fait comme on veut.

On voit encore beaucoup d'éducateurs qui crient sur leurs joueurs depuis le bord de la touche, conditionnés par les enjeux de la compétition. Qu'est-ce que cela traduit chez ces personnes selon vous ?

M. M. : Crier sur ses joueurs d'une manière agressive n'a rien de bienveillant, on est d'accord. Le problème si je puis dire, c'est que cela amène aussi des résultats parce que certains, par la peur, obéissent. Alors, ce qui est intéressant d'un point de vue pédagogique, c'est de se poser la question suivante : pourquoi a-t-on envie qu'un joueur fasse telle ou telle chose sur le terrain ? Parce qu'il a peur de nous et que s'il ne le fait pas il sera sanctionné ? Ou parce qu'il va en comprendre les bénéfices par lui-même et que ça va le motiver ? Lorsque vous avez compris cela, vous réalisez que crier peut amener du résultat, certes, mais seulement à court terme.

On en revient ici à la connaissance de soi...

M. M. : Exactement. Quelle est ma véritable intention ? Quelles sont mes valeurs prioritaires ? Si c'est la compétition, on en arrive aux excès que l'on connaît. L'éducateur a la responsabilité de montrer aux jeunes qu'ils sont beaucoup plus qu'un résultat. Ils ont de la richesse, de la valeur. Bref, c'est en reconsidérant nos valeurs prioritaires, donc en améliorant la connaissance de soi, qu'on peut avancer.

N'est-il pas légitime pour un éducateur d'exprimer

parfois sa déception voire sa contrariété après un match...

M. M. : Si, bien sûr, être déçu quand on a perdu est normal. Mais il est important de rester connecté à nos valeurs de base. Regardez Arsène Wenger après sa défaite 6-0 à Chelsea cette saison (le 22 mars dernier, Ndlr). Pourquoi s'est-il montré si digne ? Parce qu'il a compris que ce score était la réalité d'un moment, pas la vérité.

C'est un bon exemple, en effet. Malheureusement, on ne peut pas dire qu'il y en ait beaucoup au haut niveau...

M. M. : Plus on est dans le haut niveau, plus le défi de rester maître de soi est difficile, en effet. Mais d'un autre côté, ce qui s'y passe est tellement impactant pour le plus grand nombre que c'est aussi l'opportunité, pour chacun d'entre nous, de se poser de vraies questions.

Où voulez-vous en venir ?

M. M. : En 2006, par exemple, le fameux coup de tête de Zidane a été pour moi une source d'inspiration énorme ! J'ai été frappé de voir la réaction des gens. Tous étaient dans la discrimination, le jugement : il est comme ci, il est comme ça... Pourtant, qu'un homme aussi apprécié puisse subitement péter les plombs était une formidable opportunité d'échanger, de dialoguer autour de la thématique de la connaissance de soi. En commençant par reconnaître que nous sommes tous porteurs d'une violence potentielle. Comprenez bien que je ne suis pas en train de dire que ce qu'a fait Zidane est acceptable. Simplement que c'était l'opportunité d'ouvrir un espace de prise de conscience et d'apprentissage communs. Si seulement certains avaient pu commenter cet incident d'une manière plus éducative, avec un minimum de compassion et de tolérance. Cela aurait permis de transformer cet incident en un processus par lequel on apprend aux nouvelles générations ce qu'il est possible de faire pour que ce genre de "pétage de plomb" ne leur arrive pas.

Quels entraîneurs professionnels vous semblent véhiculer les valeurs et attitudes que vous prônez de nos jours ?

M. M. : Il y en a beaucoup. Quelqu'un comme Christian Gourcuff est vraiment une belle personne. Arsène Wenger aussi. D'ailleurs, à son sujet, il y a eu un autre événement dont on peut parler, c'est la main de Thierry Henry (contre l'Irlande en match de barrage pour la qualification au Mondial 2010, Ndlr). Cela a fait couler beaucoup d'encre car on touchait à quelque chose ayant à voir avec l'honnêteté, l'éthique. Pour moi, la France a raté l'occasion ce jour-là de devenir championne du Monde du Fair-Play en demandant à rejouer le match, ce qu'a fait Arsène Wenger en Angleterre.

Mais les règlements de la FIFA n'auraient sans doute pas



permis à la France de faire rejouer ce match...

M. M. : Et alors ! L'essentiel aurait été de déclarer son intention. Cela aurait eu des répercussions énormes.

Revenons à votre idée d'inculquer l'attitude comme 5ème compétence. Les centres de formation français prennent de plus en plus en compte cette fameuse attitude dans leurs critères de recrutement. Or, votre approche, qui consiste à la faire évoluer, doit-elle autoriser ces clubs à sélectionner davantage de garçons au comportement déviant ?

M. M. : On peut imaginer en effet que plus cette compétence sera instaurée dans la formation des entraîneurs, plus on pourra se permettre de prendre des jeunes qui ont des comportements difficiles. Ceci étant, il convient tout de même d'évaluer à la fois le temps qu'il faudra pour faire changer un joueur, mais aussi l'impact que cela peut avoir sur les autres...

Vous parlez dans le livre de transformer le footballeur "reptilien" en footballeur "pensant"...

M. M. : C'est un passage dans lequel on explique d'une façon imagée le fonctionnement des différentes parties du cerveau humain. Il y a le cerveau reptilien, très réactif, primaire, guidé par la peur. Et le pensant qui, lui, développe petit à petit une conscience permettant de changer nos habitudes et de ne plus réagir au quart de tour. C'est apprendre, par exemple, à garder une distance bienveillante face à "l'agresseur", à le laisser dans sa bulle d'agressivité sans y entrer. Une attitude qui réclame une bonne maîtrise et connaissance de soi.

"Le coup de tête de Zidane a été pour moi une source d'inspiration énorme ! On a beau être aimé, adulé, nous sommes tous porteurs d'une violence potentielle"

Pour finir, toute cette démarche ne risque-t-elle pas d'être considérée comme utopique eu égard justement aux nombreux comportements déviants que l'on observe dans le football amateur, partout, tout le temps ? A commencer par celui de l'éducateur...

M. M. : Il va arriver un moment, et beaucoup plus tôt qu'on le pense, où le comportement agressif d'un éducateur ne passera tellement plus qu'il rentrera par lui-même dans un processus de changement. Obtenir des résultats c'est une chose, mais à quel prix ? Pour faire changer un joueur au comportement difficile, il faut aller chez lui, se mettre dans ses baskets, chercher à la comprendre, lui témoigner du respect. C'est la même chose pour les éducateurs. Ce n'est pas en les condamnant, en les critiquant, qu'on va les aider à évoluer. C'est par l'attitude de personnes inspirantes qu'on va leur montrer petit à petit qu'il existe un autre chemin qu'il n'est pas trop tard de prendre. Il n'est jamais trop tard ! Que ce soit dans le football, dans sa vie professionnelle ou personnelle.

Propos recueillis par Julien Gourbeyre