

# Les clés d'une causerie réussie

**Tout un art. Parler au collectif tout en s'adressant à l'individuel est le propre de la causerie. Un exercice plus difficile qu'il n'y paraît.**

## Un rituel qui ne doit jamais être banal

Avant un match, la causerie constitue le dernier vrai moment d'influence de l'entraîneur. Ce moment permet d'impulser, de favoriser une ultime préparation. La tonalité de la causerie, son contenu, sa forme et sa durée, sont fonction de l'objectif prioritaire à atteindre : rassurer, provoquer, réduire les incertitudes sur le plan technico-tactique, encourager le risque, l'initiative, et bien sûr agir sur l'aspect motivationnel.

La causerie est un moment fort. Un rituel qui ne doit jamais être banal. Quand on n'est pas en forme, il est préférable de l'adapter, de la réduire par exemple.

## Quelqu'un qui a peur transmet sa peur

La qualité du message passe également par la qualité de l'émetteur. Aussi, des efforts sont à réaliser pour gommer tout ce qui pourrait être de nature à perturber l'équipe. Laisser transparaître une grande angoisse avant un match revient à n'accorder qu'une confiance limitée à ses joueurs. Cela s'inscrit en faux par rapport à tout ce que l'on a pu tenter pour les mettre dans de bonnes dispositions, et les rassurer sur leurs propres valeurs. Il est préférable de manifester une forme d'assurance, même si ce n'est pas toujours facile, qui soit en accord avec ses paroles, et conforte les joueurs dans leur conviction qu'un bon résultat est possible.

## Courte, tonique et dynamique

N'oubliez pas qu'une causerie se prépare. Elle ne doit pas être improvisée. Il y a là un côté acteur (contrôlé). Il faut oeuvrer à ce que la causerie soit courte (7-8 minutes). Encore moins s'il s'agit de Benjamins par exemple), tonique et dynamique. Dans

son discours, on doit chercher à activer le désir de reconnaissance, l'amour propre, la fierté, l'orgueil, qui favorisent la performance. Il faut développer aussi la notion de confiance. D'où l'importance d'avoir un discours positif. N'ayez pas peur de changer de stratégie pour éviter la routine. Parfois, il faut remonter le moral, parfois il faut fustiger. Parfois c'est très court, parfois c'est plus long. On peut aussi de façon exceptionnelle laisser les joueurs seuls trois ou quatre minutes afin qu'ils puissent se parler des tâches res-

et défensifs. Enfin, faire une synthèse courte des idées principales. Le côté plus motivationnel intervient en général à la fin, touchant davantage tantôt le match lui-même, tantôt l'adversaire, ou l'amour-propre ou encore le résultat. Selon les circonstances, on joue sur des registres différents.

## Ne pas trop insister sur la valeur de l'adversaire

Attention de ne pas mettre les joueurs dans l'obligation de gagner face à un adversaire de grande valeur, qui plus est quand on traverse une passe difficile.

C'est rajouter une pression qui peut être trop forte et ira à l'inverse de l'effet escompté. D'une manière générale, les joueurs sont rassurés si on n'insiste pas outre mesure sur la valeur de l'adversaire. Il est préférable dans son discours d'envisager un déroulement positif du match. Certains pourraient être perturbés au simple énoncé d'une hypothèse qu'ils redoutent. Pas idéal si l'on est dans une phase de progression, de reprise de confiance...

## Axer son discours sur le jeu, pas l'enjeu

Éviter par ailleurs de faire la causerie longtemps avant le match. On risquerait d'imposer une certaine pression trop tôt. Évacuez tous les termes caractéristiques de la "langue molle" (essayer de, s'efforcer de...). N'oubliez pas que les joueurs sont responsables du jeu. La pression de résultat est pour l'entraîneur. Insister sur le jeu, pas l'enjeu. Enfin, si le président veut intervenir, c'est avant, jamais après la causerie de l'entraîneur. Il risque en effet de casser vos effets par une parole pas obligatoirement maladroite, mais qui peut être en décalage avec votre propre propos. ■

*Certains extraits sont tirés de "Entraîneur : compétence et passion", de Jacques Crevoisier et Gérard Houllier (Albin Michel).*

Par

**Jacques  
Crevoisier**



Ex-entraîneur national  
Consultant Canal+/clubs  
Docteur en  
psychologie



pectives de chacun. Cela peut provoquer une forme de solidarité qui va se retrouver sur le terrain.

## Surprendre pour favoriser la mise en état d'alerte

La causerie d'avant match répond souvent à un plan assez régulier, même si on trouve parfois une volonté de surprendre, qui favorise la mise en état d'alerte des joueurs. Mais d'une manière générale, on commence en présentant le contexte, avec une image forte ou une métaphore si possible. C'est ce que les joueurs retiendront. Présenter ensuite l'adversaire, et rappeler quelques données concernant sa propre formation, en insistant sur les coups de pied arrêtés, offensifs