

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 3 (2001)
Heft: 2

Artikel: Qui sème le plaisir récolte la performance
Autor: Stierlin, Max / Murer, Kurt / Hanselmann, Erich
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995256>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

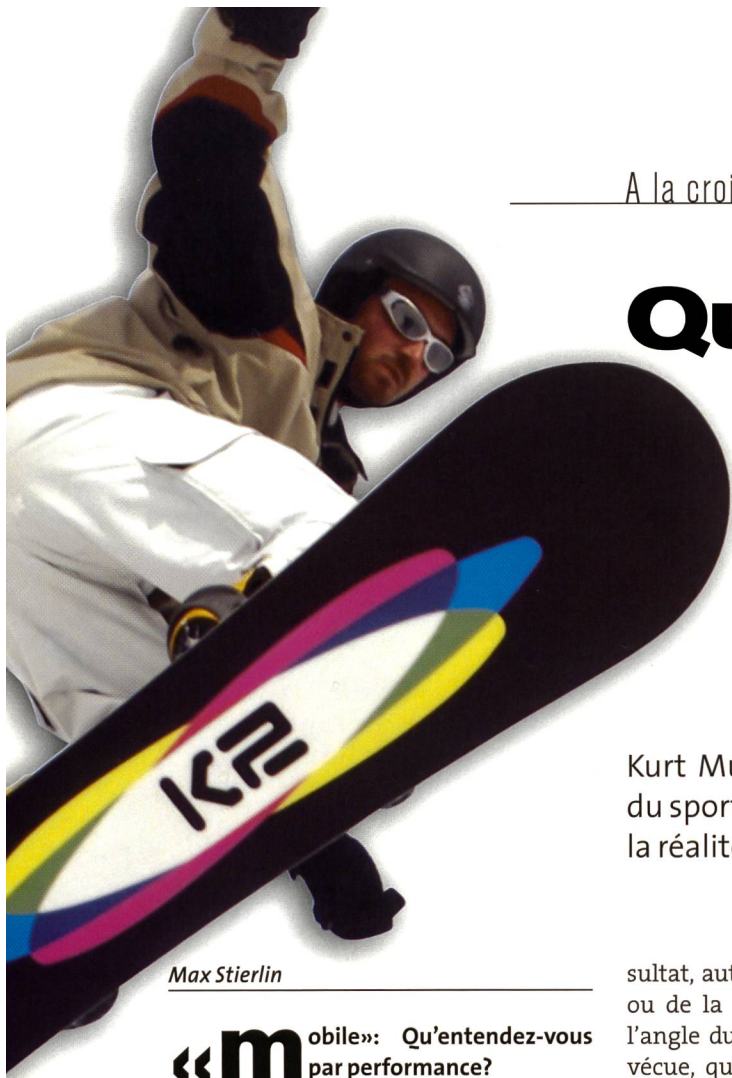
Terms of use

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 30.03.2025

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

Qui sème le plaisir



Max Stierlin

«mobile»: Qu'entendez-vous par performance?

Kurt Murer: Il faut différencier la notion de performance. Elle a une dimension liée à une objectivité individuelle qui peut se traduire par des affirmations telles que «Ça, j'arrive à le faire» ou «J'ai mieux réussi que la dernière fois». Et elle a également une dimension fondée sur les normes de la société qui peut s'exprimer par l'affirmation suivante: «Comparé aux autres, je suis le numéro quatre en Suisse».

Erich Hanselmann: On peut effectivement envisager la performance sous différents angles. Par exemple celui du ré-

sultat, autrement dit du chrono réalisé ou de la distance parcourue. Ou sous l'angle du processus et de l'expérience vécue, qu'il s'agisse d'un jogging non chronométré en solitaire ou d'un kilomètre crawlé en toute liberté. De la même façon, on peut distinguer, dans la formation, la note obtenue – qui peut être considérée comme un résultat – et l'expérience d'apprentissage vécue par chaque individu.

L'incroyable diversité de cette notion se manifeste également à travers les nombreux contextes dans lesquels celle-ci apparaît. Par ailleurs, la valeur donnée à la performance est également variable. Elle peut être subjective ou encore fixée sur la base de critères objectifs en comparaison avec d'autres sujets et en fonction d'un certain niveau de performance, national ou international. Et même dans ce contexte-là, sa valeur peut différer: toutes les médailles ne se valent pas, car la performance n'est pas reconnue de la même façon dans les différentes disciplines sportives. Ce phénomène est toujours lié à un environnement, à une culture, aux médias, à la société et à son système de valeurs. C'est ainsi qu'une performance peut être saluée par un club. Ou encensée par une nation entière. Mais elle peut aussi n'avoir qu'une portée individuelle et contribuer, sans jugement extérieur aucun, à la réalisation et à l'affirmation de soi.

Kurt Murer: Nos approches se complètent. La dimension que je lie à l'objec-

tivité individuelle correspond dans une large mesure à ce que vous nommez «processus» et la dimension que je définis comme étant socio-normative recoupe ce que vous appelez résultat ou «produit» de la performance. L'individu qui réalise une performance crée toujours un produit qui n'est peut-être pas très spectaculaire en regard des exploits signés par les sportifs d'élite, mais qui revêt une énorme importance à ses yeux.

«mobile»: Alors qu'Erich Hanselmann fait une distinction entre réalisation de soi et reconnaissance sociale, Kurt Murer estime que les deux aspects se rejoignent. Par ailleurs, il relève l'importance de la connaissance de soi et de la formation de l'identité. Mais la performance se mesure-t-elle toujours en terme de succès?

Erich Hanselmann: Non, la performance est relative. Performance n'est pas forcément égal à succès. La performance peut être perçue ou non, cela dépend du contexte. Prenez par exemple les lutteurs de Kriessern, dans la vallée du Rhin: leurs prouesses font la fierté de toute une région, mais allez en parler dans le Jura bernois... Personne ne saura de quoi vous causez!

«mobile»: Qu'en est-il de la valeur sociale de la performance?

Erich Hanselmann: Nous vivons dans une société axée sur la performance. Il règne dans cette société une brutalité

Kurt Murer

... est directeur de l'Institut des sciences du mouvement et du sport de l'EPFZ.

Adresse: murer@sport.anbi.ethz.ch

Erich Hanselmann

... est directeur de l'Ecole fédérale de sport de Maccolin à l'OFSP.

Adresse: erich.hanselmann@baspo.admin.ch

récolte la performance

beaucoup plus grande que dans le sport, car elle est moins réglementée. La manipulation de la performance par les médicaments est un phénomène très répandu dans différents milieux qui n'ont rien à voir avec le sport. Le sport est dans une certaine mesure plus strict: il est soumis à des règles qui doivent être observées et exige du fair-play. Ces règles interdisent notamment l'utilisation de substances permettant d'améliorer la performance (dopage).

L'être humain est un compétiteur né. Il est capable de tout transformer en compétition. Le besoin de se mesurer aux autres est propre au genre humain et le sport permet à ce besoin de s'exprimer dans un cadre réglementé.

«mobile»: La disposition à la performance a-t-elle tendance à diminuer?

Kurt Murer: Chez les étudiants et les étudiantes en sport, on constate en effet que la capacité de performance physique tend à diminuer. En revanche, on observe une nette amélioration au plan des qualités de coordination. Il serait donc plus juste de parler de transfert que de diminution. Les jeunes ont tendance à rejeter plus souvent qu'avant les exigences qui leur sont imposées de l'extérieur, mais lorsqu'on les laisse se fixer eux-mêmes des objectifs, ils se montrent tout à fait disposés à s'investir et à donner le meilleur d'eux-mêmes. Il n'y a qu'à voir l'enthousiasme dont il font preuve dans certaines disciplines sportives à la mode.

A mon avis, il est impératif d'encourager la disposition à la performance car il faut savoir parfois «forcer les gens au bonheur». Ce que je veux dire par là c'est

que, de par notre rôle de modèle, nous devons être disposés et motivés à nous entraîner et à réaliser des performances dans des disciplines sportives dites traditionnelles.

Erich Hanselmann: J'ai fait les mêmes constatations. Les jeunes mettent moins d'acharnement à s'entraîner, à se dépasser. Aujourd'hui, le plaisir que leur procure par exemple le patin en ligne va leur donner envie de se mesurer à d'autres patineurs dans le cadre de ce qu'ils appellent des «events». Cette attitude se situe à l'extrême opposé des performances qui sont préparées sur le mode du drill.

A partir du moment où on commence à maîtriser une discipline, on est inévitablement attiré par la compétition. C'est un phénomène que chacun peut observer et ressentir. Il s'est d'ailleurs manifesté très clairement dans le milieu du snowboard, un sport encore jeune, dont les entraînements au plus haut niveau n'ont rien à envier à ceux du ski alpin. Il y a eu une évolution du plaisir à la compétition. Les sports qui étaient axés au départ sur la recherche du plaisir et la quête de sensations fortes exigent désormais un entraînement sérieux qui s'inscrit sur la durée.

«mobile»: Quels critères peut-on prendre en considération pour développer de façon ciblée la capacité de performance?

Kurt Murer: Avant de répondre à cette question, il faut commencer par se demander comment on peut entraîner la capacité de performance à long terme. Quelles conditions faut-il remplir pour que cet entraînement soit intéressant?

Les déroulements de mouvement qui caractérisent les nouveaux sports illustrent bien les critères à respecter. En plus, ils mettent tout le monde sur pied d'égalité vu que personne n'est assuré de réussir du premier coup. Il faut toujours qu'il règne un certain suspense, une certaine tension.

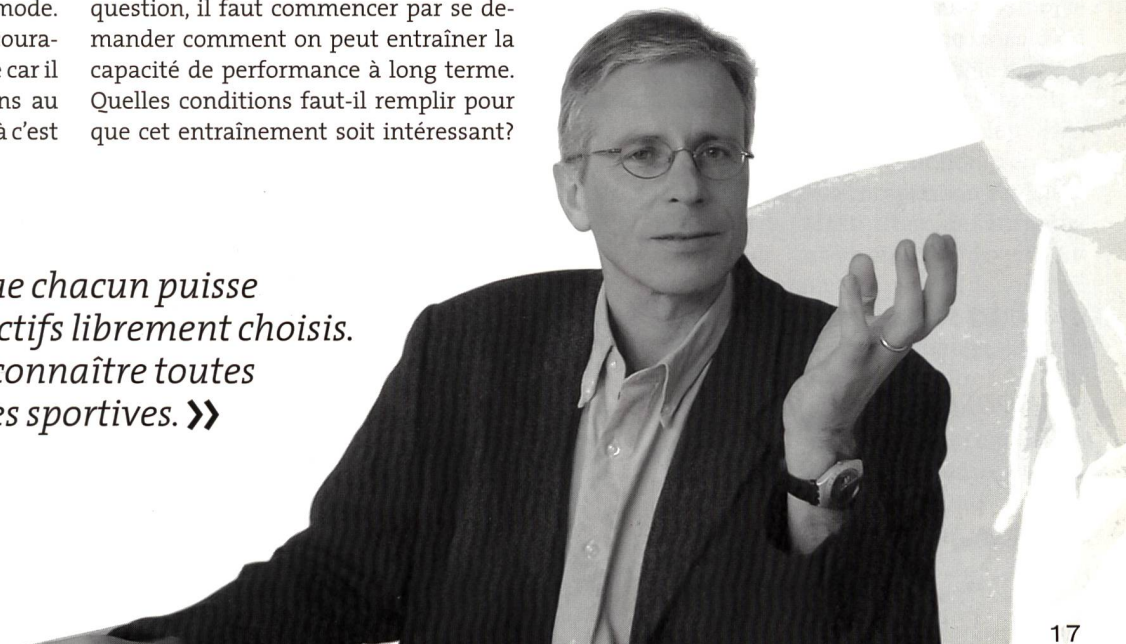
En ce qui concerne les méthodes d'entraînement, on a souvent repris celles des adultes pour les appliquer aux enfants. Or, lorsqu'on s'adresse à un public plus jeune, il faudrait privilégier d'autres éléments et travailler autrement, en adaptant en l'occurrence les méthodes aux besoins particuliers des enfants et des adolescents. Concrètement cela signifie: plus de diversité et plus de variété. Il faut également donner aux jeunes l'occasion de vivre des émotions fortes sans recourir à la pratique des derniers sports apparus sur le marché. En les amenant par exemple à se demander «Est-ce que je vais réussir à franchir ce ruisseau d'un seul bond?» au lieu de les faire entraîner le saut en longueur sur un simple terrain d'athlétisme.

Erich Hanselmann: La question qui se pose à cet égard est de savoir si l'objectif visé consiste à atteindre de meilleurs résultats.

Kurt Murer: Certes, mais il faut que les défis proposés restent variés jusqu'à ce que les intéressés soient fixés. Par ail-

«Il est important que chacun puisse se fixer des objectifs librement choisis. Et pour ce faire, il faut connaître toutes sortes de pratiques sportives.»

Kurt Murer



leurs, il est très important que les défis soient choisis et définis par les personnes qui devront les relever!

Erich Hanselmann: Autrement dit, il faut leur donner le droit de décider ce qui leur fait plaisir sur le moment?

Kurt Murer: Non, ce qui importe avant tout, d'après moi, c'est de poser les bases d'un savoir-faire moteur – tout en éveillant, au travers de nombreux défis différents, l'envie de bouger et le plaisir de se dépenser physiquement. En sport, on a trop vite tendance à vouloir appliquer des normes. Et appliquer des normes signifie également comparer ses résultats avec d'autres groupes. Nous savons bien que ce besoin de comparer est toujours présent, mais il est plus judicieux de commencer par le satisfaire au sein d'un groupe bien défini.

«mobile»: Est-ce que le droit de codécision est toujours bon à appliquer, et de fait applicable, dans le sport d'élite?

Erich Hanselmann: L'objectif visé est très clair: amener le ou la jeune athlète à devenir autonome et responsable. Objectif ambitieux qui requiert un engagement à long terme et qui exige que l'on mette tout en œuvre pour favoriser l'autodétermination et la responsabilisation de l'individu. Les sportifs d'élite, hommes et femmes confondus, doivent suivre une évolution qui les conduit à devenir des personnes autonomes.

Kurt Murer: Il est extrêmement utile de transposer les principes positifs de la culture de la performance véhiculés par les nouveaux sports dans d'autres disciplines sportives. Mais il est moins judicieux de laisser dès le départ les élèves décider et choisir librement, car il faut d'abord poser des bases. Pour choisir, il faut avoir certaines connaissances et certains repères. C'est pourquoi il importe de commencer par se familiariser avec les possibilités existantes. Puis, en s'appuyant sur les conseils de personnes

compétentes et en se faisant aider comme il se doit, on peut progressivement perfectionner les bases acquises et se donner les moyens de faire des choix.

Erich Hanselmann: Je partage cette opinion. C'est notamment en faisant leurs propres expériences que les jeunes sportifs d'élite trouvent leur voie. Il faut explorer de nombreuses pistes et ouvrir bon nombre de portes, il faut se familiariser avec plusieurs disciplines sportives. En d'autres termes évoluer vers une spécialisation à partir d'une formation de base polyvalente faite de différentes expériences motrices relevant de différentes disciplines sportives. Les habiletés motrices ainsi acquises peuvent ensuite être transférées et exploitées dans un sport spécifique.

«mobile»: La société exige de chacun une certaine disposition à la performance. Le sport peut-il aider l'individu à satisfaire à cette exigence?

Kurt Murer: Ce serait bien si c'était le cas. Mais il n'est pas possible de démontrer que la disposition à la performance sportive est transférable dans d'autres domaines d'activité. Prenez le sport d'élite. A ce niveau, on se pose le genre de questions suivantes: Le sport d'élite sélectionne-t-il des jeunes particulièrement disposés à la performance ou, au contraire, permet-il justement à ces jeunes d'acquérir cette qualité? Comment s'effectue la sélection? Le sport contribue-t-il à cristalliser une valeur existante ou inversement?

Erich Hanselmann: A ce stade de la discussion, il me semble important de rappeler que le sport est une école de vie exceptionnelle qui permet de développer ses qualités personnelles. En plus du

transfert, il faut aussi penser au rôle de modèle que le sportif joue pour les jeunes. Une bonne volleyeuse ou un bon gymnaste peuvent jouer ce rôle dans l'environnement qui leur est propre, qu'il s'agisse d'un club ou d'une classe.

«mobile»: Les médias n'ont-ils pas aujourd'hui trop tendance à parler du sport d'élite en termes de performance, ce qui finit plutôt par rebuter les jeunes?

Kurt Murer: Quand on parle de performance, il faut toujours définir les critères auxquels on se réfère. Dans le sport-handicap ou le sport des aînés, le résultat d'une performance donnée peut paraître modeste, comparé à ceux du sport d'élite. C'est dire que si l'on prend pour critère la notion socio-normative de la performance, ce résultat est insignifiant. Mais si l'on peut se placer dans une optique objective et individuelle, il peut être considéré comme tout à fait remarquable. Ce qui me semble beaucoup plus problématique, c'est que le sport véhiculé par les médias ne met en évidence que les aspects socio-normatifs. Dans la vie de tous les jours, la plupart des gens cherchent, en pratiquant du sport, à expérimenter directement la performance, c'est-à-dire à explorer son aspect de façon individuellement objective.

Erich Hanselmann: Le système de valeurs de la société et, partant, la reconnaissance et l'intérêt des médias se fondent sur le résultat le plus mesurable, le plus objectivement appréciable d'une performance. En fait, nous en revenons à ce que nous disions au début de notre entretien: la performance doit être considérée de façon nuancée et encouragée à tous les niveaux. **m**

«La sélection des jeunes talents ne saurait se fonder sur la seule prise en considération de leurs résultats.»

Erich Hanselmann

