

MOTIVATION, ATTITUDE, RESPONSABILITE

3 mots clé en Finlande

Interview du coach Finlandais de l'équipe de Basket Scolaire.

« Je comprends votre question, c'est LA QUESTION CLE en particulier quand on travaille avec de jeunes athlètes. Et si on considère que le sport est fondamental, ce n'est pas seulement à cause de la façon dont on envoie le ballon, dont on court ou dont on saute, c'est aussi pour cultiver votre mentalité. L'important, c'est comment vous vous entraînez, **est-ce que vous avez** une discipline personnelle ?

Je ne sais pas comment vous faites ici, mais chez nous en Europe du nord, on fait beaucoup d'efforts pour faire progresser la mentalité de nos jeunes athlètes. L'essentiel, ce n'est pas seulement comment s'entraîner physiquement, mais comment s'entraîner mentalement.

Nous avons 3 mots clé :

- MOTIVATION
- ATTITUDE
- RESPONSABILITE

Premier mot clé : MOTIVATION

Quelle est votre motivation pour suivre les règles ?

Quelle est votre motivation pour suivre votre programme du point de vue des études et du point de vue du sport ?

Tout vient de votre propre motivation, ce que vous accomplirez et ce que vous ne ferez pas. C'est ce que vous devez décider en premier.

Quand on s'occupe de jeunes gens, dans mon école, ils ont entre 16 et 19 ans, ils ont besoin d'être guidés. Il faut faire comme sur une carte. « Si tu suis cette voie, tu iras à tel endroit », c'est toujours votre choix. On peut t'aider, on peut te soutenir, mais on ne peut pas le faire à ta place, c'est ton choix. On travaille beaucoup là dessus et ça prend du temps.

Il arrive souvent qu'il y ait une personne célèbre dans la salle. Elle parle pendant une heure, tout le monde applaudit et il ne se passe rien. Il faut un travail journalier, c'est comme pour le tir. Il faut s'entraîner tous les jours, « qu'est-ce que tu veux faire aujourd'hui ? Quelle est ta motivation, ton objectif ? »

Deuxième mot-clé : ATTITUDE

L'attitude, c'est comment on fait en classe. Est-ce qu'on s'entraîne comme ça ? Mollement, sans conviction ou comme ça ? Déterminé. Est-ce que tu dors en classe ou est-ce que tu penses vraiment ? Nous avons un slogan : « tout est dans l'attitude ». S'il n'y a pas d'attitude déterminée, il n'y a pas de but atteint.

Troisième mot-clé : RESPONSABILITE

Quelle est votre responsabilité envers vous même ? Envers votre équipe ? Envers votre professeur ? Votre famille ? Tout le monde a une responsabilité. Quelle est la tienne ? Qu'est-ce que tu voudrais faire pour assumer ta ou tes responsabilités ? On travaille beaucoup avec les classes.

Si vous avez une bonne motivation, une bonne attitude et si vous assumez vos responsabilités, alors on a la moralité, le respect des règles et tout le reste... « On ne boit pas de bière la veille du match... On n'emprunte pas la voiture sans la demander... Tout vient de l'intérieur, C'est comme une habitude à prendre, c'est comme l'habitude de tirer d'une certaine façon, si elle existe, en tournoi on tirera toujours ainsi ».