

Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 55 (1998)

Heft: 6

Artikel: Notre enfant est doué pour le sport : comment réagir? : "Laissez-moi être un enfant!"

Autor: Suter, Heinz

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-998794>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.01.2026

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



Notre enfant est doué pour le sport. Comment réagir?

«Laissez-moi être un enfant!»

Heinz Suter

Traduction: Dominique Müller

Photos: Daniel Käsermann

Les parents exercent une grande influence sur l'évolution de la carrière sportive de leur enfant, jusqu'au plus haut niveau. En ce sens, les entraîneurs ont aussi pour tâche d'assister ces parents, le plus tôt possible et à long terme, afin qu'ils s'investissent au mieux auprès de leurs enfants.

«L'entraîneur ne s'occupe pas assez de ma fille!», «Pourquoi est-ce justement mon fils qui reste sur la touche aujourd'hui!?!», «C'est une mauvaise tactique pour mon fils!», voilà le genre de récriminations souvent proférées autour des terrains de sport, le samedi après-midi, lorsque pères et mères se muent en experts et s'arrogent à la fois le rôle de chef entraîneur et de chef tacticien. Les tentatives d'influence commencent dès la sélection des équipes, se poursuivent avec

l'organisation des matches, en passant par les critiques mal fondées des décisions prises par l'entraîneur ou les commentaires tendancieux des résultats de matches.

Rien à voir avec l'entraînement: là, les «mamans-taxis» sont heureuses de se retrouver entre elles pour partager un convivial «café-gâteau» et discuter des problèmes quotidiens. La tactique et la sélection des équipes ne sont pas des sujets qui les interpellent. Plus le niveau de performance est élevé, plus les parents sont tentés d'exercer une influence sur les entraîneurs et les cadres des fédérations. La critique verbale se mue en critique cachée et les cercles qui en font l'objet sont toujours plus nombreux: le président, les sponsors, les journalistes...

Ce processus repose sur un mécanisme paradoxal: les parents n'hésitent

pas à profiter des activités et des éducateurs sportifs mis à disposition par les clubs, mais en même temps ils estiment que ces formateurs ne sont pas capables d'encadrer leur «enfant prodige» conformément aux idées qu'ils se font du sujet.

«Laissez-moi jouer par plaisir, accordez-moi le droit d'être un enfant. Ne m'imposez pas des objectifs que vous jugez importants pour mon avenir. En m'efforçant de les atteindre aujourd'hui, je vais sans doute laisser passer d'autres choses qui, pour le moment, ont plus d'importance à mes yeux. Laissez-moi vivre selon mon âge, car je n'ai qu'une enfance.»¹

Lorsqu'il s'agit de leur propre enfant, les parents réagissent très fortement sur le plan émotionnel. Les exemples négatifs et les excès évoqués ne devraient pas exister; ils ne surgissent que lorsque certains parents reportent sur leurs enfants des ambitions sportives avortées.

Ancien maître de sport à l'EFSM, *Heinz Suter* est responsable depuis quelques années du projet «Sport d'élite et école» auprès de l'AOS. En tant qu'ex-handballeur d'élite, entraîneur et formateur, il connaît bien les différents aspects du sport d'élite.

«N'essayez pas de gagner à travers moi, ne tentez pas de me modeler à votre image ou d'exiger de moi ce que vous-mêmes n'avez pas réussi. Ne gaspillez pas ce temps précieux, car je suis un enfant, je suis heureux d'être un enfant et je veux le rester.»¹



de celui-ci au sport de haut niveau. Le talent de l'enfant n'est pas un fait acquis et définitif; c'est plutôt la résultante d'un processus à long terme, due à l'action combinée des composantes motrices, psychiques, émotionnelles et sociales à laquelle est soumis l'enfant, processus qui implique bien des changements. A cet égard, l'entraînement joue un rôle essentiel. Le talent et l'entraînement sportifs sont étroitement imbriqués et se conditionnent mutuellement. Par rapport à leurs camarades du même âge, les enfants doués pour le sport réalisent d'emblée de meilleures performances et se distinguent aussi par leurs excellentes dispositions (capacités) et par leur envie de réussir (volonté). Leurs capacités se situant au-dessus de la moyenne, la possibilité existe, pour autant que ces aptitudes bénéficient d'un entraînement approprié, d'accéder progressivement à un niveau de performance national et international.

L'importance de l'entourage

Pour savoir si un enfant va se consacrer sérieusement à une activité sportive, plus tard à la compétition, peut-être même à un haut niveau, il existe quatre facteurs déterminants:

- 1 La constellation familiale (la famille s'intéresse-t-elle au sport de compétition et au sport d'élite?).
- 2 La «relation au sport» dans le cercle de copines et de copains.
- 3 L'importance du sport d'élite dans la commune: compte-t-elle déjà des athlètes d'élite, une équipe de haut niveau, etc.?
- 4 Les activités sportives offertes aux enfants et aux jeunes à proximité de leur domicile.

Les parents sont aussi, lorsqu'il s'agit de sport, des personnes de référence, dans le sens où ils sont susceptibles d'exercer une influence stimulante ou au contraire inhibante sur leur enfant. Leur attitude à l'égard du sport est déterminante pour l'enfant. Sans l'engagement des parents, le sport des enfants et des jeunes n'existerait pas. En effet, ils sont à la fois sponsors et mécènes, chauffeurs et responsables du matériel. La vie familiale s'articule essentiellement autour de l'emploi du temps de l'enfant. Les réunions privées et les rendez-vous étant souvent agendés en fonction de l'entraînement de l'enfant.

Mais la médaille a malheureusement toujours un revers: l'équilibre familial peut être mis en danger par le stress occasionné par le manque de temps et les horaires à respecter; certains enfants ne commencent à profiter de leur temps libre que le samedi après 15 heures et le dimanche après 14 heures, après une semaine de 65 heures... Eu égard aux sacrifices imposés, la tentation est grande de gâter son enfant, de le mettre sur un piédestal et aussi de le considérer comme un investissement pour lequel on sera un jour payé en retour.

Notre enfant est-il doué?

La plupart des définitions permettant de définir le talent se basent sur des caractéristiques et des conditions précises, ainsi que sur les pronostics qui leur sont associés. Les facteurs suivants doivent être pris en compte dans la définition de l'enfant doué pour le sport:

Dispositions – Capacités

- Dispositions physiques: taille, poids, équilibre des proportions, etc.
- Dispositions physiologiques: endurance, force, vitesse, coordination, souplesse, etc.
- Dispositions motrices: sens de l'espace, de la distance, du timing et de la balle, du rythme, de l'équilibre, etc.
- Facultés d'assimilation: perception, compréhension, anticipation, rapidité d'assimilation, etc.
- Facultés de réflexion: concentration, réponse motrice, imagination, sens tactique, etc.
- Facultés psychiques: équilibre psychologique, maîtrise du stress, etc.
- Facteurs sociaux: capacité à assumer un rôle, sens de l'intégration, sens de la place dans l'équipe, etc.

Disponibilité – Volonté

- Disponibilité vis-à-vis de la compétition et de la performance: assiduité à l'entraînement, acceptation de l'effort, persévérance, etc.

Environnement social – Ressources

- Conditions scolaires et d'apprentissage existantes, besoins de loisirs, possibilités de soutien, etc.

Résultats – Performances

- Compétitions préparatoires, comparaisons aux niveaux national et international.

La manière dont le talent de l'enfant est stimulé est un élément décisif pour l'accès

A qui le talent appartient-il vraiment?

Le fils a-t-il hérité des capacités de son père, la fille de celles de sa mère, ou l'un et l'autre doivent-ils leur talent uniquement à leur sponsor? Le talent n'appartient qu'à lui-même: je suis comme je suis – je ressens ce que je ressens – je pense ce que je pense – je sais ce dont j'ai besoin. Entre 5/6 ans et 12/13 ans, l'enfant est déjà doté de vastes capacités et d'une grande volonté; c'est en les mettant à l'épreuve, jour après jour, qu'il se construit et se transforme progressivement en un être capable d'agir. Le sport lui permet notamment d'accéder plus rapidement à son ego et de développer son identité en tant que personnalité à part entière. Puis, en allant à l'école, l'enfant va connaître sa première séparation – affective et spatiale – avec ses parents, s'éloignant pour quelques heures du foyer parental et découvrant ainsi, en la personne de son instituteur ou de son institutrice, une nouvelle personne de référence. La relation qu'il entretient avec ses parents évolue. Il «n'appartient» plus exclusivement à sa mère. Il est fier de ses parents, qui exercent alors une fonction de modèle. Des relations émotionnelles positives et un sentiment de sécurité sont, pour l'enfant, une clé pour l'accomplissement d'une

«N'essayez pas de planifier ma vie ou ma personnalité. Ne désespérez pas à cause de mes échecs et surtout, ce qui est pire encore, ne vous en croyez pas responsables. La souffrance qui m'envahit après une défaite disparaît totalement dès que j'ai surmonté mes larmes, puis je l'oublie totalement lorsque je retourne sur le terrain, heureux de jouer à nouveau et d'être un enfant.»¹

performance. L'espoir d'être «reconnu» lorsqu'il réalise une performance joue un rôle renforçateur; à l'inverse, la peur permanente de l'échec et des punitions qui en résultent paralysent et annihilent sa motivation. Un enfant gagne plus facilement lorsqu'il peut perdre sans essuyer des reproches.

Les parents qui s'investissent dans la carrière sportive de leur enfant réalisent un grand travail d'assistance. La plupart des entraîneurs et des fonctionnaires sportifs considèrent cette aide comme naturelle et réagissent d'autant plus fortement lorsque des conflits surgissent dans la relation parents – enfant – entraîneur. C'est pourquoi, dans le domaine du sport des enfants et des jeunes, il est primordial que les responsables de la formation intègrent et assistent les parents dans le cadre d'un processus de coaching.

Pour apporter ce soutien, qui doit intervenir très tôt et se poursuivre à long terme, l'entraîneur doit faire preuve de finesse psychologique et de doigté tout en gardant la distance nécessaire. Ce processus de coaching vise

- à aider les parents à concilier la formation scolaire – qui doit rester le but prioritaire – et l'engagement sportif de leur enfant;
- à faire en sorte que le sport dispensé soit de qualité sur le plan médical, pédagogique et psychologique afin que les

parents puissent l'intégrer également dans le cadre de leur éducation globale;

- à enclencher un processus de communication entre les parents – l'enfant – les enseignants;
- à remplir une fonction consultative pour les parents et les enseignants;
- à aider les parents à se départir du rôle de «chaperons» qu'ils exercent auprès de leurs enfants, afin que ces jeunes deviennent rapidement des sportifs autonomes et responsables de leurs actes.

L'accompagnement par les parents

Confiance et sécurité

En cas de défaites, de blessures ou d'autres problèmes, l'enfant doit pouvoir trouver sécurité et réconfort auprès de ses parents. Encourager un enfant doué dans

«Je sais que vous souffrez lorsque je joue, mais ce n'est pas nécessaire, parce que je suis heureux, lorsque je joue. On croirait presque que les autres se battent pour nous en dehors du terrain, comme si les parents étaient jaloux les uns des autres, comme s'ils souffraient à cause d'une victoire ou d'un jeu qu'ils voudraient parfaits et que je ne suis pas capable de leur offrir.»¹

sa carrière sportive signifie lui donner l'occasion d'épanouir son talent, et ce sans espérer un «paiement» ou un «remboursement» ultérieur. La confiance que les parents accordent à leur enfant permettra à ce dernier d'oser, d'entreprendre.

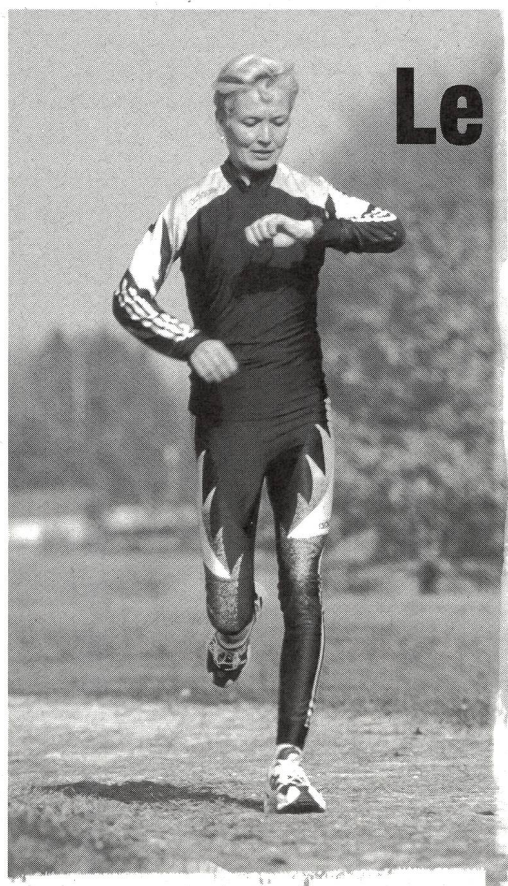
Considération et autonomie

L'estime que les parents portent à leur enfant ne devrait pas reposer sur ses performances sportives.

L'éduquer à être autonome signifie, dans le domaine du sport, l'encourager à prendre de plus en plus de responsabilités. Des responsabilités à l'égard de ses actes sportifs, mais aussi au niveau de son organisation personnelle.

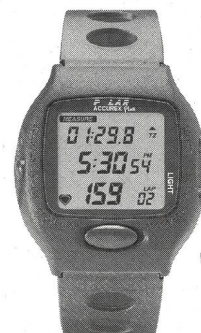
«Accordez-moi du temps et essayez de comprendre que les choses doivent désormais se dérouler ainsi, et qu'en sport, comme en d'autres domaines de la vie, tout arrive au bon moment. S'il vous plaît, laissez-moi jouer seul, laissez-moi m'amuser, être heureux. Je suis un enfant, ne l'oubliez pas, encore un enfant... et je ne le serai qu'une seule fois dans ma vie.»¹

¹Tiré de «An meine Eltern, an meine Sportlehrer, an die Sportleiter», in: Panathlon-Club International, 1997. ■



Le succès sur mesure.

Avec l'Accurex Plus™, vous aussi vous pouvez gagner, seul ou en groupe, comme la championne Franziska Rochat-Moser. Grâce à la transmission sans fil et au codage numérique de votre fréquence cardiaque, à l'affichage de l'heure, au chronomètre et au compte à rebours, vous saurez toujours où vous en êtes – et aussi pour évaluer les données enregistrées sur PC. En vente dans les magasins spécialisés.



POLAR Accurex Plus™

Fournisseur officiel:



Fournisseur officiel de l'équipe olympique suisse



LEUENBERGER MEDIZINTECHNIK AG
Industriestrasse 19, 8304 Wallisellen

POLAR®
heart rate monitors