

TÉMOIGNAGE

Le sens du rebond



Henri Leconte

L'ancien champion de tennis a fondé une entreprise de coaching avec sa compagne Maya, coach de vie. Ils défendent une meilleure prise en compte des émotions.

Pourquoi avez-vous fondé votre entreprise de coaching?

Ce n'était pas du tout évident pour moi. J'ai arrêté l'école à 14 ans pour me consacrer au tennis. Je le cachais, mais j'avais honte. Honte de manquer de culture, de ne pas savoir parler... La rencontre avec Maya, qui était coach et hypnothérapeute m'a beaucoup aidé. Elle m'a dit: «*Connais-tu beaucoup de personnes qui ont été numéro 5 mondial dans leur domaine de compétence?*» Cette phrase a été un déclic. Elle m'a donné confiance, et c'était parti!

Vous êtes-vous formé au coaching?

J'ai fait un gros travail sur moi-même, de façon à comprendre et donc pouvoir transmettre mon expérience. J'ai dû me saisir d'outils et de techniques psychologiques, mais aussi affronter mes propres réticences, accepter de revenir sur mes défaites, mes complexes, assumer mes réussites. L'écriture de mon livre, *Balles neuves* (2023) m'a fait également avancer. Quand on se libère de ses croyances limitantes, on est dix fois plus fort!

Qu'est-ce qui intéresse les entreprises dans votre parcours?

L'échec, la performance et la résilience. En finale de Roland-Garros en 1988, je vis la plus grande défaite de ma carrière. Je perds sèchement et je fais un discours maladroit en lançant au public déçu: «*J'espère que vous avez un petit peu compris mon jeu!*» Il s'ensuit trois ans de descente aux enfers, où j'enchaîne défaites et erreurs de communication. En 1991, je suis au fond du trou, j'ai des problèmes de hernie et je marche à peine. Yannick Noah vient me chercher pour remporter la

coupe Davis. Il avait besoin d'un fou, d'un d'Artagnan. Cette confiance a été décisive. Parce que je me suis senti reconnu, j'ai remonté la pente jusqu'à l'exploit. Certes j'ai raté ma finale à Roland-Garros en individuel, mais nous avons réussi ensemble, à la Coupe Davis, avec trois fortes personnalités. Guy Forget, qui était leader de notre équipe, perd le premier match en simple. Moi que personne n'attendait, je gagne ensuite contre Pete Sampras! Enfin, on rebooste Guy. On lui dit: «*Tu vas gagner!*», on fait le double ensemble, on le porte... et on gagne! C'était une finale incroyable. En 1988, je n'avait pas été capable de gérer mes émotions. En 1991, j'y suis parvenu, et là j'étais invincible.

Quelles sont selon vous les qualités d'un bon coach?

Quel que soit son domaine, il doit d'abord comprendre à qui il s'adresse. Il faut du cœur, de l'écoute, de l'empathie. J'ai eu la chance d'être coaché à mes débuts par Ion Tiriac. Il était dur, mais il m'aimait. Et moi je le considérais comme un deuxième papa, c'est toujours vrai aujourd'hui. On a tous besoin de cette confiance. Cela n'exclut pas de poser des limites et des règles, au contraire, cela y donne sens et valeur. Il faut d'autre part des qualités de communication, savoir poser les mots, avec clarté et tact. L'expertise aussi est primordiale: dans le sport, les grands coachs ont généralement un grand parcours sportif. Il faut du temps, de la cohérence et de la stabilité pour construire un projet à long terme. Il reste enfin que l'essentiel, c'est vous. Ce n'est pas parce qu'un coach vous indique ce qu'il faut faire que vous y arriverez. Il faut que vous, vous soyez capable de l'entendre et de travailler. ●

Retrouvez une version plus longue de cet entretien sur [scienceshumaines.com](https://www.scienceshumaines.com).

Henri Leconte est ancien champion de tennis. Joueur professionnel entre 1980 et 1996, il a remporté la Coupe Davis en 1991.

PROPOS RECUEILLIS PAR HÉLOÏSE LHÉRÉTÉ