



« *Le golf se pratique dans le respect total d'une étiquette rigoureuse* »

# Abdellatif Idmahamma

Secrétaire Général de la FRMG et du CNOM

**Pratiquer le golf contribue à former de bons citoyens, au-delà de la performance sportive.** Abdellatif Idmahamma nous explique pourquoi.

### **Selon vous, quel rôle joue le golf dans le développement personnel des jeunes ?**

Il est communément admis que le développement personnel fait référence au regard positif que la personne se doit de porter sur elle-même. Il ambitionne donc de faire parvenir à une meilleure connaissance de soi, à une plus grande confiance en soi et à l'amélioration de l'estime de soi. C'est forcément un cheminement qui se fait tout au long des différentes étapes d'un parcours de vie. J'estime que le golf, particulièrement pour les jeunes, est une formidable opportunité d'utiliser, au mieux, leurs capacités et leurs potentiels sur les parcours, là où ils sont confrontés, en permanence (dans le sens positif du terme), à eux-mêmes, aux autres éventuellement et à leur environnement du moment. De ces confrontations résultent nécessairement d'abord une meilleure connaissance de soi et ensuite, une meilleure estime de soi.

### **Le golf est reconnu comme étant le meilleur sport pour l'activité physique tout au long d'une vie. Peut-on dire que c'est également un excellent sport pour développer ses compétences personnelles ?**

Le golf est, par excellence, le sport qui peut se pratiquer dès la plus tendre enfance jusqu'à l'âge le plus avancé possible. Les parcours de golf restant les mêmes ou changeant très peu, l'évolution du matériel de golf n'étant vraiment significative que pour les pratiquants de haut niveau, les seules

variables qui restent sont donc les capacités physiques et mentales du joueur de golf. La magie du golf consiste à amener ce joueur, au fur et à mesure qu'il avance en âge, à utiliser certaines de ses compétences plutôt que d'autres, voire à développer de nouvelles compétences. Dans son jeune âge, le joueur a plutôt tendance à utiliser pleinement sa force et ses aptitudes physiques. Et au fur et à mesure qu'il avance dans l'âge, il a tendance à utiliser davantage la précision, la tactique et la stratégie.

### **Quand on joue au golf, on est face à soi-même dans la réussite comme dans la défaite. Comment appréhender positivement tout cela quand on est jeune golfeur, surtout pour les jeunes professionnels qui veulent en faire leur métier ?**

Le propre de tout sport individuel est que le joueur est confronté, in fine, à lui-même. Si réussite il y a, le joueur se doit de la fêter en toute lucidité. Par contre, je ne parlerai pas de défaite ou d'échec, si le joueur ne parvient pas à atteindre les objectifs qu'il s'est fixés, je dirai plutôt qu'il a, là, une formidable opportunité d'apprentissage, une formidable occasion de tirer les leçons et des enseignements pour l'avenir. Évidemment, il faut beaucoup de recul, beaucoup de maturité pour parvenir, seul, à cet état d'esprit. Mais pour la plupart des joueurs, cela se développe et ne peut se développer que grâce à l'accompagnement

adéquat par un coach mental. Cet accompagnement est incontournable, si le jeune golfeur veut faire du golf son métier

### **Respect, confiance, apprentissage continu... sont autant de valeurs que l'on retrouve dans le golf. Peut-on dire que c'est une école de la vie ?**

Le golf, une école de la vie. Cela fait référence à la dimension culturelle et sociale du sport.

La société, pour se perpétuer, dans l'harmonie, a besoin d'éléments qui la renforcent et la cimentent. Ces éléments sont les valeurs qui réglementent les rapports des citoyens entre eux et leur permettent de vivre en commun. D'évidence, ce sont les valeurs de respect de confiance, d'éthique, d'équité, d'émulation etc. Le sport, en général, cristallise et donne corps à ces valeurs et le golf plus particulièrement. En effet, le golf se pratique dans l'expression explicite et le respect total d'une étiquette rigoureuse qui repose sur deux principes fondamentaux : le premier principe, c'est que le joueur est seul pleinement responsable de ses actes, le deuxième principe, c'est le total respect de l'autre. Permettez-moi d'oser une dernière comparaison du golf avec ces cérémonies initiatiques, en Afrique et ailleurs, qui, pour consacrer le passage de l'adolescence à l'âge adulte, testent la capacité du postulant à faire appel aux valeurs de courage, ténacité, solidarité, endurance etc. Oui, le golf est une formidable école de la vie. ☺

## DOSSIER CULTURE DU SPORT

→ on est un jeune joueur? « *Le propre de tout sport individuel et que le joueur est confronté, in fine, à lui-même. Si réussite il y a, le joueur se doit de la fêter en toute lucidité. Par contre, je ne parlerai pas de défaite ou d'échec, si le joueur ne parvient pas à atteindre les objectifs qu'il s'est fixé, je dirai plutôt qu'il a, là, une formidable opportunité d'apprentissage, une occasion de tirer les leçons et des enseignements pour l'avenir* », affirme M. Abdellatif Idmahamma, Secrétaire Général de la Fédération Royale Marocaine de Golf et du Comité National Olympique Marocain.

### Accompagnement mental

Pour y parvenir, M. Idmahamma souligne qu'il faut beaucoup de recul et beaucoup de maturité. « *Pour la plupart des joueurs cela se développe et ne peut se développer que grâce à l'accompagnement adéquat par un coach mental. En tout cas, cet accompagnement est incontournable, si le jeune golfeur veut faire du golf son métier* », précise-t-il (lire son interview page 34). « *Tout échec, pour être profitable, doit être digéré émotionnellement avant d'être analysé (...). En revisualisant ensuite dans les détails son tournoi et en faisant des « arrêts sur image » dans les moments déterminants de l'épreuve, le préparateur mental et le sportif tentent de mettre à jour les vraies raisons, toujours spécifiques de l'échec : une pensée parasite, une focalisation trop importante sur soi ou sur la technique, un conseil technique de son coach mal interprété, etc.* », soutient Marion-Mari Bouzid, Psychologue clinicienne, spécialisée en thérapies comportementales et cognitives. C'est en comprenant les raisons précises de son échec que le sportif pourra les corriger et se donner les chances de progresser, d'après Marion-Mari Bouzid (lire son interview page 35). Aux jeunes golfeurs, elle dit : « *N'ayez pas peur d'échouer, surtout en début de carrière, c'est une question de réussite ! Un deuxième conseil est de se fixer des objectifs de maîtrise en plus des objectifs de résultat. En effet, il est des challenges que l'on gagne haut la main mais avec facilité tandis qu'il existe des échecs sur le papier où l'on peut avoir très bien performé* ». Au regard de toutes ces analyses, le sport est incontestablement une école de la vie, le golf en particulier. Apprendre à mieux se connaître soi-même, savoir tirer profit de ses échecs pour progresser, respecter son environnement et son partenaire de jeu, apprendre à être humble et toujours se remettre en question sont autant de valeurs acquises, en pratiquant le golf, abstraction faite du résultat. ☺



©AFP



©AFP





**I**l faut toujours être en apprentissage et en développement pour atteindre son plein potentiel, dit-on souvent dans le milieu golfique. Une affirmation qui s'applique également au sport d'une manière générale, notamment de nos jours où la quête de performances, aussi bien dans le milieu amateur que professionnel, exige de s'entourer de préparateurs mentaux ou coach en développement personnel, au-delà des aptitudes purement physiques. Maîtriser ses émotions face à une situation délicate, gérer l'échec et en tirer profit ou simplement apprendre des valeurs fondamentales sont autant d'atouts sur lesquels on peut capitaliser quand on a la culture du sport.

Le Maroc est connu comme étant un pays de sport mais y a-t-il une vraie culture du sport ? À cette question, Hassan Fekkak, Directeur Technique du Comité National Olympique Marocain (CNOM) répond : « *C'est quoi une vraie culture du sport ? Ce que je constate aujourd'hui, dans notre pays, c'est que les Marocains aiment le sport. À tous les coins de rue,*

**«LE CHEMIN QUI  
CONDUIT À LA  
MÉDAILLE EST  
PLUS RICHE EN  
APPRENTISSAGES»**

*des enfants improvisent des terrains et jouent au ballon. Il y a une ouverture exponentielle des salles de sport. Il y a de plus en plus de terrains de proximités, des installations sportives en plein air. Les Marocains s'intéressent, aussi, aux résultats des sportifs, quelle que soit la discipline. Est-ce que la pratique du sport est optimisée dans notre pays ? Je dirai qu'il y a encore une marge de progression et un grand potentiel à développer ».*

### **Performances sportives et citoyenneté**

Mettant en avant l'impact positif de la pratique sportive sur l'éducation, sur la santé et sur le rayonnement du pays à l'international, M. Fekkak affirme que tous les ingrédients sont réunis pour concevoir un projet global et faire du sport un secteur de développement humain et économique. Cela passe, à l'en croire, par la rénovation des infrastructures, l'amélioration de la formation des cadres et éducateurs sportifs. « *Une culture n'est pas figée, elle est en perpétuelle évolution. À nous d'être les acteurs d'une culture sportive qui nous ressemble* », dixit Hassan Fekkak.



Interrogé sur la place qu'occupe le développement personnel dans le travail du CNOM, il soutient que « *le développement personnel ou comme dit notre président « Tirer vers l'excellence » est au centre de toutes les missions du CNOM* ». Outre la promotion des valeurs olympiques, le CNOM accompagne les différentes fédérations sportives marocaines afin d'améliorer les performances sportives mais également de former de bons citoyens. « *La médaille est importante, mais le chemin qui conduit à la médaille est plus riche d'apprentissages et d'enseignements pour la vie* », affirme Hassan Fekkak.

### **Respect, honnêteté, patience...**

Concernant le golf, Hassan El Mansouri, Vice-Président Délégué de la Fédération Royale Marocaine de Golf, se pose la question suivante: « *Le golf est-il un excellent moyen de développement personnel ou bien faut-il avoir des bons outils de développement personnels pour s'épanouir au golf ?* ». Pour lui, la réponse peut être différente selon le niveau de pratique de golf. « *Pour le jeune joueur, ce sport est exceptionnel*

**«CE SPORT EST  
EXCEPTIONNEL  
CAR IL EST BASÉ  
SUR DES  
VALEURS  
FONDAMENTALES»**

*car il est basé sur des valeurs fondamentales pour le développement personnel telles que le respect (respect de soi, respect du terrain, respect des règles, respect de l'étiquette, respect de l'adversaire, respect du caddy...), l'honnêteté, la patience, la confiance, la courtoisie...»,* explique-t-il (lire son interview page 33).

Et de poursuivre : « *Pour les joueurs d'un niveau plus compétitif, la question se pose différemment. Pour pouvoir performer en compétition, le besoin de travailler sur son développement personnel devient indispensable. Le golf est un sport individuel où l'on a beaucoup plus de temps dédié à la réflexion qu'à l'exécution, contrairement à la majorité des sports que je connais où, une fois sur le terrain, tout se passe tellement vite que la réflexion laisse la place à l'instinct* ».

Ce temps de réflexion avant l'exécution d'un coup peut parfois ne pas porter ses fruits. Des jours sans, tout golfeur en a connus. Tout comme des jours où le golfeur joue bien sans que les résultats ne suivent. Face à soi-même, comment appréhender tout cela, surtout quand ➔