

François Bigrel

**La performance humaine :  
Trois univers de compréhension**



---

*Les Artisans Conseils*

## La performance humaine : Trois univers de compréhension

A propos des notions « claires » Paul Valéry a écrit dans ses cahiers : « Ce que nous appelons clair ne l'est pas toujours en soi mais parce qu'il ne demande pas de réflexion, non qu'il n'en ait pas besoin mais ce besoin n'est pas éveillé à cause de l'habitude ».

Il est ainsi du mot « performance » dont la fréquence d'utilisation dans le milieu sportif, laisse entendre que celle-ci est finalement bien connue. Ce sentiment d'évidence n'invite évidemment pas à en entreprendre l'analyse sans laquelle pourtant nous faisons, en matière d'entraînement, courir des risques aux pratiquants qui se confient à nous.

Trois grands univers de compréhension ont cours aujourd'hui dans le monde du sport, pour rendre compte de la performance et chacun d'entre nous adhère à quelques détails près et quelquefois implicitement, à la vérité de l'un d'entre eux. Le premier s'appuie sur des considérations génétiques, le deuxième définit la performance par rapport à un « idéal » à rejoindre quant au troisième, il déclare que la performance n'existe pas et qu'elle est inventée en « situation ». Ces trois univers conduisent à des appréciations très différentes de la situation de compétition, de l'activité du pratiquant et du rôle de l'entraîneur.

Deux d'entre eux peuvent être contestés aujourd'hui. Le troisième semble, lui, à même de répondre à certaines questions que les deux premiers laissaient dans l'ombre par impuissance à les résoudre. En évoquant ce dernier univers, nous serons conduits à réenvisager les notions de technique, de style... et à proposer une autre « éthique » à la fois pour l'agir de l'athlète et pour l'activité de l'entraîneur, les deux œuvrant pour l'avènement d'une performance pouvant alors être qualifiée d'humaine.

François BIGREL

*Professeur agrégé d'EPS,  
formateur au CREPS Aquitaine (1976-2006),  
auteur d'ouvrages de réflexion sur la performance  
et le sport de haut niveau.*