

# Jérémy Roussel : La tactique des mots

Avant de devenir entraîneur de l'équipe de Metz Handball et donc de vivre sa première expérience dans le monde du sport féminin, Jérémy Roussel a pris le temps de recenser dans un livre quelques-unes de ces citations favorites. Car l'entraîneur de 36 ans est un amoureux des mots qui font mouche.



MARIO ZOLLO

«**Quand on pisse dans son froc, on n'a pas chaud très longtemps**». Voilà comment, du côté de Metz, on a appris à découvrir Jérémy Roussel. Un jeune entraîneur de 36 ans avec un vécu dans l'univers du handball masculin et qui traîne avec lui des valises entières de citations et de bons mots. Son allégorie du froc, l'Auvergnat la tire du thriller *«La nuit nous appartient»* avec Joachim Phoenix. «**Depuis dix-quinze ans je lis des livres et je regarde des films avec un stylo. Tout ce qui peut me toucher dans la vie de tous les jours et qui peut être en rapport avec ma profession, je le prends en note**». Jérémy Roussel se pose comme un coach qui croit plus que jamais à la force des mots. Il a d'ailleurs profité d'un début d'année civile 2014 sans club pour rassembler ses notes dans un ouvrage intitulé **«Recueil de pensées pour**

**coachs en mal d'inspiration»**.

Incontestablement, les mots font partie intégrante de la préparation mentale d'une performance sportive. Cause-rie d'avant-match, processus de motivation pendant l'événement, il convient pour tout entraîneur de choisir les bons termes. Le technicien de Metz Handball lui, se base sur quelques centaines de citations. «**En tout début de saison, j'ai dit aux filles: Nul ne peut vous faire admettre que vous êtes inférieures sans votre approbation. Car je sentais qu'on évoquait une certaine résignation quand on me parlait de coupe d'Europe**». La grande majorité du vestiaire ne sais certainement pas que la citation vient d'Eleanor Roosevelt, mais force est de constater que le message tend à mieux passer avec de belles figures de style.

## «La formule qui fera mouche»

Dans son livre, Jérémy Roussel explore une soixantaine de thèmes clefs de la problématique du management, qu'il soit d'ailleurs sportif ou pas. Les notions de conflit, de combat, de plaisir, de préparation ou de pouvoir sont ainsi évoquées par des citations qui viennent de tous bords. De Winston Churchill à Coluche, en passant par Jose Mourinho, Albert Camus, Confucius ou Pierre de Coubertin. «**Je n'ai pas de mentor, je n'ai pas grandi dans les pas d'un entraîneur renommé donc je me suis construit en voleur. Je me suis nourri de mes expériences mais aussi de ce que j'ai pu grappiller à droite et à gauche. Très régulièrement, il m'arrive de chercher l'inspiration pour renouveler mes discours ou pour trouver la**

**formule qui fera mouche dans la tête des joueuses**». S'il admet que toutes les pensées qu'il collectionne lui parlent, Jérémy Roussel concède néanmoins qu'elles apparaissent quelquefois contradictoires. «**Il y a des citations de Jürgen Klopp ou de Jose Mourinho: j'admire leur culot mais je suis incapable d'aller si loin**». On ne verra donc pas l'entraîneur de Metz Handball se poser en donneur de leçon ou sortir du cadre politiquement correct de l'humilité. Non, on le verra motiver, houspiller, bousculer ses filles avec des propos qui ne lui appartiennent pas toujours, comme le **«voleur de formules et de bons mots»** qu'il décrit dans l'avant-propos de son recueil. Jérémy Roussel se révèle être un jeune entraîneur qui s'appuie sur des penseurs, des politiques, des scientifiques, des humoristes ou des coachs. Sa préparation mentale, il la bichonne avec des mots. Jusqu'à ce qu'un jour, un jeune entraîneur se prenne peut-être à citer du Jérémy Rousse comme lui cite du Bergson: «**N'écoutez pas ce que je dis, écoutez ce que je fais**». Enfin, écoutez le quand même. Rémi Alezine

### A lire

«Recueil de pensées pour coachs en mal d'inspiration»  
Les Éditions du Volcan  
12€, disponible sur les boutiques en ligne «Amazon» et «Fnac»