



Franck Damée est coach professionnel accrédité Senior Practitioner, il est membre titulaire de l'European Mentoring and Coaching Council. Il intervient en coaching individuel ou d'équipe dans les entreprises, ainsi qu'auprès d'organisations sportives.

Êtes-vous un golfeur affectif ?

Lorsque vous avez une décision à prendre et le temps d'y réfléchir, faites-vous le plus souvent confiance à votre esprit cartésien qui pèse et compare les critères objectifs, ou avez-vous plutôt tendance à écouter vos valeurs et vos sentiments ? Est-ce la tête ou le cœur qui domine chez vous ? Par exemple lorsque vous décidez d'acheter un nouveau driver, choisissez-vous en fonction des trajectoires obtenues lors d'une séance d'essai au simulateur et des tests comparatifs dans la presse spécialisée... Ou vous laissez-vous séduire par le dernier modèle de votre marque préférée parce qu'un ami vous l'a recommandé ?

Cette préférence psychologique influence votre comportement dans votre vie quotidienne, dans votre activité professionnelle, et bien entendu dans votre manière d'appréhender le golf. Ainsi, le joueur « cartésien » est très à cheval sur les règles (qu'il sait aussi utiliser à son avantage) et peut se montrer froid et critique durant la partie. La clé du golf se trouve pour lui dans sa capacité à se centrer uniquement sur l'objectif à atteindre (son énergie est toute entière centrée sur le jeu, pas dans la relation). C'est un joueur logique pour qui le résultat est forcément en rapport avec le coup joué (il n'y a pas de facteur chance). Dans un jour « sans » il peut douter de lui-même et tourner en rond en remettant en cause sa technique.

A l'opposé, le golfeur « affectif » a ses parcours préférés, ses trous préférés, ses clubs préférés, ses partenaires préférés (il cherche souvent à « arranger » ses parties en compétition). Il est très attaché à sa balle (sur laquelle il fait un petit dessin) et il met des capuchons « doudous » sur ses bois (comme Paula Creamer). La clé du golf se trouve pour lui dans sa capacité à générer une bonne harmonie dans la partie... Et tirer bénéfice de cette ambiance positive (on score plus facilement dans une partie qui joue bien). En point de vigilance, le joueur « affectif » peut perdre ses moyens lorsqu'il est en manque de repères (des nouveaux partenaires, un nouveau terrain, de nouveaux clubs...) et il confond parfois « j'ai fait un mauvais coup » et « je suis un joueur nul ».

Notre personnalité conditionne notre manière d'être et d'agir et bien se connaître permet d'optimiser son potentiel. C'est pourquoi les tests de personnalité sont de plus en plus utilisés dans le monde du travail comme dans celui du sport. Ainsi le MBTI (le test le plus utilisé au monde) est mobilisé aussi bien pour recruter les cadres dans une entreprise que pour développer la cohésion dans une équipe ou optimiser la stratégie d'un sportif de haut niveau. Vous trouverez facilement sur internet des tests en ligne gratuits pour vous aider à déterminer votre profil psychologique (mots clés : MBTI + test)

Une petite devinette pour terminer. Parmi les 8 sportifs suivants, 4 affichent une préférence psychologique « affective » et les 4 autres sont plutôt « cartésiens ». A-vous de découvrir lesquels : Cristie Kerr, Ai Myazato, Graeme McDowell, Greg Norman, Martina Navratilova, Guy Forget, Diego Maradona, Michael Jordan.
Bon golf !

Franck Damée

coachgolf@conjugueursdetalents.com