

## News 13 Arbitrage AWBB - 20/11/2015

### Assertivité : L'art de pouvoir tout dire, sans agresser



Des arbitres et des formateurs se sont adressés au Département Arbitrage en demandant des renseignements sur la signification des cases 8, 10, 12 et 13 du rapport régional de formation, utilisé cette saison 2015-16. Le moment semble venu de donner une petite explication. Il est clair qu'il existe une inter-relation entre les quatre cases, qui sont très importantes car elles permettent d'évaluer les compétences personnelles de l'arbitre.

Dans la vie civile, l'arbitrage existe pour résoudre les différends entre deux parties en litige, moyennant une procédure rapide et sans devoir aller en justice dans tous les cas. Cette philosophie est aussi à la base de l'arbitrage sportif. Les clubs, à travers leur organisation – la fédération – délèguent aux arbitres la compétence pour résoudre les différends sur le terrain de jeu. Les décisions ainsi prises sont d'application immédiate; mais elles peuvent être contestées devant la justice sportive. Si l'arbitrage sportif ne reposait pas sur ces principes, la pratique du sport de compétition deviendrait impossible.

Les équipes attendent des arbitres qu'ils prennent soin de leurs intérêts et qu'ils prennent des décisions instantanées permettant le déroulement de la rencontre. Les

clubs aiment se sentir protégés par l'arbitre et être traités de manière équitable, de manière à ce qu'ils ne doivent se préoccuper que du jeu.

Pour bien arbitrer, l'arbitre doit posséder une série de compétences personnelles – cfr News 6 – parmi lesquelles la communication et le leadership. D'après une enquête menée parmi plus de 400 entrepreneurs, la qualité la plus prisée d'un patron est de savoir prendre des décisions. La question ne se formule pas dans le sens de devoir choisir entre la bonne et la mauvaise mais de trouver celle qui est la meilleure pour le bon déroulement de la rencontre. Cette capacité de décision est particulièrement importante pour l'arbitre qui doit trancher dans des dixièmes de seconde sur la validité ou non d'une action, sur la manière de gérer un conflit interpersonnel sur le terrain de jeu. Les équipes attendent votre décision; le pire qui puisse arriver aux arbitres c'est l'inhibition, l'incapacité à réagir. Rien de plus regrettable qu'une situation finale de rencontre décisive et deux arbitres qui ne savent pas, qui ne s'accordent pas sur le chemin à suivre.

Mais la prise de décision d'un arbitre de basket intervient souvent dans une ambiance hostile. C'est la raison par laquelle on demande aux arbitres d'être assertifs. C'est un psychologue américain qui a introduit pour la première fois le concept de l'assertivité, qu'il a défini comme suit : ***"la capacité de s'exprimer et de défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres"***. Le concept a évolué et plus récemment il a été défini par un autre psychologue d'une manière encore mieux adaptée à l'environnement arbitral : ***"l'expression libre de toutes les émotions vis-à-vis d'un tiers à l'exception de l'anxiété"***.



Un arbitre doit savoir à tout moment durant la rencontre comment faire pour exprimer une opinion, donner une explication et communiquer une décision. Ces compétences font partie du bagage qu'un arbitre doit posséder et que les évaluateurs doivent pouvoir vérifier lors des rencontres. L'arbitre doit aussi savoir se débrouiller lors d'une discussion

sur une situation controversée. Ce type d'actions arrive assez souvent pendant une rencontre. Les arbitres ne doivent pas être surpris dans de tels moments, mais ils doivent être prêts à les résoudre d'une manière satisfaisante. **L'arbitre ne peut pas se montrer ni agressif ni passif dans des moments de tension et de discussion** (« Ni hérisson, ni paillason »), comme l'affirme le professeur Rachid Ziane dans l'article *"L'assertivité ou la communication saine et équilibrée"* (<http://www.valdemarne.fr/newsletters/lettre-sport-sante-et-preparation-physique/lassertivite-ou-la-communication-saine-et-equilibree>).

Comme le dit le professeur Ziane, tous les arbitres se doivent de refuser trois types de comportement :

- Agression ou domination par la force,
- Manipulation ou domination par la ruse et
- Soumission ou résignation.

Pour continuer avec les propos de Ziane, il est possible de dénombrer quatre positions de vie :

- **Idéale** : "je suis OK, vous êtes OK"
- **De mépris** : "je suis OK, vous n'êtes pas OK"
- **D'infériorité** : "je ne suis pas OK, vous êtes OK"
- **De renoncement** : "je ne suis pas OK, vous n'êtes pas OK".

La position assertive de l'arbitre correspond à une position de « vie idéale ». Pour citer Fargette : *"Cela implique que je considère ce que vous me dites, que je vous parle de manière adulte, que j'envisage notre rapport sous l'angle de la coopération et du partage"*.

Alors réfléchissez si c'est comme cela que votre communication se déroule avec les coaches, avec les joueurs ou les délégués pendant la rencontre.



Chaque arbitre doit être capable de se poser une série de questions, telles que :

- Pourquoi je passe de la sérénité à l'agressivité?
- Pourquoi je ne parviens pas à passer mes messages d'une manière sereine et calme?
- Pourquoi je ne suis pas capable d'écouter les autres et d'agir alors, avant de réagir?

Quand nous communiquons avec les acteurs d'une rencontre, nous devons éviter de considérer nos interlocuteurs comme des adversaires, leur imposer nos propres paroles ou actes et discréditer leur point de vue.

Voici donc ce que le Département arbitrage attend des arbitres sur le terrain de jeu; voici ce que le Département attend des contrôleurs, qu'ils soient capables de déceler et d'évaluer pendant les rencontres.

L'assertivité est une attitude d'affirmation personnelle, de savoir défendre ses droits sans nuire à ceux des autres. Elle se pratique, du même que la capacité de prendre des décisions. Un petit exercice au quotidien. Pensez à ces sujets la prochaine fois, lorsque vous allez décider d'aller au cinéma ou au resto. Analysez de quelle manière vous prenez la décision et si vous le faites de manière assertive par rapport à votre couple, vos amis. Une manière de se préparer à des situations plus difficiles, comme celles qui arrivent sur les terrains de jeu.

Si le sujet vous a intéressé voici un document facile à lire sur l'assertivité :  
<http://volontariat.be/documents/productions/syllabus-formation-assertivite-2012.pdf>.

Et n'oubliez pas, comme Beaumarchais l'a écrit dans "Le Mariage de Figaro" que :  
*"Prouver que j'ai raison serait accorder que je puis avoir tort"*.

Jambes, 20 novembre 2015

N'hésitez pas à nous envoyer vos anecdotes, vos situations particulières rencontrées lors de vos rencontres ; le département tiendra compte de votre interactivité !

*Des idées, des cas vécus ? Ça nous intéresse !*



Envoyez-les à l'adresse suivante :

**[h.forthomme@awbb.be](mailto:h.forthomme@awbb.be)**