Dix choses à savoir sur l'esprit du jeu™.

Par Eric Zaslow, membre du conseil d'administration d'UPA, mars 2005

1. La règle d'or : Traitez les autres comme vous voudriez être traité
Les parties exaltantes sont le résultat du respect mutuel entre les adversaires. Attendez-vous au meilleur de vos adversaires. Donnez-lui le bénéfice du doute. Vous en voudriez autant pour vous. Mais, si vous avez une carapace solide, ne présumez pas que votre adversaire en a une aussi. Vous devriez peut-être penser à cette règle comme : « Traitez les autres comme vous voudriez qu'ils traitent votre mère ».

2. Contrôle – l'esprit du jeu exige des efforts
L'esprit du jeu n'est pas un principe abstrait que tout le monde adopte et qu'alors les matchs se déroulent en douceur sans effort. Des appels difficiles sont faits dans des matchs serrés. Des fautes sérieuses sont commises. L'esprit du jeu concerne la façon dont vous vous contrôlez sous pression : comment vous contenez votre émotivité, contrôlez votre caractère et modulez votre voix. Si vous initiez ou contribuez à un manquement à l'esprit du jeu, le concept s'écroule rapidement. Si vous contribuez à régler les problèmes (ou, au moins, à ne pas les envenimer) en respectant le point 1, ils disparaissent d'eux-mêmes.

3. Plaisanter et narguer sont des choses différentes
Le Ultimate a une longue tradition de plaisanteries spirituelles. Les plaisanteries sont des blagues amicales, souvent faites par des spectateurs qui ne jouent pas. Plaisanter est amusant, mais narguer est malvenu et contraire à l'esprit du jeu. Des critiques acerbes après une faute d'un opposant ou un jeu serré ne sont pas des plaisanteries : ce sont des critiques abusives qui créent une ambiance de jeu désagréable et évoluent souvent en disputes offensantes.

4. L'esprit du jeu est compatible avec du jeu intense
C'est une erreur de prétendre que des enjeux sont si importants que certains aspects de l'esprit du jeu peuvent être mis de côté. Maintes et maintes fois, de grandes équipes et des joueurs étoiles ont démontré que vous pouvez jouer avec toute votre compétitivité et votre talent athlétique sans sacrifier le fair-play ou le respect de votre adversaire.

5. Ne vous vengez pas
Il n'y a pas de principe « oeil pour oeil ». Si vous avez été lésé, cela ne vous donne pas le droit de léser quelqu'un d'autre en retour. Dans le cas extrême où vous auriez été sévèrement maltraité, vous pouvez soumettre la situation à un capitaine, un organisateur de tournoi ou même déposer une plainte auprès de votre ligue. Si vous vous faites justice, une plainte pourrait être déposée contre vous ! Rappelez-vous le point 1 : traitez les autres comme vous voudriez être traité, pas comme ils vous ont traité. En fin de compte, vous êtes responsables de vos actes.

USA ULTIMATE
4730 TABLE MESA DR, SUITE I-200C, BOULDER, COLORADO 80305
TEL: 303-447-3472 FAX: 303-447-3483 WEB: WWW.USAULTIMATE.ORG EMAIL: INFO@USAULTIMATE.ORG

6. Respirez !
Après une faute sérieuse, un appel serré ou un jeu controversé, prenez du recul, faites une pause et prenez une grande respiration. Dans le feu de l'action, les émotions s'emballent facilement. En vous donnant un peu de temps et d'espace, vous aurez une meilleure perspective pour vous calmer et vous concentrer sur les détails de la controverse (était-elle « sur le terrain » ou « hors limite », avez-vous touché sa main ou le disque, l'obstruction a-t-elle affecté le jeu, …) Votre réserve incitera votre adversaire à plus de réserve. Le conflit évité, vous pouvez continuer à jouer normalement.

7. Quand vous faites le bien, tous le voient
Quand vous tendez l'autre joue, vous savez que vous avez fait la bonne chose à faire. Vous n'entendrez pas nécessairement des louanges ni ne verrez d'ovation, mais les autres joueurs vous voient. Éventuellement, leur respect pour vous et leur appréciation du jeu en seront augmentés.

8. Soyez généreux de vos encouragements
Complimentez un adversaire sur un bel attrapé. Dites à un coéquipier que vous admirez son honnêteté quand il se déclare lui-même « hors limite ». Regardez les joueurs dans les yeux et félicitez-les quand vous leur serrez la main après un match. Ces petits gestes font beaucoup pour l'esprit du jeu, un gain important pour un peu de temps et d'effort.

9. C'est la première impression qui compte
Non seulement le fait de réaliser qu'on se rappellera vos actions aide à diminuer les mauvais comportements, il peut aussi inspirer une meilleure conduite. Plusieurs anciens aiment rencontrer un joueur d'élite qui se rappelle leur première rencontre sur un terrain et se rappelle la scène en détail. Une bonne première rencontre avec un jeune joueur impressionnable peut avoir un impact à long terme considérable.

10. Ayez du plaisir !
Toutes choses étant égales par ailleurs, les matchs sont beaucoup plus amusants sans antipathie. Jouez intensément. Soyez équitable. Ayez du plaisir.