

# Stéphane DIAGANA

**DISCIPLINE :** Athlétisme

**PALMARÈS :** Champion du monde d'athlétisme en 1997 et 2003 ; champion d'Europe en 2002



« Avant de devenir champion du monde, il faut d'abord devenir champion de soi-même. »

« Avant de devenir champion du monde, il faut d'abord devenir champion de soi-même. » Ce conseil me vient de Fernand Urtebise, qui a été mon entraîneur, et bien plus que cela, de 1988 à 2004. La compétition est une quête d'excellence qui va bien au-delà de la maîtrise technique. C'est une aventure pour mon coach et pour moi, un challenge qui structure mon équilibre psychique, éthique et physique.

J'aime cette vision chevaleresque du défi et plus largement de la vie – cette tension entre le désir et les valeurs, entre le désir et les limites.

## **Faire de la difficulté une opportunité**

Je n'ai pas de « *motto* » particulier, mais j'aime la vision optimiste de ce que la vie nous propose, des difficultés et des obstacles, qui était celle de Churchill lorsqu'il disait : « *Le pessimiste voit dans chaque opportunité une difficulté et l'optimiste voit dans chaque difficulté une opportunité.* » C'est très proche de la célèbre formule de Nietzsche : « *Ce qui ne nous tue pas nous rend plus fort* », mais je la lui préfère !

Je conseillerais à un jeune de transformer au plus vite son rêve en projet. Pour ma part, j'ai intégré l'Insep (Institut national du sport, de l'expertise et de la performance) en 1988, quelques semaines après le premier grand scandale médiatisé de dopage du sport moderne : l'affaire Ben Johnson. Je

me doutais donc que je pourrais me trouver face à des athlètes dopés. Il fallait accepter cette réalité...

### **Déterminer jusqu'où l'on peut aller**

Cet état de fait n'a jamais constitué une raison de ne pas poursuivre mon parcours, car mon premier objectif était de savoir jusqu'où je pouvais aller en termes chronométriques. J'ai rapidement eu la conviction qu'en travaillant mieux, je pourrais atteindre un niveau suffisant pour devenir champion du monde ou champion olympique.



### **L'entraîneur et son athlète, le manager et son équipe**

Ce qui sépare le sport et l'entreprise, c'est avant tout la technique, mais aussi le niveau de complexité des organisations et des processus de performance.

Ils ont cependant en commun des hommes et des femmes qui croient ou qui doutent, qui veulent ou non, qui agissent ou non... J'aime présenter la relation entraîneur/athlète comme une forme particulière de relation manager/managé, et expliquer quelles qualités relationnelles et de manager m'ont permis de réussir ma carrière d'athlète.

Mais la complexité est plus poussée en entreprise, et le sens de l'action par rapport à l'objectif peut par moments être perdu de vue. C'est une différence importante, qui justifie d'autant plus la nécessité de veiller aux qualités humaines si l'on souhaite obtenir l'engagement et la mobilisation de tous. ■