

Cancer Le coaching sportif à l'essai

- Les méthodes d'entraîneurs de sportifs de haut niveau, dont Claude Onesta, sont testées à Marseille pour offrir un accompagnement psychologique inédit aux patients

Le Monde · 8 Feb 2017 · gilles rof

Les méthodes de grands entraîneurs sont mises au service des patients.



Peut-on accompagner un malade du cancer comme on coache un athlète de haut niveau ? Les méthodes de motivation qui ont conduit le handball français au sommet mondial sont-elles transposables à l'oncologie et plus largement à la santé ?

A Marseille, l'Institut PaoliCalmettes (IPC), centre régional de lutte contre le cancer, explore depuis le printemps 2016 cette piste inédite de suivi psychologique. Un programme test, bâti en collaboration avec des entraîneurs de haut niveau, dont celui de l'équipe de France de handball, Claude Onesta, ou les patrons des sélections nationales de basket et de natation, Vincent Collet et Romain Barnier.

L'essai, pour l'instant, n'a touché qu'une poignée de patients. Mais leurs retours très positifs, révélés fin janvier, conduisent l'IPC à lancer une étude de trois ans sur une centaine de volontaires. La faculté de médecine de Marseille, partenaire du projet, créera, elle, à la rentrée 2017 un diplôme universitaire «d'oncocoaching», pour alimenter cette phase.

L'expérience s'appelle Rebond. Et son nom illustre à la fois son objectif – relancer des personnes après la maladie – et ses origines. « Depuis des années, nous étudions et modélisons les méthodes de coaches qui réussissent, explique le professeur Pierre Dantin, directeur du laboratoire Sport management, gouvernance et performance d'Aix-Marseille Université (AMU) et pivot du programme. Nous cherchons à donner du sens à ces pratiques, vues parfois comme empiriques, pour les diffuser dans d'autres domaines. »

Membre du conseil scientifique de l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (Insep), cinq olympiades au compteur, Pierre Dantin est un proche de Claude Onesta et de Vincent Collet. Avec eux, il anime l'Académie des coaches, association de réflexion qui défend l'idée humaniste que le savoir-faire des entraîneurs, « leur praxis » dit le professeur Dantin, peut servir hors du

monde sportif. L'idée d'une collaboration avec des médecins oncologues est née à l'issue d'une de ses interventions à l'Institut Paoli-Calmettes. «Ce qu'il expliquait des méthodes motivationnelles des coaches m'a semblé transposable à notre situation », résume le professeur Patrice Viens, directeur général de l'IPC et président de la fédération nationale des centres de lutte Unicancer.

Rebond n'est ni un programme d'activités physiques ni une action caritative à base de visites de stars du sport. Il consiste pour les patients en une série de rencontres individuelles avec un accompagnateur totalement extérieur au monde ». Des médical, rendez-vous baptisé à durée «oncocoachet fréquence à la carte, pour définir et suivre une série d'objectifs personnels. «Les entraîneurs avec lesquels nous collaborons cherchent tous à provoquer la performance par le développement du bien-être, de l'autodétermination, de l'autonomie. Autant d'outils qui peuvent être utilisés avec les patients, explique Sarah Calvin, docteur en neurosciences et maître de conférences au laboratoire Sport management d'AMU. Pour eux, "performer" consiste alors à retrouver un bien-être subjectif, qui aidera à leur rétablissement social.» «Le sport, c'est la dimension de l'hyper-santé, analyse Patrick Ben Soussan, responsable du département de psychologie clinique à l'IPC et observateur attentif du programme Rebond. La compétition se voit comme une allégorie de la maladie, où l'on doit se battre et vaincre. C'est positiviste et ne peut que créer un élan chez certains patients. »

Dans Rebond, les coaches n'interviennent pas directement auprès des malades. Leur rôle se limite, pour l'instant, à aider à constituer une base méthodologique, former les intervenants et échanger avec les équipes soignantes. « Soudain, la question que l'on se pose n'est plus "Comment on gagne ?" mais "Comment peut-on être utile ?" », s'enthousiasme Vincent Collet, le sélectionneur des basketteurs français, venu à l'IPC en octobre. « C'est le seul domaine où l'aventure est plus belle que celle que l'on vit avec nos athlètes », abonde Romain Barnier, entraîneur du champion olympique Florent Manaudou.

Le programme Rebond a été testé en 2016 dans le département d'onco-hématologie de l'IPC auprès d'une dizaine de greffés de la moelle épinière, aux cancers en rémission. Un public spécifique, choisi subjectivement par l'équipe soignante. «L'après-greffe est une période très délicate que nous avons du mal à accompagner, explique le professeur Didier Blaise, chef de l'unité et soutien volontariste du programme. La peur de la rechute, les séquelles physiques laissent le patient dans un fort état d'insécurité qui peut compromettre un rétablissement complet. » En onco-hématologie, comme ailleurs à l'IPC, le suivi psychologique est depuis longtemps une préoccupation majeure. «Mais tout ce qui améliore la situation des patients doit être pris en compte», assure Patrick Ben Soussan.

Le professeur Dantin a personnellement conduit les premiers entretiens de Rebond dans son bureau universitaire. Loin de l'IPC et des chambres stériles dans lesquelles certains patients restent cloîtrés des semaines. « Les volontaires ne savent pas ce qui les attend, raconte-t-il. On leur dit seulement que le projet se développe avec des coaches dont ils ont entendu parler, ce qui permet de convoquer la force symbolique du sport de haut niveau. » Règle essentielle: « évacuer tout lien avec la maladie ». « Je cherche à les sortir de ce cadre médical qu'ils ont du mal à quitter et à déclencher un mécanismeleur destin », de détailléréappropriation rien, Pierre mais Dantin. surtoutIl parle de « l'avenirde tout qu'ilset de souhaitentemprunter pouret du y cheminarriver ». qu'il faut émotion, Empathie, encouragement...sincérité du dialogue,Cet ancien les méthodes rugbyman qu'ilet nageura observées exploite chez les entraîneurs. Il appelle cela « faire vestiaire ». «On fixe des objectifs simples, comme marcher dix minutes par jour, se remettre à lire ou à écrire. On cherche les blocages internes, et on accepte d'être en échec pendant un temps, comme dans le sport », note-t-il. Fin janvier, trois

«testeurs» de Rebond ont surpris l'auditoire lors d'une rencontre entre patients greffés et soignants à Marseille. « J'étais en dépression et n'avais pas spécialement envie de voir un psychologue, se rappelle Isabelle, 46ans, victime d'une rechute de leucémie. Le professeur Dantin m'a dit les petits mots qu'il fallait. Il m'a poussée, piquée.» Après quatorze mois de traitement, elle travaille à nouveau. Amputée d'une jambe, Carole, 46ans, affiche, elle, une forme encore plus spectaculaire : « Il y a dans Rebond cette positive attitude, cette volonté d'aller de l'avant. En quatre mois, j'ai repris le sport dans une salle collective. Comme si le fait d'avoir un projet faisait tomber les barrières », témoigne celle qui, sur Facebook, s'affiche surfant sur les vagues de Méditerranée. « Nous avons affronté l'épreuve ultime, celle qui consiste à sauver sa peau, poursuit Lilian, enseignant de 42 ans, greffé en 2015. Et comme un athlète qui sort des Jeux olympiques, nous avons besoin d'une motivation pour la suite. » Aujourd'hui, tous veulent voir l'expérience se généraliser. « Dans le sport, le coaching commence avant la compétition. Pourquoi ne débiterait-on pas ce suivi au début de la maladie ? », interroge Lilian. A l'institut Paoli-Calmettes, on rappelle que Rebond n'est qu'une expérimentation sur un public spécifique. Le programme a obtenu 100 000 euros du conseil départemental des Bouches-duRhône pour financer sa phase de test et la mission d'évaluation confiée à l'université d'Aix-Marseille. « Coaches, oncologues, chercheurs... On a tous l'espoir de poser les bases d'une véritable innovation sociale », conclut Pierre Dantin.