

**FRAGMENTS D'INTERVIEW DE JACKSON RICHARDSON NON PUBLIES DANS
LE "MENTAL DES CHAMPIONS" - PAYOT 2008**

Réalisé par Hubert Ripoll

Reproduction, même partielle, interdite sans l'accord de l'auteur

Tout d'abord, pourquoi avez-vous pratiqué le handball ?

C'est le handball qui m'a choisi. J'ai commencé le handball à six ans, en même temps que le football et le basket. Puis, à dix-huit ans, j'ai été incorporé au Bataillon de Joinville. Par la force des choses, le handball m'a choisi. En fait, j'ai toujours été très sport co. J'ai toujours adoré jouer avec des partenaires, la sensation du collectif, le plaisir de me retrouver avec des partenaires, m'ont toujours motivé. C'était aussi un moyen de me dépenser, d'aller au-delà de mes limites, mais toujours en prenant du plaisir. Aujourd'hui, c'est toujours la même motivation qui me pousse, ça reste toujours un jeu, le plaisir avant tout. Je me dis que j'ai un avantage par rapport à d'autres qui n'ont pas eu cette chance de jouer dans une équipe de haut niveau. J'aime cette sensation de me retrouver sur un terrain pour éprouver du plaisir. Maintenant, en fin de carrière, ça l'est encore plus, j'essaie de prendre le maximum de plaisir avec mes partenaires, avec mon public, et surtout de jouer et de faire corps avec mon ballon pendant les matches.

Vous avez tiré votre plaisir du collectif. À quelle occasion, avez-vous été le plus en symbiose avec le groupe ?

Aux championnats du Monde de 2001, nous étions en France, devant notre public, l'équipe était sur un nuage. Nous sommes montés en puissance à chaque rencontre. Finalement, nous avons contrôlé tout le tournoi, sans perdre un seul match. Aux championnats du Monde, en 1995, ça a été plus difficile. Nous avons fait un mauvais quart de finale et nous avons commencé à douter. Il a fallu trouver les moyens de nous remotiver et de nous reconcentrer sur l'objectif pour l'emporter. Mais les choses ne se passent pas toujours aussi bien, et le groupe peut exploser. Ce fut le cas en 1996, aux Jeux Olympiques d'Atlanta. On a très bien entamé le tournoi, jusqu'aux quarts de finale contre la Croatie, et là, on a explosé. Tout ça, parce qu'on s'est plus occupé de ce qui se passait à côté, que de rester concentré sur notre objectif, et on a été déstabilisé. Après cette défaite, et la déception qui l'accompagnait, il nous a fallu nous remotiver pour la médaille de Bronze contre l'Espagne, et l'on n'a pas pu le faire, parce qu'il y avait des mecs qu'il fallait tirer. Voilà, on a pris un gros coup de massue, après les petites étincelles du début, parce qu'on s'était détourné collectivement de notre objectif.

Ceci doit être encore plus dur, lorsqu'on a la responsabilité du capitaine ; parlez-moi de ce rôle

Le capitaine doit être attentif à tout ce qui se passe dans le groupe et doit faire passer ce message auprès du coach. En tant que capitaine de l'équipe de France, je prenais la parole, et je disais à mes partenaires : "le capitaine, ce n'est pas que moi, c'est le collectif". C'est ce que j'avais compris avant. J'ai toujours essayé de donner des responsabilités aux nouveaux, de donner la parole aux jeunes. Pour moi, même les plus jeunes doivent apporter leur plus. C'est ce qui leur permet de s'adapter à l'équipe. Comme j'ai une grande longévité, j'ai côtoyé plusieurs générations de joueurs avec plusieurs statuts. Lorsque j'étais plus jeune, j'avais tendance à suivre le mouvement. Maintenant, je suis passé de l'autre côté de la barrière et je dois tirer mon collectif vers l'avant. J'essaie d'installer un bien être collectif pour que tout le monde soit sur la même longueur d'onde, que tous partagent la même motivation, pour ramer dans le même sens.

N'est-il pas difficile, pour vous qui êtes un joueur instinctif, de concilier le jeu individuel, où l'instinct est primordial, et le jeu collectif, qui impose à tous les joueurs d'adopter un fonctionnement collectif ?

L'organisation tactique collective, c'est le coach qui la gère et qui nous demande d'appliquer un système de jeu. C'est à nous, sur le terrain de lire le jeu et d'importer le système. C'est nous qui ressentons ce qu'il faut faire. En fait, je suis plus dans l'immédiat, et même si je tiens compte du système de jeu, je peux faire le contraire, car je m'adapte à la situation. Cet instinct d'improvisation fait que parfois, on annonce quelque chose, et moi je m'adapte à la situation en faisant tout autre chose. Je suis avant tout un joueur instinctif, qui prend plaisir à tenter des choses qu'on ne peut pas imaginer, à créer des actions qui, une fois faites, me surprennent moi-même.

Lorsqu'on vous êtes en match, vous semblez jouer au chat et à la souris avec votre adversaire. Cette expression vous convient-elle ?

Tout à fait, j'essaie de piéger mon adversaire pour mieux le surprendre, comme s'il s'agissait d'un sport de combat. En 2003, lors de la finale de la "Champions League", avec le San Antonio Pampelune, contre Montpellier, on a gagné l'aller à Pampelune. Le coach disait que Charpin, mon adversaire direct, m'avait regardé jouer. Au retour, il ne m'a pas regardé jouer et on a perdu. Ce qui est nécessaire, c'est de gérer l'individuel et le collectif en même temps. Il y a certains joueurs qui sont au-dessus, et il faut mettre en œuvre des schémas défensifs pour enrayer leurs points forts. Dans ce cas, on travaille plus collectivement. Par contre, l'affrontement individuel, on le gère soi-même. L'observation de l'adversaire évolue au cours du match. Il y a d'abord une période d'observation pendant laquelle on analyse le jeu de l'adversaire et son évolution pendant les dix, douze premières minutes. On essaie notamment de détecter leurs points faibles. Après c'est plus l'état de fatigue qui joue, et on gère collectivement

Vous ne semblez donc pas être sujet au stress ?

Le stress, c'est pour moi quelque chose de positif, parce que je le positive. Le jour où je ne connaîtrai plus ce stress, cette adrénaline, c'est que je serai dans la facilité. Je joue avec le stress, à chacun sa façon, c'est la mienne. Pour moi, le stress, c'est donner de l'importance à l'événement. Si on n'a pas ce sentiment de stress, pas que dans le sport d'ailleurs, si on n'a pas cette adrénaline, et si on n'accorde pas l'importance qu'il faut aux événements qu'on vit, on passe à côté de l'événement. En fait, je ne suis pas sujet au stress, mais j'ai besoin de cette pression pour être à mon meilleur niveau. Je n'ai donc jamais eu besoin d'une aide psychologique. Je vis à l'instinct par rapport à mon sport, je fais ce que je sais faire, à l'instinct, en allant vers l'avant, pour me surpasser.

Comment gérez-vous votre concentration tout au long d'un match ?

La concentration, on ne peut pas la maintenir à cent pour cent tout le temps, on n'est pas des robots. Au cours du match, la fatigue, l'énerverment prennent le dessus sur la concentration, et là, il faut être vraiment fort pour revenir à l'état de concentration idéal. De même aux changements de joueurs, qui sont très rapides et très fréquents en handball, on n'a pas le droit de se relâcher, on n'a pas le droit à l'erreur. Il ne faut pas perdre le fil, sinon on est perdu. On peut prendre deux ou trois buts d'affilée pour un mauvais contrôle de concentration.

On dit qu'il y a les Jeux Olympiques et le reste est à un niveau en dessous ?

Les Jeux, c'est le titre le plus important, c'est tous les quatre ans, c'est là que la concentration est la plus difficile à gérer. Alors que les championnats du monde et d'Europe, c'est tous les deux ans. Les Jeux, on a tellement envie que ça arrive, après il y a tout l'environnement, le village des athlètes, le public. Ça joue forcément sur la concentration. Les premiers JO, par exemple on a la crainte de se disperser, on voit des stars, l'ambiance, le village. Il faut être très mûr pour ne pas se disperser. C'est là qu'il faut soutenir les jeunes, les aider à passer ce cap. Dans ces conditions, à la différence des sports individuels, le groupe joue pleinement et si on sent qu'un joueur se disperse, on le prévient. Les nouveaux, aux jeux, on leur dit de rester vigilant, dans leur façon de s'alimenter de se préparer, de se concentrer, il faut être vigilant par rapport au handball.

Parmi tous les titres que vous avez glané, quel est le plus beau ?

En club, c'est en 2001, lorsque j'ai gagné la "Champions League" avec le club de San Antonio, à Pampelune. En Equipe de France, c'est la médaille de bronze aux Jeux Olympiques de 1992, à Barcelone. Pourquoi ? Parce que c'était les jeux, parce que c'était la première médaille pour le handball français, et parce qu'on était tous sur la même longueur d'onde, tous sur le même nuage.