

Genève-Servette HC

## Genève-Servette HC: Teemu Hartikainen, ce buteur qui ne sait plus marquer

*L'artificier finlandais des Aigles est muet depuis 17 matches. Un coach mental et l'un des attaquants les plus prolifiques de deuxième division donnent les clés pour en sortir.*

Ruben Steiger

Teemu Hartikainen dit ne pas penser à sa disette offensive.

«Et goooooaaaaal pour le Genève-Servette! Marqué par le numéro 70, TEEMU HARTIKAINEN». L'an dernier, cette annonce, hurlée par les speakers, était devenue le classique de la patinoire des Vernets. Auteur de 36 buts en 66 sorties, l'attaquant finlandais (33 ans) survolait la National League avec une facilité telle qu'on ne se demandait pas s'il allait marquer, mais de quelle façon.

Quand tout réussit à un sportif, on dit qu'il est dans la «zone». Cet état de grâce a disparu. Le champion du monde et olympique en 2022 n'a plus fait trembler les filets depuis le 8 décembre, soit une disette de 17 matches. «Je ne pense pas du tout à cette situation, assure-t-il. Je ne vis plus pour marquer des buts.»

### L'inconscient provoque des pensées négatives

Botter en touche sur un prétendu manque de confiance et adopter un discours positif. La stratégie n'est pas nouvelle dans un sport qui cultive une image virile.

### «Le manque de confiance a un impact direct sur la coordination des mouvements, la créativité, la prise de risque.»

«Le manque de confiance provoque inconsciemment des pensées intrusives, prévient Romain Ducret, coach mental professionnel actif dans le monde du hockey. Il a aussi un impact direct sur la coordination des mouvements, la créativité, la prise de risque et peut créer des comportements inappropriés. Dans le cas présent, cela signifie, par exemple, de privilégier la passe à un tir.»

«C'est l'erreur à ne pas commettre», corrobore Arnaud Montandon. Le centre du HC Sierre, passé par le GSHC pendant les play-off 2021, est l'un des meilleurs artificiers de Swiss League depuis cinq saisons. En novembre, il est lui aussi resté muet pendant huit parties. «Le pire est de changer d'idée. Si j'ai l'habitude de viser tel endroit de la cage, je continue à le faire, même dans une mauvaise phase.»

### L'expérience et le travail sur le système cognitif

Afin de sortir de la crise, les solutions diffèrent selon les joueurs. «Paradoxalement, c'était plus difficile quand j'ai inscrit 37 buts en 2020-2021. Je marquais tellement souvent que dès que je ne le faisais pas, je voulais tout remettre en question, souligne Arnaud

Montandon. Ces moments m'ont beaucoup appris. Notamment à rester calme cette année pendant mon mois sans but.»

Teemu Hartikainen (numéro 70) a inscrit son dernier but en National League le 8 décembre contre Kloten.

De l'expérience, Teemu Hartikainen en a énormément. Mais elle ne suffit pas toujours. «La visualisation et le travail du système cognitif sont des bons outils, ajoute Romain Ducret. Il ne s'agit pas uniquement de penser positivement. Il existe de vrais exercices qui permettent de transformer les pensées limitantes en pensées stimulantes. Ça peut aller très vite une fois qu'on trouve ceux qui conviennent à l'athlète.»

### Le déclic contre Davos

Le GSHC, engagé dans une féroce lutte pour le top 6, en a besoin. Tout le monde au club espère que le déclic interviendra contre Davos, un concurrent direct, vendredi soir aux Vernets (19 h 45). «C'est une délivrance quand tu la mets enfin au fond», sourit le fils de Gil Montandon.

Dans le cas contraire, d'autres éléments du contingent devront prendre le relais. Ce ne sera pas Noah Rod. Touché à l'épaule mardi contre Ajoie, le capitaine ne sera pas en mesure de tenir sa place. Tanner Richard est incertain, alors que la décision concernant Theodor Lennström, qui s'est entraîné jeudi sans maillot distinctif, sera prise vendredi matin.