

MÈRE D'ALEXANDRE DESPATIE

*Christiane*  
**DESPATIE**

**«MON FILS NOUS A DONNÉ  
UNE GRANDE LEÇON DE VIE»**





METTRE DES ENFANTS AU MONDE, C'EST CHAQUE FOIS PLONGER DANS L'INCONNU. IL ARRIVE QUE CERTAINS DE NOS REJETONS NAISSENT AVEC UN DON EXTRAORDINAIRE ET QU'ILS CONNAISSENT DU SUCCÈS SUR LA PLANÈTE ENTIÈRE. MAIS COMMENT ENCOURAGER NOS ENFANTS À SE DÉPASSER SANS EXERCER UNE PRESSION SUR EUX ET SANS QU'ILS AIENT LA GROSSE TÊTE? C'EST POUR RÉPONDRE À CES QUESTIONS QUE CHRISTIANE DESPATIE A ÉCRIT AVEC UNE AMIE ENTRAÎNEUSE, SÉVERINE TAMBORERO, *LA PERFORMANCE... À QUEL PRIX?*. APRÈS TOUT, CHRISTIANE, SON CONJOINT, PIERRE, ET SA FILLE, ANOUK, ONT SU ACCOMPAGNER ALEXANDRE VERS LES PLUS HAUTS SOMMETS, SANS QU'AUCUN D'EUX NE PERDE PIED. ON PEUT PARLER D'UN PLONGEUR PARTICULIÈREMENT RÉUSSI!

PHOTOS: PASCALE LÉVESQUE

La vie de la famille Despatie bascule le 20 septembre 1998: Alexandre a 13 ans, et il participe aux compétitions de plongeon des Jeux du Commonwealth, à Kuala Lumpur, en Malaisie; il plonge pour la première fois avec des hommes adultes. Alors que l'objectif est qu'il prenne de l'expérience, il revient avec une médaille d'or et une mention dans le *Livre des records Guinness*. «Ce jour-là, Alexandre est devenu une personnalité, et Anouk est devenue "la sœur de". Il a fallu

familiale. Il aimait «jouer aux Olympiques». «Sa grand-mère et moi, on le notait. C'est comme ça que tout a commencé. Pierre et moi avons vu la passion dans les yeux d'Alexandre et on l'a inscrit à des cours de plongeon avec sa sœur. Quand tu t'aperçois que tes enfants se précipitent vers la voiture et qu'ils font leurs devoirs sans se faire prier pour pouvoir aller à leurs cours, tu sais que tu ne t'es pas trompé.» Pour les Despatie, le plus important était d'offrir le choix à leurs enfants afin qu'ils puissent tomber en amour avec une activité. Et Christiane s'est toujours assurée que ses deux enfants étaient heureux et qu'ils avaient du plaisir dans ce qu'ils faisaient. Quand Anouk a décidé d'arrêter le plongeon, à sept ans, elle a développé d'autres intérêts.

**«La défaite est une excellente façon de s'évaluer en tant qu'athlète, mais aussi en tant que parent.»**

gérer toute cette pression. Dans les journaux, après l'effervescence, on disait que cette victoire n'était qu'un pétard mouillé. La vie d'adolescent d'Alexandre est devenue publique. Il a fallu lui dire que ses moindres faits et gestes allaient être jugés.»

#### L'ÉVEIL D'UNE PASSION

Les Despatie ont toujours été unis et actifs. Ils pratiquent le ski ensemble et se rassemblent au chalet les week-ends d'hiver. Anouk et Alexandre nagent aussi depuis leur plus jeune âge. Très tôt, ils ont appris à flotter et à réagir lorsqu'ils tombaient à l'eau. Enfant, Alexandre se retrouvait souvent sur le tremplin de la piscine

#### CONJUGUER SPORT ET FAMILLE

Même avant les premiers exploits d'Alexandre, il a fallu équilibrer la vie familiale. Alexandre s'entraînait beaucoup, et les Despatie essayaient d'aménager leurs horaires de façon que les activités soient agréables pour leurs enfants. Tout au long de la carrière d'Alexandre, Christiane a réservé du temps pour Anouk. Parfois, quand Alexandre était à la piscine, elles partaient toutes les deux magasiner ou prendre une bouchée. Dans son livre, Christiane raconte le retour d'Alexandre des Jeux du Commonwealth. Devant leur maison, c'était la foire médiatique. Tout le monde voulait voir le jeune prodige. Christiane n'oubliera jamais les paroles que sa fille a prononcées cette journée-là. «Anouk pleurerait dans la salle de bains. Elle m'a demandé pourquoi son père et moi ne l'avions pas faite aussi bonne qu'Alexandre. Je me souviens de lui





*«Alexandre nous a fait voir que l'être humain peut se dépasser et qu'il peut donner son possible et même son impossible!»*



Dès son plus jeune âge, Alexandre était comme un poisson dans l'eau.

PHOTO: COLLECTION PERSONNELLE

qu'il valait mieux, à certains moments de son adolescence, ne pas entrer dans sa chambre sans s'exposer à des risques. C'est ça, relativiser, et c'est probablement ce qui a permis à Alexandre de ne pas avoir la grosse tête.

### SE RETIRER LA TÊTE HAUTE

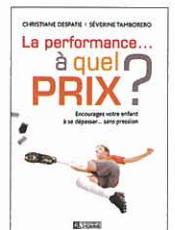
Quand Alexandre a été victime d'un grave accident à l'entraînement — c'est arrivé juste avant les Jeux olympiques de Londres — et qu'il a déclaré quelques heures après l'opération vouloir quand même participer aux Jeux et faire la finale, il a pu, une fois de plus,

compter sur le soutien de sa famille. «Cette année, mon fils nous a donné une grande leçon de vie. Il nous a montré qu'être un champion olympique, ce n'est pas juste une affaire de médailles. Il nous a fait voir que l'être

humain peut se dépasser quelles que soient les circonstances, et qu'il peut donner son possible et même son impossible! C'est admirable.»

Aujourd'hui, Christiane Despatie a de quoi être fière. Anouk et Alexandre entreprennent tous les deux de nouvelles carrières — Alexandre coanimera l'émission *Le grand saut à V* —, et le bonheur que Christiane et son mari connaissent depuis leur rencontre continue de grandir. Ses conférences et son livre sont des outils non seulement pour les parents d'athlètes, mais aussi pour tous ceux qui souhaitent atteindre l'équilibre familial.

◆ *La performance... à quel prix?*, de Christiane Despatie et Séverine Tamborero, est publié aux Éditions de l'Homme.



avoir répondu qu'elle n'avait rien à envier à son frère, que c'était elle qui était normale et que c'était son frère qui était différent. Je lui ai dit que la plupart des gens fonctionnent à 80 % et que lui était à 120 % tout le temps. Nous avons fini par en rire ensemble.»

### HUMAIN MALGRÉ TOUT

Il n'existe pas de recette quand on se retrouve soudain sous les projecteurs, mais pour cette mère de famille, il était important de ne pas compliquer les choses. Très tôt, les Despatie ont dû apprendre à laisser partir leur fils. Adolescent, Alexandre séjournait déjà quatre ou cinq mois par année à l'étranger. Christiane a laissé aux instructeurs le soin de s'occuper de l'entraînement du jeune homme. La priorité était de cultiver le bonheur de ses enfants. Faire de la compétition en ski, comme Anouk,

ou en plongeur, comme Alexandre, demande d'apprendre à faire face aux contre-performances. «La défaite est une excellente façon de s'évaluer en tant qu'athlète, mais aussi en tant que parent. On peut se demander si on gère bien la situation, si on dit les bonnes choses à nos enfants. Quand ils échouent, les enfants pensent qu'ils ont mal fait. Si on arrive à relativiser, chacun pourra prendre suffisamment de recul pour s'évaluer et voir ce qui pourrait être fait différemment la prochaine fois.»

La victoire peut paraître inquiétante aux yeux de parents qui voient leurs enfants soumis à une grande pression. Christiane se souvient de toutes les fois où on l'a arrêtée pour lui dire à quel point son fils était parfait. Elle s'est chaque fois permis de dire qu'il ne l'était pas. Qu'Alexandre en a fait, lui aussi, des coups pendables, et

► Vous aimeriez que Sylvie raconte votre histoire ou celle d'une personne inspirante de votre entourage? Écrivez-lui à [LL.slauzon@tvapublications.com](mailto:LL.slauzon@tvapublications.com) pour lui soumettre vos idées.