



HAL
open science

Mécanismes et adaptations psychologiques lors des transitions non-normatives dans la carrière des sportifs de haut niveau

Claude Bechu

► **To cite this version:**

Claude Bechu. Mécanismes et adaptations psychologiques lors des transitions non-normatives dans la carrière des sportifs de haut niveau. Sciences de l'Homme et Société. 2017. dumas-01698980

HAL Id: dumas-01698980

<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01698980>

Submitted on 1 Feb 2018

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Mémoire à finalité "recherche" /
UNIVERSITÉ DE BRETAGNE OCCIDENTALE

MASTER 2 STAPS

Mention "Expertise, Performance & Intervention"

UFR Sport et EP

20, Av. le Gorgeu

29 200 Brest

présenté par

BECHU Claude

Sous la direction de BOSSARD Cyril

**Mécanismes et adaptations
psychologiques lors des
transitions non-normatives
dans la carrière des sportifs
de haut niveau**

mémoire soutenu le (date à préciser)
devant le jury composé de :

Prénom NOM jury 1

Titre, Etablissement / *Qualité*

Prénom NOM jury 2

Maître de Conférences, UBO Brest / *Directeur*

Prénom NOM jury 3

Titre, Etablissement / *Qualité*

Prénom NOM jury 3

Titre, Etablissement / *Qualité*

UNIVERSITE DE BRETAGNE OCCIDENTALE

- Mémoire de Master -

Mention : STAPS

Spécialité : Expertise, Performance, Intervention

Mécanismes et adaptations psychologiques
lors des transitions non-normatives dans la
carrière des sportifs de haut niveau

BECHU CLAUDE

Soutenu le « date à préciser » devant la commission d'examen :

Mécanismes et adaptations psychologiques
lors des transitions non-normatives dans la
carrière des sportifs de haut niveau

Mémoire de Master 2 EPI

BECHU CLAUDE

Mémoire réalisé dans le cadre du Master EPI :

UFR Sport et EP de Brest

20, avenue Le Gorgeu

29 200 Brest (France)

Resp. Master EPI: Bossard Cyril

(cyril.bossard[at]univ-brest.fr)



FACULTÉ
DES SCIENCES DU SPORT
& DE L'ÉDUCATION

Stage effectué à : Plouzané Athlétic Club Football

Plouzané Athlétic Club Football

Stade De Tremañdic

62 rue de Tremañdic 29280 Plouzané

Tél : 09 75 36 78 75- pac.football wanadoo.fr



Mémoire réalisé à l'UBO :

Université de Bretagne Occidentale

3 rue des Archives - CS 93837 - 29 238 Brest cedex 3

UBO

Université de Bretagne Occidentale

Table des matières

| | |
|--|----|
| Table des matières..... | 6 |
| Table des figures..... | 8 |
| Liste des tableaux..... | 9 |
| Remerciements..... | 10 |
| Introduction | 11 |
| 1) Le contexte..... | 11 |
| 2) Les objectifs et les enjeux..... | 12 |
| 1er chapitre : Revue de Littérature..... | 15 |
| Introduction..... | 15 |
| 2.1) La pratique délibérée..... | 19 |
| 2.2) Le jeu délibéré..... | 20 |
| 2.3) Qualités et influences des entraîneurs sur le développement de la pratique..... | 21 |
| 2.4) Implication des parents dans le déroulement de la carrière sportive..... | 22 |
| 3.1) Les transitions normatives..... | 24 |
| 3.2) Transitions et difficultés lors du développement de l'expertise..... | 25 |
| 2e chapitre : Méthodologie..... | 29 |
| 1) Participants et contexte..... | 29 |
| 2) Recueil des données..... | 30 |
| 2.1) La construction du guide d'entretien semi-directif..... | 30 |
| 2.2) L'entretien semi-directif de type biographique..... | 30 |
| 2.3) L'entretien d'autoconfrontation explicitant..... | 31 |
| 3) Analyse des données..... | 32 |

| | |
|---|----|
| 3.1) Découpage et identification des unités d'activité dans le cours de vie..... | 32 |
| 3.2) Reconstruction la chronique de vie des sportifs | 34 |
| 3.3) Analyse des données de l'entretien d'autoconfrontation explicitant..... | 34 |
| 3e chapitre : Résultats | 36 |
| 1) La catégorisation des unités significatives | 36 |
| 2) Les chroniques du cours de vie des sportifs..... | 39 |
| 3) L'identification des conditions facilitantes ou défavorables à la transition | 42 |
| 4) La typicalité des transitions non normatives..... | 43 |
| 5) Etude de cas : Une dynamique d'abandon du sport de haut niveau..... | 44 |
| 4e chapitre : Discussion..... | 47 |
| 2.1) La blessure..... | 48 |
| 2.2) La situation de non sélection | 52 |
| 5e chapitre : Conclusion | 55 |
| 1) Intérêt(s) et limites..... | 55 |
| 2) Perspectives | 55 |
| Bibliographie..... | 57 |
| Annexes | 59 |

Table des figures

Figure 1 : Représentation chronologique des transitions non normatives 43

Liste des tableaux

| | |
|--|----|
| Tableau 2-1 : Caractéristiques d'individus talentueux, des intervenants et des parents à différentes phases de leur carrière (Bloom, 1985) | 17 |
| Tableau 1-2: Synthèse des différents modèles de développement de l'expertise. | 18 |
| Tableau 3-1: Caractéristiques des 4 participants..... | 29 |
| Tableau 3-2 : Guide des entretiens semi directifs | 30 |
| Tableau 3-3 : Guide d'entretien pour l'autoconfrontation | 32 |
| Tableau 3-4 : Illustration du découpage et de l'identification des unités d'analyse | 33 |
| Tableau 3-5 : Transcription des unités d'analyse dans la représentation graphique | 34 |
| Tableau 4-1: Catégorisation des unités significatives..... | 38 |
| Tableau 4-2 : Légendes | 39 |
| Tableau 4-3 : Chronique du cours de vie de A1 | 40 |
| Tableau 4-4 : Chronique du cours de vie de A2 | 40 |
| Tableau 4-5 : Chronique du cours de vie de A3 | 41 |
| Tableau 4-6 : Chronique du cours de vie de A4..... | 41 |
| Tableau 4-7 : Identification et conditions facilitantes ou défavorables à la transition | 43 |

Remerciements

Ce travail de mémoire de Master clôture deux années de travail pour l'obtention du Master « Expertise, Performance et intervention ». Je souhaite remercier toutes les personnes qui m'ont permis de réaliser ce mémoire.

Merci à l'ensemble des sportifs, qui m'ont fait profiter de leurs expériences et accepté de participer à cette étude.

Je souhaite remercier l'ensemble des intervenants et professeurs du Master EPI, pour leur investissement et la qualité de leurs interventions.

Un grand merci à Cyril Bossard responsable du Master EPI et directeur de ce mémoire pour son investissement, son implication et sa grande disponibilité.

Enfin un remerciement tout particulier à Sophie mon épouse qui m'accompagne et me soutient dans ma démarche d'études ainsi qu'à mes deux fils Thomas et Samuel.

Introduction

1) Le contexte

L'atteinte d'un haut niveau de performance est une quête largement valorisée dans la société. Le sport de haut niveau est soutenu et encadré par des textes législatifs et réglementaires. Les politiques sportives sont rythmées par le calendrier des compétitions notamment les olympiades, et tout particulièrement pour la France avec la candidature de Paris pour les jeux de 2024. La loi du 27 novembre 2015 rappelle dans son article 1^o (devenu l'article L 221-1 du code du sport) que « les sportifs, entraîneurs, arbitres et juges, sportif de haut niveau concourent, par leur activité au rayonnement de la Nation et à la promotion des valeurs du sport ». Elle subordonne l'inscription sur la liste ministérielle des sportifs de haut niveau à la conclusion d'une convention entre le sportif et la fédération. Cet engagement, qui n'est pas un contrat de travail, permet aux athlètes de connaître leurs droits et obligations, notamment en matière de formation et d'accompagnement socioprofessionnel, de pratique compétitive, de suivi médical, de respect des règles d'éthique ou encore de droit à l'image. Nous pouvons ajouter que cette loi offre une protection sociale aux sportifs de haut de niveau en cas d'accidents sportifs et renforce leur suivi médical. Par ailleurs, la loi offre aussi de nouveaux dispositifs d'accompagnement des sportifs dans leur insertion professionnelle. Elle sécurise la situation contractuelle des sportifs et encadrants selon leur statut qui peut être : de haut niveau, professionnel, ou en situation de handicap.

Depuis le 23 Mai 2016 le projet de performance fédéral succède au parcours de l'excellence sportive. Le projet de performance fédéral s'appuie sur deux programmes : un programme d'accession au sport de haut niveau (détection et perfectionnement) et un programme d'excellence sportive. Tout au long de son parcours l'athlète est susceptible d'intégrer un pôle d'entraînement. Nous pouvons distinguer 3 types de structures : le pôle espoir destiné aux jeunes susceptibles d'intégrer plus tard les équipes de France, ou étant inscrit sur la liste espoirs du ministère en charge des sports ; les pôles France permettant l'intégration des sportifs faisant partie des équipes de France, à savoir des collectifs Équipe de France (sénior et élite) ou du collectif France relève (ex jeune) ; les centres de formation agréés par le ministère en charge des sports et soumis à un cahier des charges en matière d'encadrement technique, médical, scolaire et d'installations. Nous soulignerons que le suivi socio-professionnel ou projet de vie ainsi que le statut des sportifs de haut niveau constituent une priorité du projet de performance fédéral. Leur statut les rend éligibles aux dispositifs de droit commun : les aides personnalisées ; les contrats d'insertion et les aides ; les droits à la retraite ; les dispositifs dérogatoires pour les études ; les aménagements du temps scolaire et universitaire. Le sport de haut niveau est soutenu par les institutions et cette politique est un facteur non négligeable pour le développement de l'expertise des sportifs de haut niveau.

À partir de ce contexte nous nous interrogeons sur la manière dont l'athlète appréhende sa carrière. Comment dirige-t-il (ou elle) son projet de performance et de quels mécanismes psychologiques dispose-t-il (ou elle) pour s'adapter aux difficultés ?

L'évocation des sportifs experts met en exergue les difficultés rencontrées tout au long de la carrière sportive, cette dernière pouvant être considérée comme une vie professionnelle à plusieurs étapes (Bloom,1985., Ericsson,1993., Côté.,1999). Le parcours des sportifs experts se caractérise par des étapes jalonnées de transitions (Schlossberg, 1984 ; Wylleman et al, 1999) participant à la construction de leur projet de performance. Ces phases de transition semblent être particulièrement difficiles à gérer pour les athlètes. Schlossberg (1981) définit la transition comme « un événement ou non-événement qui débouche dans la perception de soi et du monde impliquant un changement dans les comportements et les relations ». Il propose avec ses collègues (Charner et Schlossberg, 1986) un modèle d'adaptation transitionnel décrivant trois groupes de facteurs en interaction lors d'une transition : les caractéristiques de l'individu ; la perception qu'il a de la transition ; et les caractéristiques des environnements précédant et suivant la transition.

Dans le cadre théorique du développement de l'expertise, différents travaux relatifs aux transitions existent, cependant cette question de recherche reste d'actualité notamment concernant les mécanismes psychologiques sollicités par l'athlète face à une situation de crise. Nous souhaitons par cette étude apporter notre éclairage sur cet objet.

2) Les objectifs et les enjeux

Les performances des sportifs lors des événements comme les jeux olympiques permettent de valoriser l'efficacité d'une politique sportive sur la scène internationale. Les enjeux politiques et financiers sont considérables lors de ces événements sportifs mondiaux, surexposés médiatiquement. Pour parvenir à ces résultats le ministère en charge des sports met en place, avec les fédérations sportives sous tutelles, la détection des jeunes talents. Elle permet de détecter de façon optimisée et précise, d'orienter en permanence vers les structures adaptées puis d'accompagner l'athlète, dans son évolution, et vers le haut niveau. Sur le terrain, les entraîneurs et éducateurs détectent les athlètes selon une méthode organisée corrélée à la politique de la fédération référente. L'objectif est de découvrir les jeunes élites de demain, mais plus que les meilleurs, ce sont les plus prometteurs qu'il s'agit de repérer.

Alors comment ces jeunes talents prometteurs deviennent-ils les futurs experts de leur pratique sportive. Quel est le cheminement pour atteindre l'excellence ? Comment pouvons-nous caractériser les trajectoires qui mènent à l'excellence sportive ? Quels sont les moments charnières dans le parcours de vie d'un sportif de haut niveau ? Quels mécanismes psychologiques, quels ressorts sont activés par l'athlète ? Comment les sportifs appréhendent-ils leurs projets de performance dans son développement : sportif ; social ; scolaire et professionnel ?

L'enjeu principal de ce travail est de contribuer à la compréhension du développement de l'expertise dans la carrière du sportif, notamment lors des phases de transition vécues par les athlètes. Stambulova (2000) a identifié six transitions normatives liées à la carrière sportive susceptibles de provoquer des situations de crise : 1) le début de la spécialisation en sport ; 2) le passage à un entraînement intensif dans un sport donné ; 3) l'entrée dans le haut niveau ; 4) le passage du sport amateur au sport professionnel ; 5) la période allant de l'atteinte du point culminant de sa carrière à sa fin de carrière ; 6) l'arrêt de carrière. L'incertitude, relative au sport, implique que certains événements ne peuvent pas être prévus, comme une non sélection aux Jeux Olympiques, ou la non qualification dans une équipe première (Schlossberg, 1984). D'autres événements comme une blessure, un changement de club ou d'entraîneur peuvent occasionner un changement dans le parcours de vie de l'athlète (Schlossberg, 1984). L'ensemble de ces événements importants non prédictibles qui prennent place dans la vie de l'individu de manière imprévue, involontaire caractérise les transitions « non normatives » (Schlossberg, 1984).

Il nous semble que les études relatives au développement de l'expertise n'ont pas renseigné dans sa totalité ce type de transitions, dites non normatives (Schlossberg, 1984). Notre objectif consiste plus particulièrement à appréhender et mettre en lumière les stratégies mises en place par les sportifs lors de ces transitions non normatives. En parallèle nous chercherons à rendre compte des ressources nécessaires permettant de faire face aux écueils et difficultés du sport de haut niveau.

Cette étude portera notre attention sur les transitions non normatives vécues par le sportif. D'un point de vue méthodologique, nos choix porteront sur l'appréhension du vécu des sportifs à travers une méthodologie qualitative inspirée des travaux de recherche de Debois et ses collègues (2013) ainsi que de Hauw & Lemeur (2013). Les travaux de recherche relatifs au développement de l'expertise sont abordés avec une approche environnementaliste en référence au modèle développemental et holistique de Wylleman et Lavallée (2004). Les travaux de Hauw et ses collègues s'inscrivent dans les programmes de recherche en référence aux « activités situées ». Nous proposerons de mettre en tension ces deux types d'approche théorique dans ce travail.

Afin de mener à bien notre projet de recherche, l'examen de la littérature devrait nous permettre de documenter un entretien semi-directif de type biographique avec les sportifs. Lors de cet entretien, nous collecterons des données nous permettant de caractériser l'évolution du cours de vie du sportif. Pour finir, nous utiliserons les traces écrites de l'activité du sportif pour réaliser un entretien d'autoconfrontation.

L'ensemble et la diversité des travaux relatifs au développement de l'expertise mettent en exergue la complexité de cet objet de recherche. Différentes approches théoriques coexistent et appréhendent à leur manière la question du développement de l'excellence sportive. Certains chercheurs abordent ce sujet selon une approche biologique, d'autres orientent leurs recherches selon une approche interactionniste.

Pour notre étude, nous vous présentons dans la revue de littérature les concepts-clés liés à la psychologie du sport et à une approche environnementaliste.

1er chapitre : Revue de Littérature

Introduction

Dans les années soixante- dix et quatre-vingt les chercheurs en sciences du sport se sont intéressés à la détection des talents dans différents sports selon une approche prédictive (Bar-Or, 1975 ; Geron, 1978 ; Montpetit et Cazorla, 1982). Ils ont défini un modèle distinguant cinq facteurs déterminant la performance sportive : des caractéristiques physiologiques, morphologiques, psychologiques, psychomotrices et sociologiques. Le résultat de ces recherches a permis d'identifier certaines caractéristiques dites stables, non modifiables et génétiques. Par la suite, l'approfondissement des recherches a déclenché un débat sur le rôle de l'environnement (Bloom, 1985 ; Ericsson et al., 1993 ; Côté, 1999) et de la génétique (Klissouras, et al., 2001 ; Singer & Janelle, 1999 ; Bouchard et al. ; 1997). Ce débat a eu pour conséquences de modifier l'approche scientifique : les chercheurs ont orienté leurs efforts pour concevoir le développement de l'expertise.

Des recherches de type ascendante et qualitative ont permis d'identifier le continuum du parcours d'excellence du sportif (Bloom, 1985 ; Ericsson et al., 1993 ; Côté, 1999). Les chercheurs ont réalisé des entretiens rétrospectifs avec des individus talentueux dans différents domaines mais aussi avec leurs parents et les intervenants comme les professeurs et les entraîneurs. Csikszentmihalyi et ses collègues (1993) ont par exemple demandé à des entraîneurs de remplir un questionnaire afin de permettre une meilleure compréhension du développement de l'expertise des adolescents. Les résultats de cette étude quantitative ont permis de définir un ensemble de caractéristiques : la reconnaissance sociale de leur « don » et la maîtrise des habiletés considérées utiles dans leur culture ; la possession des traits de personnalité qui contribuent à la concentration (l'accomplissement et l'endurance) et l'ouverture à l'expérience (sensibilité et attitude compréhensive) ; l'acquisition d'habiletés contribuant au développement du talent ; la prise de conscience du conflit entre le dépassement au travail et les relations avec leurs pairs ; l'insertion dans des familles qui fournissent de l'aide et des défis ; des entraîneurs qui assurent un soutien et créent un environnement agréable et propice au développement du talent ; l'allocation de récompenses ; et des expériences optimales.

Une autre étude qualitative et quantitative (Gould et al. ; 2002) à partir d'entretiens rétrospectifs avec des champions d'exceptions a permis de définir certaines caractéristiques psychologiques relatives au développement de l'expertise : l'habileté à s'adapter et à contrôler l'anxiété ; la confiance, la force mentale/résilience ; l'intelligence sportive ; l'habileté à se concentrer et à bloquer les distractions ; la compétitivité ;

l'éthique de travail ; l'habileté à se fixer des objectifs et à les atteindre ; la capacité à se faire entraîner ; le niveau d'espoir, l'optimisme ; et le perfectionnisme adapté. Parmi ces caractéristiques, la concentration est l'habileté psychologique qui a été la plus citée par les athlètes et la confiance est celle qui a reçu le plus haut score lors de la passation des tests psychométriques.

Wylleman et Lavallée (2004) ont montré que la carrière, selon une approche holistique, ne dépendait pas seulement de la pratique sportive. Ils ont défini un modèle développemental de transitions d'un parcours de vie d'un athlète dans lequel nous retrouvons 4 composantes : le développement psychologique et biologique ; le développement scolaire et professionnel ; le parcours sportif ; et le développement personnel et social (annexe1).

Ce chapitre sera présenté en trois parties, de la manière suivante :

- 1) la carrière d'exception : l'approche développementale
- 2) le développement de l'expertise : l'importance des facteurs de pratique et de l'environnement
- 3) les transitions dans la carrière d'un Sportif de Haut Niveau (SHN), des phases d'étude privilégiées.

1) La carrière d'exception : une approche développementale

Bien qu'il existe une grande diversité de carrière selon les pratiques sportives, il semble se dégager un même modèle de développement. Lors d'une étude sur le développement de talent, Bloom (1985) a identifié trois stades que les sujets talentueux traversent : le stade de l'initiation, le stade du développement, et le stade de réalisation de l'expertise. Le modèle de Bloom (1985) a été exploité pour tracer la carrière des nageurs olympiques et des joueurs de tennis de niveau international, le parcours de neurochirurgiens et mathématiciens remarquables ainsi que l'évolution de pianistes solistes et de sculpteurs. Pour ses travaux, Bloom (1985) a utilisé une approche qualitative, en réalisant de longs entretiens structurés et rétrospectifs afin de retracer la carrière d'individus talentueux dans le champ artistique, sportif et scientifique. Chaque domaine est doublement représenté : la musique et la sculpture ; la natation et le tennis ; la neurochirurgie et les mathématiques. Les entretiens sont réalisés avec environ vingt-cinq individus par domaine ainsi qu'avec leurs parents, entraîneurs et professeurs, puis retranscrits pour analyser les données. Les résultats de ces travaux mettent en exergue les caractéristiques des parents, des entraîneurs et des experts de leur discipline aux différents stades de leur évolution. Le stade de l'initiation correspond à une période où l'athlète découvre la pratique et où il est détecté comme un sujet talentueux ayant pour effet d'optimiser sa motivation. Lors du stade de développement, l'athlète augmente sa

quantité d'entraînement, il est choisi pour ses qualités et sa réputation, l'athlète s'inscrit dans l'activité et a pour ambition d'atteindre un haut niveau d'expertise. Enfin le stade de la réalisation de l'expertise représente l'étape où l'athlète atteint le plus haut niveau d'expertise, y consacrant la majorité de son temps. Cette période est la plus longue et exige de nombreuses années de pratique.

| Individu | Phase de carrière | | |
|----------------------------|--|---|--|
| | Initiation | Développement | Expertise |
| Individu performant | <ul style="list-style-type: none"> - Joyeux, enjoué - Curieux, emballé - Spécial | <ul style="list-style-type: none"> - Accroché - Dévoué | <ul style="list-style-type: none"> - Obsédé - Responsable |
| Intervenant | <ul style="list-style-type: none"> - Gentil - Enthousiaste - Aimable - Centré sur les apprentissages | <ul style="list-style-type: none"> - Ferme, intense - Respectueux - Habile - Exigeant | <ul style="list-style-type: none"> - Couronné de succès - Respecté - Attaché émotionnellement |
| Parents | <ul style="list-style-type: none"> - Partage l'excitation - Offre du soutien - Ont cherché des mentors positifs | <ul style="list-style-type: none"> - Fait des sacrifices - Activités limitées | |

Tableau 1-1 : Caractéristiques d'individus talentueux, des intervenants et des parents à différentes phases de leur carrière(Bloom, 1985)

Dans la continuité de ces travaux, Ericsson et ses collègues (1993) réalisent une étude qualitative et quantitative avec des musiciens ; des violonistes et des pianistes. Dans un premier temps, les chercheurs ont réalisé des entretiens biographiques permettant de définir les profils des participants. Ensuite, les musiciens ont quantifié leurs activités avec l'aide d'un journal de bord. Les données ont été comparées et quantifiées afin de caractériser la pratique des experts. Les résultats de cette étude confirment, entre autres, les étapes de carrière définies par Bloom (1985) et suggèrent un quatrième stade, celui de l'éminence, atteint après de nombreuses heures de pratique. De ce fait, les talents dépassent les connaissances de leurs entraîneurs et subliment l'expertise de leur pratique. Côté (1999) a utilisé une méthode qualitative sous la forme d'entretiens rétrospectifs et une analyse quantitative auprès de 15 membres de quatre familles différentes d'athlètes, permettant d'identifier les trois étapes dans la carrière du sportif. Il les définit chronologiquement ainsi : les années d'échantillonnage, les années de spécialisation et les années d'investissement. Dans la continuité des travaux d'Ericsson (1993), Durand-Bush et Salmela (2002) définissent les années de maintien comme une quatrième étape, où les sportifs de haut niveau après avoir atteint le sommet de leur carrière, poursuivent l'entraînement et la compétition pour s'améliorer. Les travaux de Wylleman et Lavallée, (2004) issus de cette ligne de recherche, concernant l'évolution de carrière des athlètes-enfants, des athlètes-étudiants, des athlètes de haut niveau, des professionnels et d'anciens athlètes olympiques ont confirmé les trois stades du développement (Bloom,1985 ; Côté, 1999). Les résultats de leurs études ont dévoilé

un dernier stade nommé « final ou de cessation » correspondant à l'arrêt de la carrière sportive. Cette période est décrite par les athlètes comme étant relativement longue (Lavalée & Andersen, 2000 ; Taylor & Ogilvie, 2001 ; Wylleman, De Knop, Ewing, & Cumming, 2000; Wylleman, Lavalée, & Alfermann, 1999).

Nous présentons ci-dessous un tableau résumant les différents modèles de développement de l'expertise.

| Age | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 | 35 |
|-------------------------------------|-----------------|----------------|----------------|---------------|-----------|----|
| Bloom (1985) | Initiation | Développement | Expertise | | | |
| Ericsson (1993) | Initiation | Développement | Expertise | Eminence | | |
| Côté (1999) | Echantillonnage | Spécialisation | Investissement | | | |
| Bush&Salmela (2002) | Initiation | Développement | Expertise | Maintien | | |
| Wylleman&Lavallée (2003) | Initiation | Développement | Maitrise | Stabilisation | Cessation | |

Tableau 1-2: Synthèse des différents modèles de développement de l'expertise

Les carrières sportives sont diverses et multiples et leur début et durée varie selon le sport pratiqué. Les études de Wylleman et ses collègues (1993) nous montrent que le début de carrière peut débuter à 6 ans et se terminer entre 28 et 30 ans, ces résultats peuvent être nuancés en fonction du sexe et de la discipline sportive. Par exemple, les rameurs débutent leurs carrières internationales entre 15 et 19 ans (Wylleman et al., 1993) alors qu'au même âge une athlète féminine met fin à sa carrière sportive (Kerr & Dacyshyn, 2000). Les recherches ont aussi démontré que la durée à un haut niveau de compétition pouvait varier. La durée de participation des athlètes belges aux compétitions internationales est d'une moyenne de 10 ans (Wylleman et al, 1993), la durée de carrière internationale des athlètes olympiques allemand est de 15 ans (Conzelmann, Gabler & Nagel, 2001), alors que pour les joueurs évoluant en ligue de baseball, football, basketball et hockey sur glace aux Etats Unis d'Amérique la durée de carrière est en moyenne de 4 à 7 ans (Léonard, 1996). Nous noterons que contrairement aux années quatre-vingt-dix, où les sportifs terminaient leur carrière avant trente ans (Wylleman & Lavallée, 2004), ces dernières années, la durée de la carrière sportive augmente et elle se termine plus tardivement.

2) Le développement de l'expertise : l'importance des facteurs de pratique et de l'environnement

Les différentes études mettent en exergue l'investissement de l'athlète dans de nombreuses heures de pratique pour devenir un expert dans son domaine. Nous présenterons dans cette partie les différents travaux réalisés relatifs aux facteurs de pratique dans le cadre théorique du développement de l'expertise.

2.1) La pratique délibérée

Les différentes études dans plusieurs domaines ont permis à Ericsson et ses collègues (1993) de définir plus précisément un modèle de pratique dite délibérée. Ce modèle contredit l'importance du talent inné pour atteindre un haut niveau d'expertise, et démontre que l'effort délibéré améliore la performance dans un domaine spécifique. Pour Ericsson et ses collègues (1993) la qualité et la quantité de pratique sont des facteurs indispensables à l'atteinte de l'excellence. Ils ont réalisé une étude auprès de musiciens afin de quantifier et de définir cette pratique, nécessaire pour atteindre un haut niveau d'expertise.

Ce modèle a été étudié pour tracer la carrière de violonistes et pianistes ayant vocation à devenir des solistes internationaux en comparaison avec des musiciens moins doués ou plus âgés comme leurs professeurs.

Pour réaliser cette étude, Ericsson et ses collègues ont utilisé une méthode quantitative. Ils ont réalisé des entretiens biographiques et rétrospectifs pour déterminer et évaluer la pratique des participants (début, durée de pratique, concours). Puis ils ont demandé aux musiciens de quantifier en temps, leurs différentes activités journalières et de mesurer selon une échelle, l'effort et le plaisir qu'ils y trouvaient.

Cette étude a confirmé le résultat des travaux de recherche de Simon et Chase (1973) établissant que mille heures de pratique d'une activité (les échecs) par année étaient nécessaires, et ce sur une période de dix ans afin de devenir un expert dans n'importe quel domaine. Pour l'étude de Ericsson (1993) les musiciens experts avaient accumulé 10000 heures de « pratique délibérée », deux fois plus que des musiciens amateurs. Dans un premier temps, la pratique doit être motivée par un fort désir d'optimisation de la performance et nécessite des niveaux d'effort et de concentration important, ce qui entraîne une pratique pas toujours très plaisante (Ericsson et al., 1993). Cette étude a permis aussi, lors de la mesure des habiletés des musiciens experts, de mesurer des performances supérieures uniquement dans les tâches en lien direct avec leur domaine d'expertise. Les chercheurs ont pu ainsi conclure que les prédispositions naturelles avaient peu d'influence sur la réussite dans une pratique (Ericsson, 2003, 2006 ; Ericsson et al., 1993 ; Ericsson, Roring, & Nandagopal, 2007).

Afin de contribuer aux recherches relatives au développement de l'expertise dans le domaine sportif, Hodges & Starkes (1996) ont réalisé une étude quantitative en

utilisant différents questionnaires, inspirés des travaux de recherche de Ericsson et de ses collègues (1993). Les résultats de cette étude contredisent ces travaux, notamment pour le plaisir de la pratique. Starkes (2000) est en accord avec le modèle de dévouement dans le sport (Scanlan, Carpenter, Schmidt, Simons, & Keeler, 1993) qui définit comme facteurs déterminant le plaisir à pratiquer l'activité, l'investissement personnel, les contraintes sociales et les opportunités d'engagement.

D'autres résultats d'études permettent un approfondissement de connaissance à ce sujet. Par exemple une étude menée auprès de joueuses de netball¹ (Bruce et al, 2013) met en évidence l'impact de la surexposition d'une pratique sportive à une génération permettant un développement plus rapide des habiletés. Bruce et ses collègues (2013) démontrent par cette étude, que la période et les évènements sportifs peuvent influencer le développement de l'expertise d'une génération dans un domaine précis. De même, l'âge d'un enfant (pour une même catégorie d'âge il peut y avoir 12 mois d'écart) peut être déterminant en termes de développement physique et cognitif lors de la puberté (Cobley, Baker, Wattie, & McKenna, 2009). En termes de détection, les athlètes du début d'année d'âge sélectionnés bénéficient d'un niveau de pratique et d'encadrement supérieur (Carling, Le Gall, Reilly, & Williams, 2009 ; Gladwell, 2008 ; Helsen, Van Winckel, & Williams, 2005). Les résultats d'une autre étude de Côté, McDonald, Baker, et Abernethy (2006) ont montré que les joueurs canadiens et américains de ligue nationale de hockey et les joueurs américains de la ligue majeure de baseball nés dans le premier quart de l'année étaient surreprésentés. Cette étude a aussi souligné l'importance du lieu de vie (lieu de naissance) de ces sportifs. Les joueurs naissant dans des plus petites villes (1000 à 500000 habitants) étant plus représentés que les joueurs vivant dans des villes plus importantes (Côté et al., 2006). Les plus petites villes permettraient une pratique plus spacieuse et sécurisée, favorisant des activités sportives variées, avec un nombre d'heures important dès le plus jeune âge (Baker, Côté, & Abernethy, 2003 ; Soberlak & Côté, 2003).

2.2) Le jeu délibéré

Dans la continuité des travaux précédents, Côté et Hay (2002) ont défini le jeu délibéré comme « une forme d'activité sportive qui implique des activités à la base du développement sportif qui sont intrinsèquement motivantes, procurent une rétroaction immédiate et sont conçues spécialement pour le plaisir ». Le jeu délibéré se distingue de la pratique organisée d'un sport, en cela que les participants adultes ou enfants peuvent modifier les règles de la pratique à leur convenance, aménageant la pratique dans le but de la faciliter et d'en optimiser le plaisir. Côté et Hay (2002) considèrent que le concept de jeu délibéré est une composante à part entière du développement de l'expertise (Côté et al, 2003).

¹ Le **netball** est un sport collectif opposant deux équipes de sept joueurs dans un stade. Son développement, dérivé du basket-ball, débuta en Angleterre dans les années 1890.

Ce modèle a été étudié pour tracer la dynamique des familles de trois rameurs et d'un joueur de tennis de haut niveau lors du développement de leur carrière.

Une approche qualitative a été employée. Les parents, les sportifs ainsi que la fratrie ont été interrogés lors des entretiens menés par les chercheurs. Les données ont ensuite été analysées qualitativement et comparées (Strauss & Corbin, 1990).

Cette étude spécifique au sport, s'appuie sur les concepts théoriques de pratique délibérée et de jeu délibéré. Ces concepts marquent les transitions entre les années d'échantillonnage, les années de spécialisation et de développement. En général, les années d'échantillonnage sont caractérisées par un faible volume de pratique délibérée et un fort volume de jeu délibéré. Le volume de pratique et de jeu délibéré s'équilibre lors des années de spécialisation tandis que les années de développement sont caractérisées par une forte augmentation de la fréquence de pratique délibérée.

D'autres études (Baker, et al, 2003 ; Soberlak et Côté, 2003) ont montré l'importance du jeu délibéré pendant la période d'échantillonnage. Elles ont aussi montré que lors des années de spécialisation et de développement, la quantité de pratique délibérée augmentait à contrario du jeu délibéré. Une autre étude comparative entre des joueurs de football experts et non experts (Berry et al, 2008) a montré que les experts avaient plus participé en quantité à la pratique délibérée et au jeu délibéré que les non experts, leur permettant d'optimiser la prise de décisions dans l'action.

2.3) Qualités et influences des entraîneurs sur le développement de la pratique

Les différentes études portant sur le développement de l'expertise, nous enseignent l'importance entre la quantité et la qualité de pratique répartie en fonction de la période que l'athlète traverse. Nous ne pouvons occulter lors de ces périodes le rôle de l'intervenant, éducateur-entraîneur, qui participe au développement des compétences de l'athlète.

Les études de Bloom (1985), décrivent l'entraîneur dans le stade d'initiation, comme un acteur non choisi par les parents, ayant un rôle de facilitateur de plaisir à pratiquer le sport, valorisant et encourageant le futur athlète. Le stade de perfectionnement sera marqué par un changement d'entraîneur, avec des connaissances techniques supérieures, choisi pour ses compétences et sa réputation, il participera à une augmentation en volume horaire de la pratique. L'entraîneur s'intéresse au futur talent, la relation est affective et basée sur un respect mutuel. Csikszentmialyi et Robinson (1986) observent de nombreux abandons lors de cette période, ils proposent d'aborder ce phénomène à partir du modèle d'Erikson (1963) relatif au développement psychosocial décrivant la période de l'adolescence comme une transition où l'individu est susceptible de se réorienter vers de nouveaux buts et objectifs. Les années de réalisation de l'expertise provoqueront un nouveau changement d'entraîneur, un expert

dans la pratique individualisant le travail du sportif pour parfaire son apprentissage. Parmi les caractéristiques de l'entraîneur expert, les études de Voss et ses collègues (1983) ont montré que les intervenants experts passaient plus de temps à planifier et à concevoir leurs séances que les entraîneurs non experts. Les résultats d'une autre étude (Rutt-leas & Chi, 1993) comparative entre entraîneurs experts et non experts en natation montre que ces intervenants étaient très précis dans leurs évaluations et propositions d'améliorations contrairement à leurs homologues non experts plus superficiels dans leurs interventions.

Les travaux d'Ericsson (2003) précisent que pour bénéficier d'un développement de l'expertise optimal il est important de définir des objectifs clairs à l'athlète. De plus, il est indispensable pour le sportif de bénéficier d'un entraîneur et d'un équipement adéquat (Ericsson, 2008). D'autres études ont montré l'importance de l'entraîneur quant à sa capacité à concevoir un environnement favorisant le développement optimal des qualités de l'athlète. Martindale et ses collègues (2005) délivrent un aperçu des cinq principaux thèmes qui se dégagent de la littérature scientifique concernant le développement de l'expertise et de son accompagnement : définir des objectifs à long terme et des méthodes ; donner des messages cohérents et de soutien ; mettre l'accent sur un développement approprié plutôt qu'une sélection précoce ; individualiser le développement en cours ; avoir une approche globale et holistique du développement.

2.4) Implication des parents dans le déroulement de la carrière sportive

Dans la première partie de ce chapitre, nous avons évoqué les travaux de Côté (1999) concernant la dynamique des familles de trois rameurs et d'un joueur de tennis de haut niveau lors des différents stades de développement de l'athlète. Côté définit son modèle développemental en trois étapes : un rôle moteur des parents encourageant leurs enfants à participer à de nombreuses activités sportives pour la période des années d'échantillonnage, lors des années de spécialisation les parents soutiennent leurs enfants dans leur décision de participer à un nombre limité d'activités sportives, puis un rôle d'accompagnement et de soutien pour la période de développement. Lors de la période d'initiation le parent considère comme fondamental la pratique du sport à son développement et l'encourage à pratiquer différentes activités. Le rôle d'accompagnant et de soutien s'affirment lors des années de perfectionnement et de développement par l'optimisation de la pratique engendrant des sacrifices dans la vie personnelle.

Les recherches de Bloom (1985) ont montré que ce sont les parents qui, les premières années, investissent leur enfant à la pratique du sport dans laquelle ils excelleront plus tard, en s'impliquant dans l'entraînement. Au cours de la période de perfectionnement, ils s'investiront plus financièrement et lui apporteront un soutien affectif. C'est ce que confirme le résultat des études de Kalinowski (1985) selon lequel sans le soutien affectif des parents, les athlètes n'auraient pas pu atteindre un haut niveau de pratique. Csikszentmihalyi et ses collègues (1993), dans une étude consacrée aux adolescents, ont déterminé deux profils de famille avec chacune des caractéristiques.

La famille dite « complexe » favorise le développement des talents. Elle se caractérise comme présentant un équilibre entre intégration et différenciation. L'intégration définit comme des attitudes parentales à encourager la stabilité chez l'adolescent et la différenciation définit comme des attitudes parentales à inciter les membres de la famille à relever des défis et à acquérir une certaine indépendance. Les résultats de l'étude de Van Rossum & Van der Loo (1997) contredisent ces résultats. Des athlètes hollandais doués interrogés ne s'estimaient pas être issus de familles dites « complexes » mais plutôt de familles non-fonctionnelles (c'est-à-dire présentant des déséquilibres et des dysfonctionnements). Dans le prolongement de cette étude, Durand-Bush et Salmela (2002) réalisent une étude auprès de dix médaillés d'or deux fois aux jeux olympiques et/ou aux championnats du monde. Cette étude indique que une fois après avoir obtenu une médaille d'or l'athlète rentre dans une période appelé « maintien ». Les athlètes mentionnent que lors de cette période le soutien de leurs parents a été prépondérant à la réalisation de leurs performances.

L'importance du soutien des parents, se retrouvent dans une étude qualitative concernant des athlètes olympiques (Gould, Dieffenbach, Moffet, 2002) qui parmi six critères influents citent : la famille, comme étant déterminante concernant les remarques et commentaires, leur enseignement, leur participation motivante, leur soutien sur les valeurs morales et d'efforts. Selon ces chercheurs, de futures études relatives aux comportements parentaux, demandent à être réalisées notamment concernant les limites fragiles entre le soutien prodigué par les parents et la pression qu'ils peuvent exercer sur leur enfant.

3) Les transitions dans la carrière d'un sportif de haut niveau

Précédemment, nous avons évoqué les différents travaux décrivant les étapes du développement de l'expertise et différents facteurs les influençant. Nous avons essentiellement décrit la carrière de l'athlète dans le domaine sportif. Wylleman, Lavallée et Alfermann (1999) étudient la carrière de l'athlète selon une approche holistique, en y intégrant différents domaines corrélés au projet de vie de l'athlète et les transitions de ce parcours. La notion de « transition » est un élément fondamental dans le parcours de vie de l'athlète.

Schlossberg (1981) décrit la transition comme « un événement ou un non-événement qui débouche sur un changement dans la perception de soi et du monde et qui implique, de ce fait, un changement de ses comportements et de ses relations ». Schlossberg et ses collègues (Charner et Schlossberg, 1986 ; Schlossberg, 1981, 1984) décrivent selon un modèle d'adaptation transitionnel (annexe 2), trois groupes de facteurs en interaction lors d'une transition : les caractéristiques de l'individu ; la perception de la transition en cours, les caractéristiques des environnements qui précèdent et suivent la transition.

Les chercheurs (Schlossberg, 1984 ; Wylleman et Lavallée, 2003) classent les transitions en deux catégories, les transitions normatives et non normatives. Nous débuterons par expliciter les transitions normatives.

3.1) Les transitions normatives

Le concept des transitions normatives peut être lié à différents domaines : le parcours sportif (Stambulova, 2000) ; l'arrêt de carrière sportive (Taylor et Ogilvie, 1994), le développement personnel ; le parcours professionnel et scolaire (Wylleman et al. ; 2004) la vie sociale et affective (Sinclair et Orlick, 1993). Elles correspondent au passage d'une étape à une autre, elles sont prédictives, anticipables et peuvent être organisées dans une démarche de planification (Wylleman et al., 1999).

Les résultats des études permettent de qualifier les transitions de « normales » (Petitpas et al, 1997) et de « planifiables » (Sinclair & Orlick, 1994). Wylleman et Lavallée (1999) catégorisent quatre transitions normatives relatives : à la carrière sportive ; au développement psychologique ; au développement social ; et enfin au développement scolaire et professionnel. Les résultats des études de Wylleman et Lavallée (2004) montrent qu'il existe trois catégories de transitions normatives liées à la carrière sportive : l'âge (le changement de catégorie) ; les changements de structures (ex : le passage en pôle selon le parcours de l'excellence sportive) ; les changements de statuts (ex : amateur à professionnel). Stambulova (2000) identifie six transitions susceptibles de générer des crises : le début de spécialisation en sport ; le passage à l'entraînement intensif ; l'entrée dans le haut niveau ; le passage du sport amateur au sport professionnel, la période du plus haut niveau à la fin de carrière ; et pour finir l'arrêt de carrière.

Les différentes études (Erickson, 1963 ; Havighurst, 1973 ; Piaget, 1971) liées au développement psychologique définissent trois stades du développement, l'enfance, l'adolescence et l'âge adulte. Lors du développement Côté et Hay (2002) définissent le plaisir de la pratique et le sentiment de progresser comme deux éléments incontournables au plein engagement de l'athlète dans son activité.

Comme pour le développement psychologique et la carrière sportive, le développement social est ponctué de différentes étapes à franchir. Dans le sport, le rôle du soutien des parents et l'intervention des entraîneurs sont essentiels dans le développement des athlètes (Wylleman & Lavallée, 2004). Une étude comparative (Wurth, 2001) met en exergue la corrélation de la réussite des athlètes lors des transitions liées à la pratique sportive avec le soutien et le support émotionnel qu'ils reçoivent de leurs parents.

Le parcours scolaire est aussi composé de cinq étapes : l'entrée à l'école primaire ; au collège ; au lycée ; à l'université ; au monde professionnel. Différentes études (Busmannet Alfermann, 1994 ; Petitpas, Brewer, et Van Raalte, 1996 ; Wylleman et

all.,1993) déterminent les études ou l'entrée dans le monde professionnel comme le déclencheur de l'arrêt de la carrière sportive.

3.2) Transitions et difficultés lors du développement de l'expertise

Le développement de l'expertise est ponctué de transitions normatives permettant de franchir différentes étapes. Ces transitions sont dites « positives » lorsqu'elles ne nécessitent pas d'aide particulière ou provoquent des situations de crise (Sinclair et Orlick, 1993). Nous allons décrire ci-dessous les différentes difficultés rencontrées par le sportif lors de sa carrière.

La transition du stade d'initiation au stade de spécialisation peut apparaître sensible (Stambulova, 2000 ; Wylleman et Lavallée, 2004). Comme indiqué précédemment, l'impact de l'âge (maturité précoce, maturité tardive) peut avoir des répercussions sur la motivation à la pratique sportive, élément pourtant moteur à l'engagement (Czikszenmihalyi et al., 1993 ; Côté et Hay, 2002). Cette étape peut correspondre aussi au changement d'établissement scolaire (école primaire, collège). Stambulova (2000) souligne qu'un passage à une nouvelle étape sportive conjuguée à une transition liée au parcours scolaire ou à l'âge peut stimuler une situation de crise. L'entrée au lycée, nouveau changement engendrant une augmentation du volume de travail scolaire, l'attente des parents à cet égard, l'augmentation du nombre d'entraînement, les effets de l'adolescence sur le développement de l'enfant, sont générateurs de stress (Newman et al., 2000).

La transition du stade de perfectionnement au stade de maîtrise est la plus difficile à négocier, c'est la période où l'on retrouve le plus de transitions normatives et non normatives en lien avec la carrière sportive, le développement psychologique, social, scolaire et professionnel. Schlossberg (1984) définit selon le modèle d'adaptation transitionnel, les transitions non-normatives comme « des événements importants non planifiés qui prennent place dans la vie de l'individu de manière imprévue, involontaire ». Ceux sont par exemple des transitions dues à des blessures, un changement d'entraîneur. Les non-événements (Schlossberg, 1994) sont définis comme « des événements attendus où espérés qui ne se produisent pas ». En sport nous prendrons l'exemple du joueur en sport collectif non qualifié en sélection pour la compétition.

Au lycée, l'élève est dans un environnement bien encadré par le système éducatif. L'entrée à l'université nécessite une certaine autonomie, le sportif de haut niveau doit être capable de planifier lui-même les objectifs de son double projet pour atteindre la réussite (De Knop et coll., 1999 ; Donnelly, 1993). À noter qu'il existe une différence notable concernant les sports à maturité précoce (gymnastique). Dans ce cas, l'investissement du sportif en sport de haut niveau corrélé à la période de l'adolescence peut avoir pour conséquence une identité exclusivement sportive (Baillie et Danish, 1992 ; Werthner et Orlick, 1986. Coackley, 1993). À contrario, les athlètes ayant défini une identité leur permettant un meilleur épanouissement feront plus facilement face aux transitions de carrière.

Lors de la phase de transition du passage du collège au lycée, l'athlète peut être confronté au choix d'une entrée en centre de formation ou de pôle espoir. Ledon et ses collègues (2015) ont réalisé une étude visant à questionner l'adaptation transitionnelle provoquée par l'entrée dans un pôle d'entraînement. Trente et un athlètes de haut niveau dont dix-huit filles ont participé à cette recherche. Les résultats de cette étude mettent en évidence la concomitance de la carrière sportive et des ressources fournies par le cadre de vie et le projet socioprofessionnel de l'athlète.

Pour Stambulova (2000) lors du stade de maintien, les athlètes pourront avoir à gérer des crises situationnelles générant des conflits internes s'exprimant de plusieurs manières. « Un conflit entre l'exigence de la situation et la capacité que s'attribue l'athlète à y répondre, un conflit entre la volonté du sportif et la capacité qu'il s'attribue à parvenir à ses fins, un conflit entre l'exigence de la situation et le désir qu'à l'athlète de s'y plier et un conflit entre l'exigence de la situation d'une part, et la capacité et la volonté de l'athlète d'autre part ». Pour faire face à cette situation de crise, Stambulova (2000) décrit trois types de stratégies d'adaptation choisies par les athlètes : le rejet, une stratégie qui consiste à éviter la situation, se retirer de l'activité ou rompre la relation ; une stratégie d'acceptation, qui consiste à rester dans la situation en acceptant un compromis adapté à la crise ; et une stratégie de lutte, où l'athlète change d'attitude face à la situation et met en place des actions pour faire face à la crise.

4) Positionnement/problématique

Debois et ses collègues (2014) ont réalisé des travaux de recherche avec neuf athlètes masculins français titrés lors de compétitions internationales, dans des sports individuels et collectifs. Cette étude a permis de caractériser selon une approche développementale et aussi holistique la carrière d'excellence sportive. Les résultats ont révélé un parcours non linéaire et jalonné de transitions normatives et non normatives. Les données recueillies lors des entretiens biographiques mettent en exergue les difficultés et les ressorts en lien avec la carrière sportive mais aussi avec les relations psychosociales, familiales et le projet socioprofessionnel.

Il semble que de nouvelles recherches devraient se concentrer sur l'identification des compétences et des soutiens nécessaires pour affronter les transitions rencontrées par les athlètes lors de leur carrière sportive. Les difficultés relatives aux transitions normatives vécues en majorité par les sportifs sont dues aux changements : dans leur carrière sportive (ex : entrée en centre de formation) ; de projet scolaire (ex : entrée en université) ; de vie familiale (ex : relation amoureuse). Les transitions non normatives sont caractérisées par une baisse de la performance et des périodes vécues comme difficiles, demandant de l'assistance et du soutien (Stambulova, 2000 ; Wylleman & Lavallée, 2003).

Pour notre étude, nous souhaitons apporter un éclairage concernant les mécanismes d'adaptation psychologiques dans les transitions non normatives des carrières des sportifs de haut niveau. Est-ce qu'il existe des différences entre les sports ? Peut-on déterminer des profils types que l'on peut nuancer selon les pratiques ? Quels sont les éléments facilitant et entravant le passage de la transition ?

Quelle est l'influence des facteurs favorisant l'atteinte de l'excellence sportive ? Les transitions sont-elles liées au contexte ou des points communs au parcours de vie de sportifs sont-ils identifiables ?

Pour étudier les mécanismes et adaptations psychologiques dans les transitions non-normatives de carrière des sportifs de haut niveau, nous avons exploité le modèle développemental de Wylleman & Lavallée (2004) et un objet de recherche du cours d'action : « le cours de vie relatif à une pratique ».

Notre travail s'est appuyé sur trois présupposés : 1) Les transitions non-normatives déclenchent un processus associant le soutien social et la capacité d'adaptation psychologique ; 2) Le passage transitoire au stade de maîtrise accentue les tensions lors des transitions non normatives ; 3) Le contexte institutionnel favorise les stratégies de faire face aux transitions.

Notre analyse a porté sur les mécanismes et adaptations psychologiques des sportifs de haut niveau lors des transitions non normatives. Pour réaliser ce travail, nous sommes inspirés de la méthodologie issue des travaux de Hauw et de ses

collaborateurs (2013). Cette méthode, utilisée pour une enquête concernant le dopage des sportifs de haut niveau, mixe des données dites « objectives » avec des données d'expérience et utilise une technique d'entretien de « remise en situation ». De nombreuses interviews démontrent que les athlètes n'ont pas de difficultés à se rappeler des différentes performances réalisées au cours de leur carrière. Pour autant, nous constatons qu'il est plus difficile de collecter des informations et de pouvoir faire exprimer l'athlète sur ses difficultés notamment lors de son expérience intime vécue. Cette difficulté s'exprime aussi par la capacité des sportifs de haut niveau à exercer un contrôle de leurs émotions :

Selon Hauw (2016) « Le modèle de formation du sportif est basé sur : (a) la recherche maximale de contrôle de soi au cours des situations de compétition et d'entraînement, (b) la structuration à l'extrême du futur par « la fixation de buts », (c) la volonté de refréner mentalement toute pensée néfaste à la performance, contribue à une mise en retrait ou entre parenthèses des sentiments qui à défaut, aurait été antinomique d'un contrôle de soi. ». Bien conscient de la possible difficulté à accéder à des passages difficiles du parcours de vie du sportif, nous avons relevé ce « défi méthodologique » en proposant une méthode originale.

Pour répondre à nos questionnements, nous avons rencontré des professionnels pratiquant des sports collectifs et des athlètes engagés dans le parcours de l'excellence sportive ayant interrompu leurs carrières. Pour nos travaux nous souhaitons rencontrer un panel hétérogène de sportifs (ou sportives) afin de présenter un panorama assez large mais mesuré, le nombre de participants étant limité.

Dans un premier temps, l'entretien semi-directif a permis aux sportifs d'exprimer le récit de leurs carrières selon une perspective développementale (du début de carrière à aujourd'hui) qui a permis progressivement de lever des blocages psychologiques. Puis, suite à l'analyse des données de cet entretien, nous avons confronté le sportif aux traces écrites de sa propre activité, lors d'un entretien dit de « remise en situation » avec pour objectif de pouvoir faire verbaliser le sportif sur son vécu lors d'une expérience stressante.

Nous présenterons dans la partie suivante la méthodologie que nous avons adoptée pour répondre à notre objectif. Le manuscrit sera ensuite structuré en deux autres chapitres, les résultats et, la discussion qui permettra de revenir sur les objectifs au regard des résultats obtenus et de la méthode exploitée.

2e chapitre : Méthodologie

Afin de réaliser notre étude nous utiliserons une méthodologie qualitative inspirée des travaux de recherche de Hauw & Lemeur (2013) et de Debois et ses collègues (2013). Cette méthode est constituée de trois étapes : 1) une recherche bibliographique qui nous fournit des éléments concernant les différents facteurs relatifs au développement de l'expertise ; 2) un entretien semi-directif de type biographique documenté par cette première enquête ; 3) un entretien d'autoconfrontation explicitant (Cahour, 2010) du sportif aux représentations graphiques de ses propres traces d'activité.

1) Participants et contexte

Quatre sportifs 4 hommes et une femme âgés de 20 ans à 23 ans ($M=21.5$ $ET=1.29$), se sont portés volontaires pour réaliser cette étude. Le choix des participants a été réalisé en fonction de leur parcours de sportifs. Ils ont tous emprunté le chemin de l'excellence sportive. Certains sont actuellement sportifs de haut niveau ou évoluent en tant que sportif professionnel, d'autres sont en transition de carrière et sont sortis du parcours de l'excellence. L'âge des participants détermine les périodes sur lesquelles ils seront interrogés : la période d'initiation ; la période de développement ; la période de maîtrise.

D'un point de vue déontologique, nous avons garanti aux participants le respect de l'anonymat concernant leurs implications. À chaque participant, nous attribuons un numéro et seul le chercheur principal de cette étude a la liste des participants et les numéros qui lui sont attribués. Aucune information permettant de l'identifier ne sera publiée. Seules les données ne permettant pas de l'identifier seront conservées le temps nécessaire à leur utilisation.

| Interviewé | Sport pratiqué | Niveau de Pratique | Age | Niveau d'études |
|------------|----------------|--------------------|--------|-----------------|
| A1 | Handball | LFH | 23 ans | Bac+5 |
| A2 | Football | CFA2 | 22 ans | Bac+2 |
| A3 | Football | CFA2 | 21 ans | Bac+2 |
| A4 | Football | Ligue 2 | 20 ans | Bac |

Tableau 2-1: Caractéristiques des 4 participants

2) Recueil des données

2.1) La construction du guide d'entretien semi-directif

Dans un premier temps, nous avons pu collecter à partir de la revue de littérature un ensemble de facteurs identifiés comme favorisant le développement de l'expertise sportive. Nous nous sommes appuyés sur ce travail préliminaire pour construire notre propre guide d'entretien semi-directif. Selon le modèle développemental et holistique de Wylleman & Lavallée (2004) et les travaux de Tomas & Fleurance (2007), nous questionnerons les participants sur plusieurs thèmes : le soutien social ; la carrière sportive (performances et entraînements) ; le projet scolaire et professionnel ; le lieu de vie ; le plaisir et la motivation ; et les difficultés. Les facteurs relevés nous ont permis de circonscrire les thèmes à aborder lors d'un entretien semi-directif de type biographique.

| Thèmes | Exemple de questions |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | Et quel est le comportement de tes parents à ce moment-là ? Au niveau des relations avec les autres cela se passe bien ? Est-ce que tu es accompagné pendant cette période ? |
| Performance et entraînement | Lors de cette période est ce que tu as un entraîneur qui t'a marqué ? Et la première année tu jouais en quoi ? Tu jouais à quel niveau ? Combien d'entraînements ? |
| Lieu de vie | Tu étais logé où ? |
| La vie scolaire et pro | Tu me parles de ton parcours scolaire pendant cette période ? Donc là tu t'organises comment avec les études ? Au niveau scolaire cela se passe comment cette première année ? |
| Le plaisir, la motivation | Tu avais du plaisir à aller à l'entraînement et l'entraîneur ? Du coup ta motivation elle était liée à la progression ? Tu prends du plaisir ? |
| Les difficultés | Est-ce que tu as eu des difficultés à ce moment-là ? Tu n'as pas de moment difficile lors de ton passage au pôle ? |

Tableau 2-2 : Guide des entretiens semi directs

2.2) L'entretien semi-directif de type biographique

Les entretiens ont été réalisés du mois de Septembre au mois de Décembre 2016 à notre domicile ou dans des lieux privés afin de s'assurer d'être dans le calme. Ces entretiens étaient enregistrés avec l'accord des participants, ils duraient entre 60 et 90 minutes. Nous nous sommes attachés à avoir une attitude bienveillante et non directive au cours des entretiens afin de s'assurer de la sincérité des propos recueillis (annexe 3).

Pour préparer les entretiens nous avons donc réalisé un guide suivant les différentes thématiques à aborder (cf. Tableau 2-2 : Guide des entretiens semi-directifs). Notre entretien biographique a été guidé chronologiquement par les étapes relatives au

développement de l'expertise et nous avons été vigilants concernant les transitions normatives (Wylleman & Lavallée, 2004). Nous avons porté une attention particulière aux transitions sensibles pouvant déclencher des « crises » telles que précisées par Stambulova (2000) : le début de la spécialisation en sport ; le passage à un entraînement intensif dans un sport ; le passage du sport amateur au sport professionnel.

Nous avons dans un premier temps interrogé les participants sur le début de leur pratique. Ce questionnement de l'entrée dans l'activité sportive permet à l'athlète de s'immerger progressivement dans l'entretien et facilite la remémoration de son parcours. Au cours de l'entretien, nous avons interrogé les athlètes pour construire et valider avec eux les unités d'activité du cours de vie selon une méthode employée par Hauw & Lemeur (2013).

2.3) L'entretien d'autoconfrontation explicitant

Pour poursuivre notre étude, nous avons réalisé un entretien d'autoconfrontation explicitant avec une représentation graphique des données retravaillées de l'entretien semi-directif de type biographique. Cet entretien, d'environ une heure, a été réalisé à notre domicile. Il était enregistré à l'aide d'un dictaphone et réalisé dans une pièce calme permettant la concentration.

Selon Rix-Lièvre (2010), « La confrontation d'un acteur à des traces de sa propre activité présente au moins trois intérêts dans l'optique d'une verbalisation de l'action : (1) désigner le moment particulier faisant l'objet de l'étude en laissant son choix soit au chercheur, soit à l'acteur, soit à un collectif acteur(s)/ chercheur(s) ; (2) cristalliser la singularité de la dynamique d'une activité ; (3) permettre un contrôle de l'orientation du discours par rapport à l'action. »

Suite à l'entretien semi-directif, nous avons désigné le moment particulier, la transition non normative que nous souhaitons étudier en présentant les traces de sa propre activité au sportif lors de cette période. Nous avons orienté notre discours afin de pouvoir nous renseigner sur les mécanismes et adaptations psychologiques du sportif par rapport à son activité.

Par ce travail, nous souhaitons, à partir d'une représentation graphique, replonger le participant dans son activité passée, afin de lui refaire revivre une nouvelle fois des cours de vie de sa pratique sportive. Pour ce faire nous lui présentons les traces du début de l'activité à la période actuelle en les dévoilant au fur et à mesure. Les traces de chaque unité d'activité sont présentées à l'interviewé et lues par l'intervieweur, puis, pour chaque unité d'activité, « il était demandé à l'athlète de rendre compte de l'expérience qui émerge de cette confrontation au niveau de sa conscience pré-réflexive » (Hauw, 2016). Pour réaliser notre intervention nous avons utilisé un guide d'entretien facilitant l'expérience vécue de l'athlète par une parole incarnée leur permettant de « réfléchir leur vécu » (Vermersch, 1999). Nous avons aussi utilisé des techniques de relance : des simples reprises en écho ; des relances ouvertes ; des relances de type «

Ericksonienne » (Vermersch, 1999). Pour réaliser l'entretien nous avons établi un contrat de confiance avec le participant afin de faciliter l'explicitation de son vécu. Nous nous sommes positionnés comme un guide actif et nous avons verbalisé et renouvelé dès que cela était nécessaire notre contrat de collaboration.

| Catégories | Type de questions |
|----------------|---|
| Action | Comment tu décris ce que tu es en train de faire à ce moment précis ? |
| Préoccupation | Qu'es-tu en train de te dire à ce moment précis ? |
| Interprétation | Tu prends cette décision, comment ça se passe ? |
| Focalisation | À quoi tu fais attention à ce moment précis ? |
| Sentiment | Dans ces moments difficiles, comment tu perçois les choses ? |
| Emotions | Et à ce moment, qu'est-ce que tu ressens ? |

Tableau 2-3 : Guide d'entretien pour l'autoconfrontation

3) Analyse des données

3.1) Découpage et identification des unités d'activité dans le cours de vie

Une fois réalisés, les entretiens semi-directifs ont été retranscrits. Ils ont ensuite été relus et nous avons reclassés les verbatim par unités d'activité dans la colonne d'un graphe, selon une démarche théorique descendante. Nous retrouvons trois périodes : une période d'initiation, une période de développement, et une période de maîtrise. Chaque période a été divisée par année et les unités d'activité ont été créées. Dans les lignes horizontales, les verbatim collectés ont été triés par thèmes.

| Thèmes | Unité d'activité : Initiation de T1 à T7 |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | <p>« Je ne me suis jamais dit je vais être footballeur, j'y pensais pas vraiment, c'était plus jouer avec mes copains, ça se déroulait super bien et je continuais d'année en année, mais ce n'était pas dans le but de faire professionnel à la base »</p> <p>« Et là à ce moment-là, (quand il passe en U14) il y a le recruteur d'Auxerre qui est allé voir Gilles, c'est venu vachement tôt, en lui disant qu'il voulait que je vienne faire un essai et le Stade Rennais aussi l'a contacté pour faire un tournoi et puis gilles m'en a parlé »</p> <p>« Ils (les parents) sont à fond avec moi ils essaient de ne pas trop m'influencer, après je pense que mon père était content étant footeux, ça lui faisait plaisir, après ils essayaient de ne pas trop me monter la tête »</p> |
| Performance et entraînement | <p>« Oui j'ai fait onze ans au club, si je ne me trompe pas et ensuite je suis parti à Auxerre »</p> <p>« Pour moi c'est naturel mon père étant footeux, il m'amenait dans le vestiaire très jeune et en gros c'était la suite logique, j'ai commencé à l'âge de cinq ans, j'ai fait trois ans de débutant, puis ensuite en poussin, c'était la suite logique et c'est comme ça que ça a commencé »</p> <p>« Je suis resté jusqu'à 15 ans au club »</p> <p>« Au début, c'était très pédagogique, c'était plus les parents des joueurs qui coachaient, c'était très familial, il y avait tous nos parents qui nous suivaient, tout le monde se connaissait bien ça aidait vachement, c'était un groupe »</p> <p>« Tout me plaisait, j'étais content d'aller à l'entraînement, j'étais content de retrouver mes copains, j'étais content de jouer, on faisait des sacrés tournois, on jouait contre des clubs pro, du coup c'était vraiment top »</p> |
| Lieu de vie | « Chez mes parents » |
| La vie scolaire et pro | « J'étais en école primaire avec tous mes copains du foot, et après au collège c'est pareil on est tous allé dans le même collège, c'était la même équipe, après moi à l'école j'avais un an d'avance du coup j'étais avec des garçons qui étaient plus vieux que moi, j'étais une année sur 2 avec eux, j'étais avec ma vraie génération une année sur deux » |
| Le plaisir, la motivation | <p>« Le plaisir, c'était mon moteur »</p> <p>« Je me rappelle quand je suis descendu de chez moi et que ma mère était au téléphone, j'ai demandé qui c'était et elle avait écrit sur un papier AJ Auxerre, je regardais pas le foot à la télé, je ne suis pas un passionné de foot à la télé, j'adore le jouer, le regarder à la télé je ne suis pas un fou et donc du coup je ne comprenais pas trop, et elle me dit que c'était le recruteur qui voulait que j'aille faire un essai et à ce moment j'étais vraiment heureux c'était vraiment une satisfaction et après de fil en aiguille je suis allé là-bas, ça s'est bien passé, donc comme j'étais trop jeune pour signer un contrat ils m'ont fait signer un ANS et du coup après je suis allé à Ploufragan au pôle espoir, sauf que je savais déjà que j'allais aller en centre donc je n'avais pas de pression de savoir si j'allais être pris ou pas, et j'ai travaillé pour être prêt »</p> |
| Les difficultés | « Jusqu'en U13 tout se passait bien, tout était nickel » |

Tableau 2-4 : Illustration du découpage et de l'identification des unités d'analyse

3.2) Reconstruction la chronique de vie des sportifs

Pour réaliser un entretien d'autoconfrontation avec le sportif, nous avons retranscrit les verbatim enregistrés lors de l'entretien sous une forme simplifiée (annexe 4). L'objectif de cette retranscription n'était pas de soumettre au participant l'ensemble des données recueillies mais plutôt de faciliter, à la lecture de ces traces, la genèse de son expérience passée vécue.

| Activité | Du début de la pratique à U13 |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | J'aime jouer au foot avec mes amis Mes parents m'accompagnent au foot Mon Père pratique le football |
| Performance et entraînement | Je débute le football à 5ans Je fais 2 entraînements par semaine + un match Je suis repéré par un club professionnel à 12 ans Je signe un contrat de non sollicitation avec le club professionnel Je passe le concours du pôle espoir Ce sont les parents qui sont entraîneurs. On fait de bons résultats dans les tournois |
| Lieu de vie | Je vis chez mes parents |
| La vie scolaire et pro | Je suis un bon élève, j'ai un an d'avance |
| Le plaisir, la motivation | J'ai beaucoup de plaisir à pratiquer avec mes amis et en famille Je suis fier de signer un contrat |
| Les difficultés | RAS |

Tableau 2-5 : Transcription des unités d'analyse dans la représentation graphique

3.3) Analyse des données de l'entretien d'autoconfrontation explicitant

Nous précisons que nous avons réalisé un seul entretien d'autoconfrontation. Dans un premier temps, nous avons éprouvé des difficultés à contacter les sportifs professionnels toujours en activité et d'autre part, il nous a semblé difficile d'entamer une démarche introspective avec les sportifs en activité, sans avoir les garanties de perturber le sportif dans son projet de performance. Des travaux futurs relatifs à ce sujet sont envisageables et demanderont une démarche, au préalable, clairement définie.

Nous avons réalisé l'analyse de l'entretien essentiellement sur la période où nous avons repéré des transitions non-normatives, c'est-à-dire lors de l'entrée en centre de formation. Dans un premier temps nous avons découpé cette période par année, puis nous avons identifié les verbatim pour les regrouper. Ensuite, pour réaliser l'analyse de l'entretien d'autoconfrontation, nous utilisons une méthode fondée sur les principes de

la théorie ancrée (Grounded Theory) (Strauss & Corbin, 1990). Nous allons traiter les données qualitatives selon une démarche inductive.

L'analyse inductive se caractérise par quatre étapes : (1) La préparation des données brutes ; (2) une lecture attentive et approfondie ; (3) l'identification et la description des premières catégories ; (4) la révision et le raffinement des catégories.

À la lecture de l'ensemble des données, nous avons cherché à sélectionner et identifier des comportements observés et des passages du discours du joueur nous renseignant sur son ressenti lors de son cours de vie relatif à sa pratique. Nous avons utilisé un code couleur pour caractériser les unités significatives sélectionnées et définir un ensemble de catégorie (annexe 5). Nous avons identifié et défini quatre catégories : 1) l'environnement : « *le kiné c'était un breton, forcément il était super sympa, tu n'es pas le seul, il y a un nombre de blessés* » ; 2) la motivation extrinsèque : « *tu te dis que tu sais pourquoi tu vas là-bas, tu as signé pour trois ans pour devenir pro et tu acceptes de repartir* » ; 3) la motivation intrinsèque : « *c'est un émerveillement, c'est très positif, du coup tu gardes du plaisir à jouer au foot et puis tu joues avec des bons joueurs* » ; 4) l'adaptation psychologique : « *Les études c'est l'équilibre, parce que là il y a le foot le foot rien que le foot et en fait quand le foot ça ne va pas, c'est ta vie qui ne va pas parce qu'en fait ta vie c'est le foot* ».

3e chapitre : Résultats

Dans cette section nous présentons les résultats en cinq parties : 1) La catégorisation des unités significatives ; 2) les chroniques de cours de vie des sportifs ; 3) L'identification des conditions facilitantes ou défavorables à la transition ; 4) La typicalité des transitions ; 5) Etude de cas : Une dynamique d'abandon du sport de haut niveau.

1) La catégorisation des unités significatives

À la suite du travail de découpage et d'identification des activités, l'analyse permet de faire émerger selon une méthode déductive, six catégories principales et un ensemble de sous-catégories du parcours de vie du sportif.

Par mesure de simplification, nous présentons les résultats sous la forme d'un tableau à quatre volets :

- La première colonne indique l'étape vécue par l'athlète.
- Dans la deuxième colonne, nous retrouvons la catégorie principale avec les thèmes sur lesquels nous avons interrogés les quatre athlètes.
- Dans la troisième colonne sont représentées les sous-catégories. La quatrième colonne illustre avec des verbatim les catégories et sous-catégories.

| Période | Catégorie principale | Sous- catégorie | Exemples |
|---------------|-----------------------------|---|--|
| Initiation | Les soutiens | <ul style="list-style-type: none"> • La famille • Les pairs sportifs | « il voulait que je fasse du sport, il me disait tu veux faire quoi, en fait j'essayais » |
| | Performance et entraînement | <ul style="list-style-type: none"> • Le nombre d'entraînement • Le niveau | « 4 entraînement de hand plus un match le weekend et je jouais au tennis avec un entraînement » |
| | La vie scolaire et pro | <ul style="list-style-type: none"> • Niveau scolaire • Organisation | « Ça allez il n'y avait pas d'impact sur les résultats » |
| | Le plaisir, la motivation | | « J'étais content d'aller à l'entraînement, j'étais content de retrouver mes copains, » |
| | Les difficultés | | « Non jusqu'en U13 tout se passait bien, tout était nickel » |
| Développement | Les soutiens | <ul style="list-style-type: none"> • La famille • Les pairs sportifs • Le club • L'entraîneur | « Ils sont à fond avec moi après ils essayaient de ne pas trop me monter la tête » « Oui, oui c'est important. Les coaches... » |
| | Performance et entraînement | <ul style="list-style-type: none"> • Le niveau • Le nombre d'entraînement | « On avait 9 entraînement par semaine en comptant le match » « Là c'est ma meilleure année, je joue en U17 nationaux, » |
| | Lieu de vie | <ul style="list-style-type: none"> • Lieu de vie privé • Structure | « Je rentre à l'internat, c'est plus simple vu le rythme d'entraînement, » Le weekend je rentrais chez moi, j'allais voir d'autres copines » |
| | La vie scolaire et pro | <ul style="list-style-type: none"> • Les examens • Le niveau | « Non je le vivais bien, les études suivent, je suis en terminale S » « Au niveau scolaire ça se passe bien » |
| | Le plaisir, la motivation | <ul style="list-style-type: none"> • Satisfaction de réaliser quelque chose de difficile • La découverte de l'apprentissage | « Oui, et parce que j'ai vu au fur et à mesure que je progressais... Je me sentais plus à l'aise dans la pratique » |
| | Les difficultés | <ul style="list-style-type: none"> • La blessure • Le projet pro | «Déjà au lycée, j'étais embêté parce que je voulais prendre une filière plus santé, du coup j'ai fait un sacrifice pour le hand... je suis part dans une filière STAPS plus adapté quand tu es sportif » «La première fois, c'est arrivé l'été, ça passait, je n'ai pas eu de contre-indication à reprendre...c'est après la deuxième fois, c'était vraiment plus dur « |

| | | | |
|----------|-----------------------------|---|--|
| Maitrise | Les soutiens | <ul style="list-style-type: none"> • Le staff médical • La famille • La relation amoureuse • Les amis | <p>« Je me confiais au kiné, mes parents par Skype, et ma copine venait pendant les vacances »</p> <p>« Du coup le coach m'a dit, on laisse tomber cette année tant pis c'est une année blanche. Sur ça le coach il a été top »</p> |
| | Performance et entrainement | <ul style="list-style-type: none"> • Le niveau • Le nombre de matches joués | <p>« Oui c'est là qu'il y a un peu le déclic, je vois le résultat de tout ce que j'ai appris en match, je n'ai pas de pression de stress, ou en tout cas du bon stress...Là j'ai basculé, dans un niveau avec ce qu'on est et là on prend en maturité »</p> <p>« Je jouais en U19 nationaux..., je n'y arrivais pas, j'ai été mis sous la touche »</p> |
| | Lieu de vie | <ul style="list-style-type: none"> • Lieu de vie privé • Structure | « J'ai signé une convention et j'ai un appartement en L3 » |
| | La vie scolaire et pro | <ul style="list-style-type: none"> • Arrêt des études • Double projet | «Je n'ai plus d'études, j'ai eu le bac... je me concentre que sur le foot et là ça pette » |
| | Le plaisir, la motivation | <ul style="list-style-type: none"> • Plaisir de la pratique • Accession au haut niveau • Envie de se surpasser | « J'avais envie de vivre ça et quand les gens me demandaient ce que je voulais ...mais ça me plaisait d'être là tous les jours à m'entraîner » |
| | Les difficultés | <ul style="list-style-type: none"> • Non sélection • Blessure • Réorientation | « Ma famille mais ils ne pouvaient pas comprendre, ils ne sont pas confrontés à ça, ils essaient de comprendre » « À oui parce que à ce moment en fin de saison je me blesse à l'épaule sur une défense mais pas mon bras fort heureusement » |

Tableau 3-1: Catégorisation des unités significatives

Nous présenterons dans la partie suivante à partir du travail de catégorisation, des chroniques de cours de vie des sportifs. Ces résultats doivent nous permettre de mieux caractériser les mécanismes et les adaptations psychologiques face aux transitions non normatives.

2) Les chroniques du cours de vie des sportifs

Les quatre participants à cette étude n'ont pas rencontré de difficultés significatives lors de la période d'initiation. Nous présentons essentiellement pour cette chronique de cours de vie, les périodes de développement et de maîtrise, périodes précisées particulièrement sensibles par Stambulova (2000) parmi les étapes du développement de l'expertise. Nous avons pour réaliser ce graphe, utilisé les résultats du travail précédent et nous nous sommes inspirés du modèle développemental de Wylleman & Lavallée (2004). Afin d'être plus précis nous avons découpé, les stades du développement de l'expertise par année. Chaque ligne horizontale de ce graphe représente une catégorie principale. Nous avons caractérisé le cours de vie des athlètes dans chaque catégorie principale en utilisant une codification. Chaque difficulté a été identifiée et numérotée dans la catégorie « les difficultés rencontrées ». Dans cette partie, nous présentons les difficultés corrélées aux transitions non normatives. Vous trouverez ci-dessous la légende explicative :

Légende : P=Parents ; Ps=Pairs sportifs ; E=Entraîneur ; Ra=Relation amoureuse ; A = Ami
 C=collège ; L=Lycée ; Uni=Université ; Se= Sans études
 M=Maison parentale ; Pô=Pôle espoir ; Ce=Centre de formation ; Ap= Appartement ;
 Co= Contractualisation professionnel avec le club : Con= convention avec le club ; SHN= Statut de haut niveau
 Nr : non recueilli
 ↗ =intensité élevée ; → =intensité moyenne ; ↘ =intensité faible

Tableau 3-2 : Légendes

| Développement biologique et psychologique | Adolescence | | | | | Age adulte | | | | | |
|---|---------------|------|------|------|------|------------|-----|------|------|------|------|
| Stade du développement de l'expertise | Développement | | | | | Maîtrise | | | | | |
| Temporalité | U14 | U15 | U16 | U17 | U18 | U19 | U20 | U21 | U22 | U23 | U24 |
| Développement social | P+PS | P+PS | P+PS | P+PS | P+PS | PS+E | P+E | PS+E | PS+E | PS+E | PS+E |
| Projet scolaire et pro | Co | Col | L | L | L | Uni | Uni | Uni | Uni | Uni | Co |
| Performance | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↗ | ↗ |
| Entraînement | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↗ | ↗ |
| Lieux de vie | M | M | M | M | M | M | M | Ap | Ap | Ap | Ap |
| Ressources financières | P | P | P | P | P | Con | Con | Con | Co | Co | Co |
| Plaisir de la pratique | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↗ | ↗ |
| Difficultés rencontrées | | | | | | | | | (1) | (2) | |

Tableau 3-3 : Chronique du cours de vie de A1

L'athlète doit faire face à une blessure importante (1) et à des blessures répétées à la reprise de la compétition, cette difficulté est compensée par une orientation forte vers le projet socio-professionnel. Par la suite, elle éprouve des difficultés à être intégrée en équipe première (2).

| Développement biologique et psychologique | Adolescence | | | | | Age adulte | | |
|---|---------------|------|--------|--------|---------|------------|------|---------|
| Stade du développement de l'expertise | Développement | | | | | Maîtrise | | |
| Temporalité | U14 | U15 | U16 | U17 | U18 | U19 | U20 | U21 |
| Développement social | P+Ps | P+Ps | P+Ps+E | P+Ps+E | P+Ps+Ra | P+Ra | P+Ra | P+Ra+Ps |
| Développement scolaire et pro | C | L | L | L | Se | Se | Uni | Uni |
| Performance | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↘ | ↘ | ↗ |
| Entraînement | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ |
| Lieux de vie | Pô | Pô | C | C | C | Ap | Mais | Mais |
| Ressources financières | Co | Co | Co | Co | Co | Con | P | P |
| Plaisir de la pratique | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | ↘ | ↘ | ↗ |
| Difficultés rencontrées | | | | | (1) | (2) | (3) | |

Tableau 3-4 : Chronique du cours de vie de A2

En fin de première année, en centre de formation, A2 doit faire face à une première interruption de carrière suite à une blessure (1). Après une saison réussie, il récidive et ne retrouve pas son niveau (2). Cette situation engendre une rupture avec le club et se conclut par une sortie du parcours d'excellence (3).

| Développement biologique et psychologique | Adolescence | | | | | Age adulte | | |
|---|---------------|------|------|------|------|------------|------|-----|
| Stade du développement de l'expertise | Développement | | | | | Maîtrise | | |
| Temporalité | U14 | U15 | U16 | U17 | U18 | U19 | U20 | U21 |
| Développement social | P+PS | P+PS | PS+E | PS+E | PS+E | E+A | P+RA | A |
| Projet scolaire et pro | C | C | L | L | L | Uni | Se | Uni |
| Performance | → | ↗ | ↗ | → | → | ↘ | → | → |
| Entraînement | → | → | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | → | → |
| Lieux de vie | M | M | Ce | Ce | Ce | Ce | App | App |
| Ressources financières | P | P | Co | Con | Con | P | P | P |
| Plaisir de la pratique | ↗ | ↗ | ↗ | → | → | ↘ | ↘ | Nr |
| Difficultés rencontrées | | | | | (1) | (2) | (2) | Nr |

Tableau 3-5 : Chronique du cours de vie de A3

Dans un premier temps A3 rencontre se blesse et ne joue pas pendant une année (1). Il n'arrive pas ensuite à réintégrer l'équipe première, et finit par sortir du parcours d'excellence (2).

| Développement biologique et psychologique | Adolescence | | | | | Age Adulte | | | | | |
|---|---------------|------|------|------|--------|------------|------|-----|-----|-----|-----|
| Stade du développement de l'expertise | Développement | | | | | Maîtrise | | | | | |
| Temporalité | U14 | U15 | U16 | U17 | U18 | U19 | U20 | U21 | U22 | U23 | U24 |
| Développement social | P+Ps | P+Ps | P+Ps | P+Ps | P+Ps+E | P+Ps | P+Ra | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Projet scolaire et pro | C | C | L | L | L | Se | Se | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Performance | ↘ | → | ↗ | ↗ | ↗ | → | → | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Entraînement | ↘ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Lieux de vie | Ce | Ce | Ce | Ce | Ce | Ap | Ap | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Ressources financières | Con | Co | Co | Co | Co | Co | Co | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Plaisir de la pratique | → | ↗ | ↗ | ↗ | ↗ | ↘ | → | Nr | Nr | Nr | Nr |
| Difficultés rencontrées | (1) | | | | | (2) | (3) | Nr | Nr | Nr | Nr |

Tableau 3-6 : Chronique du cours de vie de A4

Dans un premier temps le sportif se blesse et joue très peu une année (1), puis alors qu'il est sous contrat professionnel, il n'intègre pas l'équipe première (2) et subit un changement d'entraîneur (3).

3) L'identification des conditions facilitantes ou défavorables à la transition

À la suite au travail des chroniques de cours de vie des sportifs, nous présentons dans cette partie les transitions identifiées et les conditions qui favorisent ou défavorisent les mécanismes d'adaptation engendrés par le sportif pour faire face aux situations difficiles qu'il rencontre. Ce travail est présenté sous forme de tableaux où nous avons indiqué pour chaque participant, les transitions identifiées, les conditions facilitantes et défavorables pour la transition.

| Participants | Transitions identifiées | Conditions facilitantes la transition | Conditions défavorables pour la transition |
|--------------|---|--|---|
| A1 | Transition non normative : Blessures | Acceptation de la situation. Focus sur les études avec le soutien de l'entraîneur et du club | |
| | Transition non normative : Non qualification dans l'équipe | Prise d'information auprès des soutiens | Ne joue pas. Baisse de la motivation intrinsèque. Orientation vers une motivation extrinsèque intégrée et identifiée |
| | Transition non normative : Non qualification dans l'équipe | Stratégie de faire face : modifier la situation Mise en place d'un accompagnement : Préparation mentale ; Soutien de l'entraîneur | |
| A2 | Transition non normative : Blessures | S'appuie sur ses croyances et sa volonté de réussir : Motivation d'accomplissement | Pas d'accompagnement pour anticiper les difficultés à la reprise Pas de double projet Isolement social |
| | Transition non normative : Non qualification dans l'équipe. Changement d'entraîneur | | Pas d'accompagnement avec le club Pas d'accompagnement avec l'entraîneur Pas de double projet Isolement social |
| | Transition non normative : Changement de club | Stratégie de rejet : Abandon projet professionnel | Motivation intrinsèque faible |
| A3 | Transition non normative : Blessure | Soutien du club et de l'entraîneur Prise en charge médicale | |
| | Transition non normative : Blessures | | Pas d'accompagnement Arrêt des études |
| | Transition non normative liée à la carrière sportive : Changement de club et de statut. | Stratégie de rejet : Abandon du projet professionnel | |
| A4 | Transition non normative : Blessures | Acceptation de la blessure due à la croissance Accompagnement du club et de l'entraîneur | |
| | Transition non normative : Non qualification dans l'équipe. | Soutien du club : Contrat | Pas d'accompagnement de l'entraîneur Motivation intrinsèque : Baisse de l'engagement dans le sport pour le plaisir de la pratique, l'apprentissage de nouvelles connaissances, la satisfaction de pouvoir se dépasser |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | Transition non normative : Changement d'entraîneur Non qualification dans l'équipe. | Soutien du club : Contrat Soutien de l'entraîneur Motivation intrinsèque : L'engagement dans le sport pour le plaisir de la pratique, l'apprentissage de nouvelles connaissances | Pas de compétition professionnelle : Questionnement sur les objectifs |
|--|---|--|--|

Tableau 3-7 : Identification et conditions facilitantes ou défavorables à la transition

4) La typicalité des transitions non normatives

Nous présentons dans cette partie, sous la forme d'un graphique les transitions non normatives identifiées lors des parcours des sportifs. La valeur 2 caractérise la transition dans l'axe vertical.

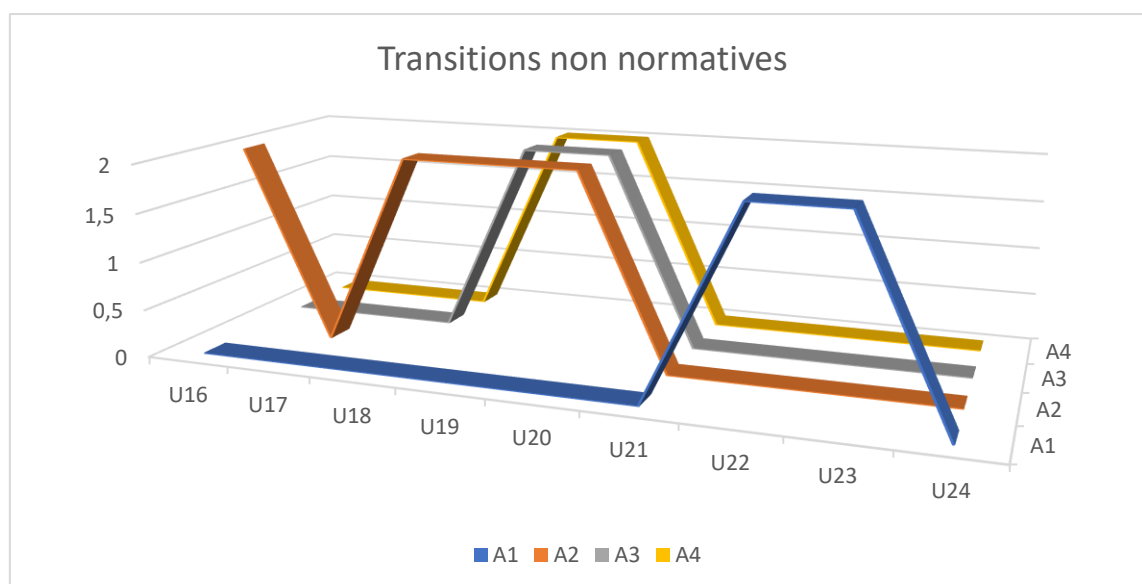


Figure 1 : Représentation chronologique des transitions non normatives

Nous observons pour l'ensemble des footballeurs une période de crise identifiable de U18 à U20. Les transitions de A1, A2 et A3 occasionnées par des blessures ont une durée d'environ deux ans. Pour A4, la durée de la transition est identique, mais elle se caractérise par un non évènement, une non intégration en équipe première. Nous observons aussi un décalage chronologique de la transition de A1 par rapport aux autres participants.

5) Etude de cas : Une dynamique d'abandon du sport de haut niveau

Suite à l'analyse des données (annexe 6), nous nous sommes inspirés d'une présentation des étapes du cours de vie (Hauw & Lemeur, 2010), pour présenter les résultats de l'entretien. Le parcours du sportif a été caractérisé par une succession d'étapes caractérisant une dynamique d'abandon du sport de haut niveau suite à une transition non normative.

| | |
|---------------------------|--|
| Unité d'activité 1 | Arrivée au centre : Découverte du monde professionnel |
| L'environnement | Bonne relation avec les pairs sportifs Soutien des kinés pour la première blessure |
| Motivation extrinsèque | Rêve de devenir professionnel Questionnement sur les vacances, statuts différents des amis |
| Motivation intrinsèque | Satisfaction de pouvoir se dépasser face à la charge d'entraînement Plaisir important procuré par la pratique |
| Adaptation psychologiques | Première blessure : accompagner par le staff médical puis deuxième blessure en Janvier et blessure grave en fin de saison qui se gère sans difficultés |

La première unité d'activité se caractérise par l'entrée en centre de formation corrélée à un changement d'organisation dans la pratique, l'augmentation de la charge d'entraînement, la scolarité au centre de formation, et l'éloignement familial. Le niveau de pratique, la concurrence encourage au dépassement de soi pour devenir un joueur professionnel.

| | |
|---------------------------|---|
| Unité d'activité 2 | Deuxième année en centre : La performance optimale |
| L'environnement | Rencontre avec un entraîneur « modèle » |
| Motivation extrinsèque | Cohérence entre les conséquences de l'activité et ses valeurs |
| Motivation intrinsèque | Bonne performance plaisir de la pratique |
| Adaptation psychologiques | Adaptation face à la blessure en fin de saison |

La deuxième unité d'activité correspond à une année sportive d'épanouissement corrélée à de bons résultats et à la rencontre avec un entraîneur « modèle » ancien professionnel. En fin de saison, le joueur se blesse mais cet arrêt de pratique n'a pas d'incidences sur la carrière sportive et sur les motivations du sportif.

| | |
|---------------------------|---|
| Unité d'activité 3 | Troisième année en centre : la rechute |
| L'environnement | Le club reste soutien en proposant une convention Soutien de la famille Soutien de la relation amoureuse Changement d'entourage sportif. Départ de pairs sportifs Soutien de l'entraîneur |
| Motivation extrinsèque | Questionnement sur la cohérence de l'activité et de ses propres besoins. Eloignement avec la relation amoureuse et les amis |
| Motivation intrinsèque | Le début de saison se passe bien. Stimulation par le plaisir de la pratique. Motivation à dépasser la difficulté de la blessure |
| Adaptation psychologiques | Difficultés d'être sur la touche. Capacité à se mobiliser mais retour en fin de saison difficile. Questionnement sur la capacité à retrouver le niveau. Pas de projet scolaire de substitution |

La troisième unité d'activité, le sportif récidive la blessure. Les soutiens sont plus externes, mis à part l'entraîneur, cette période correspond à un ensemble de facteurs défavorisant l'adaptation à cette transition : l'éloignement, l'arrêt des études.

| | |
|---------------------------|---|
| Unité d'activité 4 | Quatrième année en centre : le rejet de la carrière professionnel |
| L'environnement | Changement de directeur de centre. Perte de soutien Sentiment d'incompréhension avec les soutiens : famille, amis relations amoureuses. |
| Motivation extrinsèque | Résultats et performances individuelles sanctionnées Incohérence entre les conséquences de l'activité et ses valeurs |
| Motivation intrinsèque | Sentiment d'inefficacité |
| Adaptation psychologiques | Stratégie non adaptée : manque de patience Pas de projet scolaire de substitution Perte d'équilibre dans le projet. Développement scolaire et social absent |

La quatrième unité d'activité correspond à un isolement du sportif accentué par le départ des pairs sportifs, un changement de directeur de centre et un déséquilibre du projet socio-professionnel. Le sportif ne s'adapte pas à la situation.

| | |
|---------------------------|---|
| Unité d'activité 5 | Cinquième année : la perte du rêve professionnel |
| L'environnement | Proximité permettant le soutien social Retour du plaisir de se retrouver avec des pairs sportifs |
| Motivation extrinsèque | Questionnement sur l'importance et de l'utilité de l'activité |
| Motivation intrinsèque | Ne retrouve pas son niveau et ne reprend pas de plaisir |
| Adaptation psychologiques | Rupture avec le projet professionnel : Stratégie d'abandon sportif Rééquilibrage du développement social et scolaire |

La cinquième unité d'activité correspond à la sortie du centre de formation, à un rééquilibrage du projet socio-professionnel et à un rapprochement familial. C'est le temps de la rupture avec le parcours d'excellence

| | |
|---------------------------|---|
| Unité d'activité 6 | Sixième année : la pratique amateur |
| L'environnement | Bonne relation avec les pairs sportifs |
| Motivation extrinsèque | Cohérence entre les conséquences de l'activité et ses besoins |
| Motivation intrinsèque | Retrouve des sensations de plaisir par la pratique de l'activité |
| Adaptation psychologiques | Pratique sportive en amateur. Performances collectives plus importante que la performance individuelle. Rééquilibrage du développement social et scolaire |

La sixième année correspond à un retour au monde amateur, le plaisir motive l'engagement dans la pratique. Le projet scolaire prend une place plus importante.

4e chapitre : Discussion

Introduction

L'objectif de ce travail était de décrire les transitions non normatives rencontrées par les athlètes lors de leur parcours d'excellence. Nous souhaitons appréhender et mettre en lumière les stratégies mises en place, ainsi que les ressources nécessaires permettant de faire face aux écueils et difficultés du sport de haut niveau. Selon une approche qualitative et en nous inspirant d'études déjà réalisées, nous avons mené des entretiens semi directifs de type biographique (Debois et al, 2013). En complément, nous avons ensuite accompli un entretien d'autoconfrontation explicitant (Hauw & Lemeur, 2013) d'un sportif aux représentations graphiques de ses propres traces d'activité. Les résultats de notre travail sont discutés selon 3 axes : 1) Le contexte : différenciation des difficultés selon la pratique ; 2) Les stratégies d'adaptations face à des situations de crise non prédictibles ; 3) Une méthodologie selon deux approches.

1) Le contexte : différenciation des difficultés selon la pratique

Selon nos résultats, le début de pratique et la période d'initiation semblent similaires selon les sports pratiqués. Les résultats confirment l'importance du soutien des parents et du plaisir de pratiquer avec ses amis ainsi que d'être encadré avec un entraîneur motivant (Ericsson, 1993 ; Côté, 1999).

A1 : *« J'aimais bien marquer des buts et être avec des copines, puis le fait de faire un sport co parce que j'avais fait pas mal de sport individuel, c'était cool »*

A2 : *« Au début, c'était très pédagogique, c'était plus les parents des joueurs qui coachaient, c'était très familial, il y avait tous nos parents qui nous suivaient, tout le monde se connaissait bien ça aidait vachement, c'était un groupe »*

À partir de la période de développement, les athlètes semblent appréhender différemment leur projet de performance selon la pratique dans laquelle ils évoluent. Pour les footballeurs, c'est la première étape, vers treize ans ou les sportifs talentueux sont repérés par les experts. Cette période, caractérisée d'un point de vue du développement psychosocial par l'adolescence, correspond à l'entrée en pôle espoir ou à l'intégration dans un club professionnel. Nous noterons une différence entre les sports étudiés. Pour le Hand Ball, l'entrée en pôle espoir s'effectue majoritairement plus tard, vers seize ans. L'accès au sport professionnel est moins aisé en hand-ball, particulièrement en catégorie féminine. Cette analyse est importante car elle détermine la structuration et les motivations relatives au projet de performance dans sa globalité

représentée par le modèle développemental de Wylleman et Lavallée (2004). Ce décalage chronologique se retrouve plus tard, lorsque toujours à la période de développement et de l'adolescence les footballeurs entrent en centre de formation, tandis que pour le handball, les entrées en centre ne se réalisent qu'à la période d'entrée au stade de maîtrise.

Cette différence de temporalité caractérise des trajectoires précoces pour les footballeurs, axées prioritairement vers une professionnalisation du métier de footballeur. Cette caractéristique met en exergue le déséquilibre dans le projet de l'athlète. L'athlète se consacre majoritairement à sa carrière sportive au détriment de son projet scolaire et de son développement social (Bertrand, 2015).

À contrario les entrées plus tardives dans le parcours d'excellence sportive permettent aux athlètes d'envisager leur projet scolaire au-delà du baccalauréat. Ce propos est à nuancer car, selon le sport, les perspectives de devenir professionnel sont bien connues par les athlètes. Cette conjoncture met sous tension l'équilibre du projet de l'athlète et influence les choix des athlètes dans leur cursus.

A1 : « *Déjà au lycée, j'étais embêtée parce que je voulais prendre une filière plus santé, du coup j'ai fait un sacrifice pour le hand, du coup j'ai fait ES, j'étais intéressée par la santé mais bon c'était compliqué d'intégrer une école infirmière donc je suis partie dans une filière STAPS plus adaptée quand tu es sportif* ».

Ces résultats s'inscrivent dans la lignée des travaux de recherche relatifs aux processus décisionnels et l'engagement à haut niveau. L'engagement sportif dans la période du développement et de l'accès au haut niveau sont corrélés majoritairement à une focalisation sur le projet sportif (Ledon et al.,2016).

2) Les stratégies d'adaptations face à des situations de crise non prédictibles

2.1) La blessure

Dans le cadre de notre étude, les athlètes ont relaté leurs expériences, leurs vécus de la blessure lors de la carrière sportive. L'approche holistique du modèle développemental de Wylleman et Lavallée (2004) nous a permis d'affiner les résultats. Nous avons exploré les trajectoires de vie et les transitions du parcours relatif à la carrière sportive, mais aussi d'autres domaines, comme le développement social, professionnel et scolaire.

Nous dissociérons dans cette section les facteurs environnementaux influençant le parcours d'excellence lors de ces transitions et les stratégies d'adaptation psychologiques mises en place pour faire face à ces situations. Pour finir, nous évoquerons la situation de non sélection d'un athlète (A4).

Lors de son parcours, pendant la période de maîtrise, A1 est perturbée par le choix de devenir professionnelle. L'athlète doit subir une intervention chirurgicale qui stoppe pour un temps important sa carrière sportive, et elle subit par la suite des blessures répétées. Cette situation engendre un questionnement relatif au développement de son projet de fin d'étude et de son insertion professionnelle. Le temps de la blessure, la construction de son projet socio-professionnel semble l'aider à surmonter les difficultés et à s'adapter en puisant dans ses ressources psychologiques orientées vers une forte motivation à se dépasser. Lors de cette transition cette motivation est mise en tension par une motivation extrinsèque corroborée au choix d'une pratique sportive professionnelle. Le parcours de vie de A1 suggère une forme de « résilience » sportive. Manciaux (2006) définit le processus de résilience ainsi : « cette capacité individuelle ou collective à résister à des situations, des événements déstabilisants, déstructurant, et à forger, à partir de cela, un projet de vie, de développement réaliste ».

A1 : « Là je me dis ce n'est pas possible, je ne suis pas faite pour ça, c'est fini pour moi, en gros j'ai fait mon temps de sportive et là mon corps il ne suit plus et tout d'un coup je ne comprenais pas pourquoi »

Dans un premier temps l'athlète bénéficie du soutien de son entraîneur, qui l'encourage à prioriser ses études lors de son temps de rééducation. La réussite aux concours d'enseignant en éducation physique et sportive couplée à une période de reprise post blessure va finalement rendre indécise A1, pour acter une décision conditionnant la continuité de sa carrière sportive.

A1 : « Dur, oui et non, j'avais tout, j'avais assuré mon métier pour un jour si le hand ça ne marchait pas et en même temps j'avais toujours le hand, j'avais tout ce que je voulais mais je n'arrivais pas à faire le choix entre les deux et je ne me concentrais pas forcément, je n'étais pas à fond dans un truc »

Dans ce climat d'incertitude, l'environnement de l'athlète, ses parents, ses amis, permettent à A1 de construire sa prise de décision. Ces résultats correspondent à ceux de Coté (1999) et Durand-Bush et al. (2004) qui constatent que lorsque les athlètes rencontrent des difficultés, ils se rapprochent de leurs proches pour obtenir des conseils et du soutien affectif. C'est aussi une période aux circonstances favorables puisque le club lui propose un contrat professionnel et suite à la blessure d'une partenaire, elle retrouve du temps de compétition.

A1 : « Oui, mais il y a une des 2 filles qui se blessent à l'entraînement, c'était horrible c'était pas du tout ce que je souhaitais, saison terminée et du coup j'ai rejoué un peu plus ça me relance et en fin d'année ils m'ont proposé un contrat pro et là qu'est-ce que je fais je me mets en dispo, je signe pro ? J'ai l'impression que le coach ne me fait pas confiance, du coup je me dis que c'est une opportunité, j'ai beaucoup échangé avec mes parents, mes amis, j'étais un peu perdue et j'ai pris l'option de faire pro »

L'entrée en centre de formation pour A2 et A3 se caractérise par une forte augmentation de la charge de travail et aussi par une pratique compétitive exacerbée, avec pour finalité le rêve de devenir professionnel, malgré le peu d'élus en fin de formation (Bertrand, 2015). C'est aussi pour A2, l'apprentissage de la gestion des blessures.

A2 : « Je ne le vis pas mal parce qu'au final, tu vois les kinés, au final la pilule passe mieux, parce que tu es pris en charge par un pôle médical quand même performant, du coup je découvre finalement la blessure tu te dis c'est pas grave ça fait partie du truc, je vais revenir. »

La réputation et le crédit apporté à la structure, ici le staff médical du centre de formation, sont des éléments qui influencent l'engagement à haut niveau (Ledon et al., 2016).

Dans un deuxième temps, A2 se blesse en fin de saison. Le temps de sa rééducation correspond à la trêve d'été, cet arrêt de compétition a peu d'incidences sur la carrière sportive. Le temps de cette période il peut s'appuyer sur son entourage familial et amical ainsi que sur le soutien de son entraîneur.

A2 : « la première fois, c'est arrivé l'été, ça passait, je n'ai pas eu de contre-indication à reprendre, j'ai fait une préparation plus tardive plus adaptée pour moi, après ça s'est bien passé »

Lors de la récurrence de la blessure, plusieurs facteurs environnementaux exacerbent les difficultés. Comme pour A3, la blessure survient la dernière année de contrat. Il y a un changement de direction ainsi que des entraîneurs du centre de formation. Cette situation ne permet plus à A2 de pouvoir s'appuyer sur l'encadrement sportif. Ce résultat corrobore les travaux de Stambulova (2000) pour qui les crises situationnelles sont causées par des circonstances particulières liées à au parcours sportif ou à la vie en général.

A2 : « Ça correspond à un moment où il y a beaucoup de changement, il y a un nouveau directeur de centre qui ne me connaît pas qui arrive et tous les entraîneurs sont changés, seul Johan est gardé et heureusement, c'est mon soutien. Je rentre chez moi pendant un mois c'est bien, il y a ma famille qui à côté de moi, je n'ai plus mes potes du centre, mais je suis soutenu par ma copine mes copains, ça aide ; Après je retourne au centre je suis motivé, je fais de la kiné deux fois par jour, c'est un peu chiant, les autres vont s'entraîner... »

De plus après l'obtention du baccalauréat, A2 ne continue pas ses études par manque de moyen et de soutien de la part de son club.

A2 : « *je n'ai plus d'études, j'ai eu le bac mais malgré mes demandes d'études par correspondance après, le club ne m'a pas suivi, je me concentre que sur le foot et là ça pette. Du coup je me suis concentré sur la kiné mais n'ayant pas de cours à côté et j'étais à l'internat, je ne pouvais pas bouger, c'était vraiment particulier une saison blanche* ».

Le parcours de vie de A1 et A2 mettent en exergue l'importance de l'environnement lors d'une transition non normative. Les soutiens associés au développement social sont des ressources nécessaires pour affronter ces crises situationnelles (coté, 1999 ; Durand-Bush et al., 2004). Ils permettent à l'athlète d'atténuer les tensions générées par le projet de performance. Ce sont aussi des ressources pouvant contribuer à faire des choix lors des contextes d'incertitude. Dans la sphère du projet de performance, les institutions, les clubs sont des piliers important au développement du talent de l'athlète. Le soutien institutionnel permet à l'athlète de se libérer des tensions liées à son avenir dans le cadre de son développement professionnel. L'entraîneur quant à lui, est le personnage central pour le développement sportif de l'athlète. Il est un soutien incontournable, l'individu le plus proche de l'athlète qui, par ses compétences, soutient l'athlète dans son projet de performance. Ces résultats concordent avec les travaux de Martindale et al., (2005) sur les données de la littérature relatives au développement de l'expertise et de son accompagnement. Sans une approche cohérente de l'entraîneur, l'athlète peut de retrouver isolé face à une situation qu'il n'a pas choisie et suivant sa capacité à s'adapter il peut rejeter la situation, et aller jusqu'à abandonner son projet (Stambulova, 2000).

A1 : « *Oui, j'avais l'impression qu'il ne me faisait pas confiance, comme il n'était pas sûr que j'allais revenir, il avait recruté une autre fille, c'était à moi de prouver.... Du coup je suis allé le voir en début d'année, je lui ai dit moi je veux te montrer que là je suis capable de réussir et d'évoluer...il était content que je sois venu lui parler parce qu'il a vu une démarche...* »

A2 : « *C'est un concours de circonstances et de fil en aiguille tu es tout seul et tu t'enfonces oui c'était super long et tu n'attends qu'une seule chose c'est qu'elle se termine la saison* »

Au travers du parcours de vie de A1, nous remarquons son aptitude à affronter les difficultés en s'aidant de son environnement et en étant active par une démarche de recherche de solutions à ses problématiques. Sa démarche s'appuie sur une motivation intrinsèque notamment par le plaisir procuré par la pratique lors de la période de spécialisation. Par la suite, lors de l'intégration en pôle espoir et en centre de formation il semble que A1 construit son projet de performance avec un fort engagement provoqué par l'apprentissage de nouvelles connaissances et par la satisfaction de pouvoir se dépasser et de réaliser des performances.

A1 : « *Oui, et parce que j'ai vu au fur et à mesure que je progressais, enfin j'ai vu, je parlais tellement de rien que forcément il y avait des progressions, ce n'était pas forcément énorme mais je voyais que je maîtrisais dans certaines situations, je*

maitrisais mieux le ballon, je pouvais aller shooter, je me rendais compte qu'il y avait des trucs que j'arrivais à faire que je ne faisais pas avant, c'est cool ; Je me sentais plus à l'aise dans la pratique »

A1 : « Oui c'est là qu'il y a un peu le déclic, je vois le résultat de tout ce que j'ai appris en match, je n'ai pas de pression, de stress, ou en tout cas du bon stress, alors qu'avant on était toujours les petites jeunes qui vont peut-être un jour jouer en une, on est dans le cursus du coup il y a forcément une petite pression. Là j'ai basculé, dans un niveau avec ce qu'on est et là on prend en maturité »

Le parcours de A2 semble se construire selon une motivation intrinsèque similaire à A1, lors des années de spécialisation. L'entrée en centre de formation caractérise la pratique vers des objectifs de professionnalisation sportive, orientant un rééquilibrage de la motivation intrinsèque et extrinsèque. Il semble que pour A2 et A3 l'engagement dans le sport soit motivé par les bénéfices de l'activité.

A2 : « Tu te dis que tu sais pourquoi tu vas là-bas tu as signé pour trois ans pour devenir pro et tu acceptes de repartir »

A3 : « Moi je voulais absolument signer stagiaire pro, par rapport à ce que j'avais fait l'année, le coach était d'accord avec moi mais ça bloquait au-dessus »

Pour A2 et A3, la blessure engendre des crises situationnelles de différents types (Stambulova, 2000). Ils éprouvent des difficultés de différentes natures : 1) difficultés à s'adapter aux changements d'équipes et d'encadrements ; 2) Difficultés à reprendre l'entraînement suite à l'interruption de la blessure ; 3) Une récupération physique et psychologique qui s'éternise.

A2 : « Je repars pour une autre année, sauf qu'en juin j'apprends que tous mes potes ne sont pas conservés, mon collègue de chambre et là je me dis ça va être génial, comme je ne m'entendais pas trop avec les autres joueurs, j'ai pris un appart, sauf qu'au foot je n'arrivais pas du tout à retrouver mon niveau, je ne me reconnaissais pas dans le foot, mais pas du tout, je n'arrivais pas à toucher un ballon et là pareil c'était un nouveau coach que je ne connaissais pas »

La crise situationnelle décrite par A1 se différencie de celles de A2 et A3, par sa capacité à s'adapter à la situation et à envisager la poursuite de sa carrière sportive. L'accompagnement du projet de performance par l'institution (le club) et l'entraîneur, ainsi que la conscientisation de A1 de ses difficultés facilitent les comportements à adopter.

2.2) La situation de non sélection

Le parcours de A4 se déroule sans difficultés jusqu'au passage du stade de développement au stade de maîtrise qui correspond majoritairement pour la pratique du football au passage de la catégorie U19 à la catégorie sénior. A4 signe un contrat

professionnel de trois ans, il est U19. Cette période est délicate à négocier où l'on retrouve le plus de transitions normatives et non normatives (Stambulova, 2000). Pour la première fois le jeune athlète peut se retrouver confronter à des adversaires mais aussi des pairs sportifs beaucoup plus âgés. Il doit s'adapter à un nouvel environnement social.

A4 : « *La difficulté est de me retrouver dans un monde adulte, forcément on n'a pas les mêmes centres d'intérêts, du coup ils parlent de leurs enfants, alors que moi...je ne sais pas de quoi je parle...on est réservé, forcément il n'y a pas beaucoup de jeunes...* ».

L'intégration est difficile, elle est corroborée à une première entrée dans le monde professionnelle, ce statut de jeune athlète ne favorise pas la sélection en équipe première et il n'existe pas de relations avec l'entraîneur.

A4 : « *Evidemment on ne joue pas en ligue 2, le coach ne nous parle pas du tout, on n'existe pas, je n'ai jamais eu de discussion avec lui. Mais je m'en doutais, je savais que je ne jouerai pas, j'étais préparé* »

La capacité de A4 à avoir anticipé cette problématique de non-sélection lui permet de s'adapter à cette situation. Il se ressource et conserve sa motivation au plaisir de la pratique lorsqu'il évolue en Gambardella (coupe de France jeune).

A4 : « *On joue en amateur on essaie de progresser...Après il y a la Gambardella qui arrive, c'est vraiment super, c'était ça le mieux le bonus de la saison participer à ça retrouver les collègues* »

A4 semble accepter la situation vécue. Cette démarche nous évoque la stratégie d'acceptation définie par Stambulova (2000) comme : « *La stratégie d'acceptation consiste à rester dans la situation mais en modifiant la perception et donc l'attitude de l'athlète face à elle. L'acceptation constitue une recherche de compromis* ». Il semble que A4 s'adapte à cette situation, en trouvant un compromis pour y faire face. Nous pondérons ce propos car lors de cette période sa motivation intrinsèque liée à la possibilité de se dépasser face à une performance difficile semble s'étioler dans le temps.

A4 : « *Je n'avais pas envie d'aller à l'entraînement je savais que j'allais me faire ...* »

La deuxième année de contrat se déroule mieux concernant l'environnement, avec une meilleure relation sociale avec l'entraîneur et les pairs sportifs. Pour autant les difficultés relatives à une sélection en équipe professionnelle perdurent. A4 est suivi par un agent qui le conseille sportivement pour sa carrière de sportif professionnel, c'est un soutien pour déterminer ses choix.

3) Une méthodologie selon deux approches

Pour réaliser cette étude, nous avons dans un premier temps, accompli des entretiens semi-directifs de type biographique selon une approche qualitative. Nous nous sommes inspirés de différents travaux portant sur le développement de l'expertise

en lien avec les transitions du parcours du sportif (Debois et al, 2015 ; Ledon et al, 2016). En utilisant cette méthodologie nous avons obtenu des résultats nous permettant d'identifier et de comparer les facteurs environnementaux conditionnant les adaptations psychologiques pour faire face aux transitions non normatives. Nous nous sommes ensuite inspirés d'une méthode s'inscrivant dans les programmes de recherche des activités situées utilisée par Hauw et Bilard (2012) Nous avons pu faire s'exprimer un sportif ayant vécu une transition non normative favorisant l'abandon du sport de haut niveau. L'analyse de la succession des unités d'activité nous a permis de caractériser les mécanismes d'adaptations du cours de vie du sportif lors d'une dynamique d'abandon.

Cette méthode nous a permis d'accompagner le sportif par notre questionnaire sous deux formes d'entretiens qualitatifs permettant au sportif de se remémorer son parcours de vie. Lors de l'entretien semi-directif, le sportif n'a pas de difficultés à évoquer les faits marquants de son parcours. Dans un deuxième temps l'entretien d'autoconfrontation nous permet d'accéder à l'expérience intime vécue par le sportif. L'intérêt de cette méthode se caractérise par son efficacité à faire évoquer le récit du sportif en levant les barrières psychologiques associées à des événements aux connotations négatives.

Enfin, afin de pouvoir dépasser cette méthode, il serait intéressant d'étudier une corrélation entre des données quantitatives et qualitatives relatives à la motivation des sportifs. Nous pourrions investiguer le facteur motivationnel que nous avons identifié lors de l'étude de cas d'une dynamique d'abandon du Sport de haut niveau.

5e chapitre : Conclusion

1) Intérêt(s) et limites

L'enjeu principal de ce travail était de contribuer à la compréhension du développement de l'expertise dans la carrière du sportif, notamment lors des phases de transition non normatives vécues par les athlètes. Nous souhaitions appréhender et mettre en lumière les stratégies mises en place, ainsi que les ressources nécessaires permettant de faire face aux écueils et aux difficultés du sport de haut niveau lors de ces transitions. Cette étude nous a permis de décrire le parcours de vie de quatre athlètes ayant à faire face à une crise situationnelle causée par une blessure ou une non sélection en équipe première. Dans la lignée des travaux de Durand-Bush & Salmela (2002), il apparaît que la réussite de l'athlète à faire face à ses difficultés ne soit pas essentiellement conditionnée aux caractéristiques personnelles du sportif, mais aussi à d'autres facteurs, comme son environnement humain (parents, entraîneurs, encadrement technique), et des facteurs liés à l'investissement sportif (mise en œuvre de stratégies mentales et d'organisation).

D'un point de vue méthodologique, l'échantillonnage de participants limite la portée généraliste des résultats de notre intervention. En effet, pour notre étude nous avons essentiellement interrogé des sportifs en sports collectifs à vocation professionnelle sur une période s'étalant du début de la pratique aux premières années de maintien. De plus, nous n'avons pu réaliser qu'un seul entretien d'autoconfrontation explicitant suite à un manque de disponibilité des athlètes. Cependant, la méthode qualitative utilisée et l'étude de cas permettent, en premier lieu, d'analyser finement les mécanismes d'adaptations psychologiques, puis de mettre à jour des stratégies singulières lors des transitions non normatives.

2) Perspectives

Afin d'approfondir ce travail, il serait intéressant de réaliser une étude longitudinale en optimisant l'échantillonnage de participants. Il serait envisageable d'en augmenter le nombre, la variété de pratique sportive et aussi augmenter la moyenne d'âge des sportifs pour disposer d'un spectre de recherche plus large. La méthode quant à elle peut être améliorée en réalisant sur deux jours les entretiens : 1) l'entretien semi directif de type biographique ; 2) l'entretien d'autoconfrontation explicitant du sportif à ses propres traces écrites de son activité. Cette étude permettrait d'enrichir les travaux sur le développement de l'expertise selon une approche holistique pour caractériser les

différents facteurs (environnementaux, psychologiques) favorisant la réussite d'un parcours d'athlète de haut niveau. Son but serait d'améliorer les connaissances dans le domaine de l'accompagnement pour optimiser le travail des différents intervenants (Entraîneur, intervenants en psychologie du sport) participant à l'atteinte de l'excellence.

Bibliographie

- Bertrand, J. (2015). La formation au football professionnel : une voie alternative d'ascension sociale ? *Informations sociales*, (187), 79-85.
- Bloom, B. (1985). *Developing talent in the Young*, Ballantine, 1985.
- Bouchetal Pellegrini, F., Leseur, V., Debois, N., & Institut national du sport et de l'éducation physique (France). (2007). *Carrière sportive : projet de vie*. Paris : INSEP.
- Cahour, B., & Licoppe, C. (2010). Confrontations aux traces de son activité. *Revue d'anthropologie des connaissances*, 4, n° 2(2), 243-253.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *Sport Psychologist*, 13(4), 395-417.
- Côté, Jean, Fraser-Thomas, J., Robertson-Wilson, J., & Soberlak, P. (2004). L'utilisation d'entretiens pour quantifier l'implication des parents dans le développement de compétences sportives chez les athlètes. *Staps*, no 64(2), 39-52.
- Debois, N., Ledon, A., Argiolas, C., & Rosnet, E. (2012). A lifespan perspective on transitions during a top sports career : A case of an elite female fencer. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 660-668.
- Debois, N., Ledon, A., & Wylleman, P. (2015). A lifespan perspective on the dual career of elite male athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 15-26.
- Durand-Bush, N., Salmela, J. H., & Thompson, K. A. (2004). Le rôle joué par les parents dans le développement et le maintien de la performance athlétique experte. *Staps*, no 64(2), 15-38.
- Erickson, K., & Côté, J. (2016). A season-long examination of the intervention tone of coach-athlete interactions and athlete development in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*,
- Forté, L. (2006). Fondements sociaux de l'engagement sportif chez les jeunes athlètes de haut niveau. *Movement & Sport Sciences*, no 59(3), 55-67.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204.
- Hauw, D. (2013). How unethical actions can be learned : the analysis of the sporting life courses of doping athletes. *International Journal of Lifelong Education*, 32(1), 14-25.
- Hauw, D. (2016). *Psychologie du dopage*.
- Hurtel, V., & Lacassagne, M.-F. (2009). Importance des parents dans l'environnement social de jeunes joueurs de tennis : comparaison entre les années d'échantillonnage et les années de spécialisation. *Staps*, n° 84(2), 93-104.
- Jacques, Ph.D, Ph.D, C. S., & Ph.D, J.-P. B. (2011). L'attitude gagnante : ses caractéristiques et son développement selon les témoignages des élèves-athlètes, de leurs parents et de leur entraîneur. *Staps*, n°93(3), 25-49.
- Krampe, R. T., & Ericsson, K. A. (1996). Maintaining Excellence : Deliberate Practice and Elite Performance in Young and Older Pianists. *Journal of Experimental Psychology : General*, 125(4), 331-359.
- Ledon, A., Debois, N., & Rosnet, É. (2016). Modalités décisionnelles des athlètes d'élite relatives à leur intégration en pôle d'entraînement. *Staps*, (110), 39-53.

- Macquet, A.-C., & Fleurance, P. (s. d.). Des modèles théoriques pour étudier l'activité de l'expert en sport. *Movement & Sport Sciences*, no 58(2), 9-41.
- Manciaux, M. (s. d.). Handicap, résilience, éthique. *Reliance*, no 20(2), 11-16.
- Martindale, R. J. J., Collins, D., & Abraham, A. (2007). Effective talent development : The elite coach perspective in UK sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), 187-206.
- Queval, I. (2004). Axes de réflexion pour une lecture philosophique du dépassement de soi dans le sport de haut niveau. *Movement & Sport Sciences*, no 52(2), 45-82.
- Rathunde, K., & Csikszentmihalyi, M. (1993). Undivided interest and the growth of talent : A longitudinal study of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 22(4), 385-405.
- Salmela, J. H. (s. d.). Familles et performance experte. *Staps*, no 64(2), 9-12.
- Salmela, J. H., Durand-Bush, N., & Durand, M. (1994). La détection des talents ou le développement de l'expertise en sport. *Enfance*, 47(2), 233-245.
- Schlossberg, N. K. (1981). A Model for Analyzing Human Adaptation to Transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18.
- Stambulova, N. (2011). The mobilization model of counseling athletes in crisis-transitions: An educational intervention tool. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(3), 156-170.
- Stambulova, Natalia B., & Wylleman, P. (2015). Dual career development and transitions. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 1-3.
- Stambulova, N.B. (2000). Athlete's crises : A developmental perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31(4), 584-601.
- Theureau, J. (2010). Les entretiens d'autoconfrontation et de remise en situation par les traces matérielles et le programme de recherche « cours d'action ». *Revue d'anthropologie des connaissances*, 4, n° 2(2), 287-322.
- Tomás, J.-L., & Fleurance, P. (2007). Les significations accordées aux événements et aux aléas d'une carrière sportive : des sources du développement de l'expertise. *L'orientation scolaire et professionnelle*, (36/4), 553-579.
- Véronique, R., & Wayne, H. (2014). Vers une explication interactionniste du développement de l'excellence sportive. *Staps*, (104), 23-38.
- Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport : European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7-20.
- Wylleman, Paul, Verdet, M.-C., Lévêque, M., Knop, P. D., & Huts, K. (2004). Athlètes de haut niveau, transitions scolaires et rôle des parents. *Staps*, no 64(2), 71-87.

Annexes

ANNEXE 1 : UNE PERSPECTIVE DE DEVELOPPEMENT SUR LES TRANSITIONS RENCONTREES PAR LES ATHLETES SUR LES PLANS SPORTIFS, INDIVIDUELS, PSYCHOSOCIAUX ET SCOLAIRES/PROFESSIONNELS.

ANNEXE 2 : A MODEL FOR ANALYSING HUMAN ADAPTATION TO TRANSITION

ANNEXE 3 : RESTRANSCRIPTIONS ECRITES ET GRAPHIQUES DES ENTRETIENS SEMI-DIRECTIFS

ANNEXE 4 : TRANSCRIPTION DES UNITES DE SENS DANS LA REPRESENTATION GRAPHIQUE

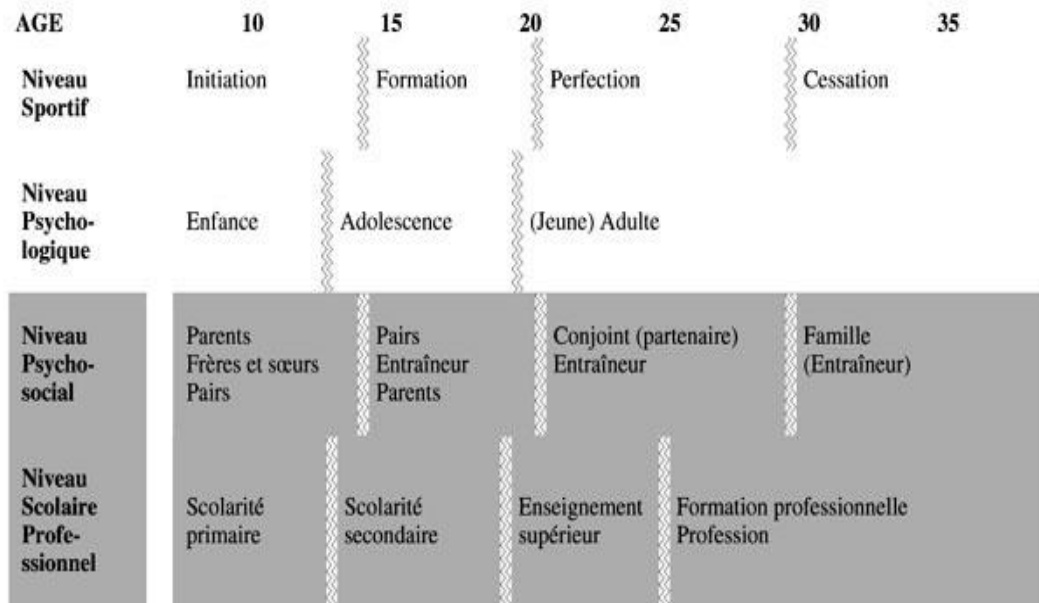
ANNEXE 5 : CATEGORISATION DES DONNEES

ANNEXE 6 : RECONSTRUCTION DU COURS DE VIE DE A2

ANNEXE 7 : ACCORD DE SOUTENANCE MEMOIRE MASTER 2

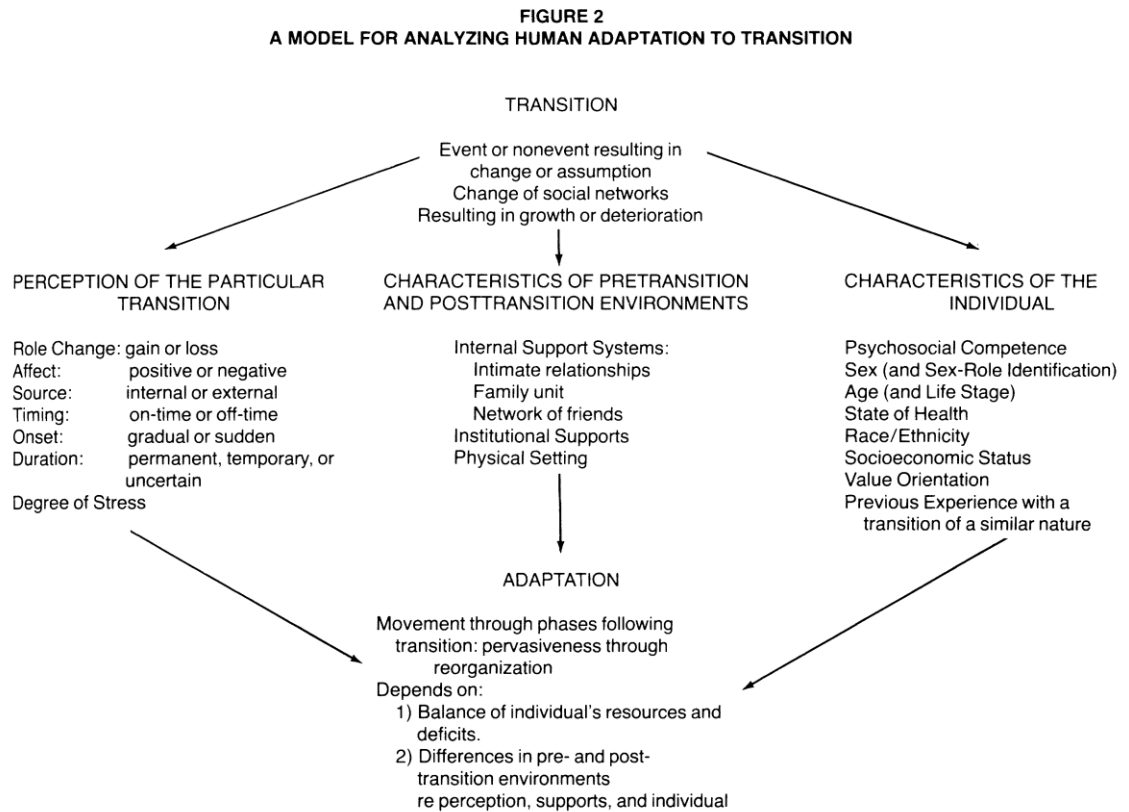
ANNEXE 1

UNE PERSPECTIVE DE DEVELOPPEMENT SUR LES TRANSITIONS RENCONTREES PAR LES
ATHLETES
SUR LES PLANS SPORTIFS, INDIVIDUELS, PSYCHOSOCIAUX ET SCOLAIRES/PROFESSIONNELS.
(Wylleman et Lavallée, 2004)



ANNEXE 2

A model for analysing human adaptation to transition (Shlossberg, 1981)



ANNEXE 3

ENTRETIEN A1

Est-ce que tu me parler du début de ta pratique sportive ?

« J'ai commencé très jeune à faire du sport, j'ai touché un peu à tout, j'ai commencé à faire du multisport et après j'ai fait du tennis du basket de la natation, de la gym »

C'était à quel âge ?

« Le multisport j'ai commencé à 5, 6 ans et souvent je n'en faisais qu'un an et j'ai fait du tennis plus longtemps et j'ai commencé le hand à partir de la 5^{ème} j'avais 12 ans et en fait au collège il y avait une section sportive de hand et je connaissais bien la prof d'EPS qui travaillait là »

Tu la connaissais comment ?

« Elle était au multisport, du coup elle connaissait mes parents, elle, elle tenait la section sportive de hand au collège, elle m'a demandé si ça m'intéressé et en 6^{ème} s'est dit avec deux copines allez on va faire c'est sympa mais je ne faisais pas de hand en club, mais je me suis dit pourquoi essayer la section sportive, on faisait du hand 2 fois / semaines en plus de l'école, et après ça m'a plus du coup en 5^{ème} je me suis inscrit en club »

Qu'est ce qui t'a plu dans le hand ?

« J'aimais bien marquer des buts et être avec des copines, puis le fait de faire un sport co parce que j'avais fait pas mal de sport individuel, c'était cool »

Tes parents étaient sportifs ?

« Oui il faisait du volley »

Tes parents il te poussaient ?

« Oh non pas du tout en gros il voulait que je fasse du sport, il me disait tu veux faire quoi, en fait j'essayais et il ne me poussait pas forcément à en faire et moi je demandais à tester autres choses et du coup ils ne m'ont pas du tout poussé dans le hand ils connaissaient te par contre mon petit frère lui il faisait du hand 2 ans avant moi donc c'est lui qui a commencé dans la famille à en faire »

Donc tu signes en 5^{ème} en club ?

« Oui, je m'inscris avec 2 copines et ça nous a plu direct et là je fais la connaissance de plusieurs joueuses qui sont encore mes copines maintenant on était un petit groupe de copines on s'entendait bien »

Tu avais du plaisir à aller à l'entraînement et l'entraîneur ?

« Là au début, c'était le père d'une joueuse, c'était bien on n'était pas stressé pour aller à l'entraînement »

Tu avais combien d'entraînement à ce moment ?

« 4 entraînement de hand plus un match le weekend et je jouais au tennis avec un entraînement et un match le weekend »

Et au niveau scolaire ?

« Ça allez il n'y avait pas d'impact sur les résultats »

Et tes parents ils te soutiennent ?

« Oui ils étaient là présents et là j'ai lâché le tennis parce que je préférais le hand. Ensuite au niveau scolaire, je bossais le soir j'étais assez carré »

Est-ce que tu as des détections des sélections ?

« Le prof en 5^{ème} a demandé à ce qu'on soit vu par le conseiller technique, mais j'ai pas été prise »

Est-ce qu'il y a un sentiment de compétition qui s'installe ?

« Non j'ai pas du tout vécu avec l'envie d'aller voir plus loin, j'aimais bien gagner, je voyais ça année après année, je ne connaissais rien du hand, je ne savais pas qu'il y avait un pôle espoir à Brest, je ne savais même pas qu'on pouvait faire du haut niveau, je ne connaissais pas l'équipe de France j'étais naïve »

A quel moment tu te dis que tu veux aller plus loin ?

« C'est en troisième, Sylvie ma prof qui me dit si je ne veux pas essayer le concours du pôle parce qu'il y a une fille de la section qui fait le concours. Et du coup je suis allé au concours et là j'ai été prise, j'étais surprise on m'a prise parce que j'avais des qualités en « jump, parce qu'au niveau du hand il y avait du travail, ils m'ont prise pour mes qualités physiques »

« Ensuite le responsable du pôle a appelé mes parents pour leur dire qu'il était intéressé par mon profil, et qu'il fallait réfléchir, à ce moment on a beaucoup discuté avec mes parents et ils m'ont aidé, en gros je me suis dit que c'était dommage de ne pas tenter cette expérience, c'est mes parents qui m'ont amené à cette réflexion-là du coup, là ils ont appuyé un peu parce que moi j'étais dans le truc des copines alors ils m'ont dit que peut être à un moment elles auront des opportunités et tu te retrouveras toute seule, là tu as une opportunité tu peux la prendre »

Au pôle tu passes à combien de séances ?

« 6 entraînements au pôle un en club +le match »

Comment se déroule ce changement ?

« Je rentre à l'internat, c'est plus simple vu le rythme d'entraînement, il y beaucoup de filles à l'internat, c'est plus facile pour s'intégrer c'est un rythme qui se fait naturellement, je n'ai pas trouvé ça dure, ça s'est fait naturellement. Le weekend je rentrais chez moi, j'allais voir d'autres copines »

Tu ne trouvais pas enfermante de rester dans l'ambiance Hand tout le temps ?

« Non je le vivais bien, les études suivent, par contre en terminal j'ai décidé de vivre chez ma grand-mère parce que j'en avais marre d'être tout le temps ensemble, j'avais envie de prendre du recul, c'était l'année du bac »

Comment tu gères ton projet pro pour la suite ?

« Déjà au lycée, j'étais embêté parce que je voulais prendre une filière plus santé, du coup j'ai fait un sacrifice pour le hand, du coup j'ai fait ES, j'étais intéressé par la santé mais bon c'était compliqué d'intégrer une école infirmière donc je suis part dans une filière STAPS plus adapté quand tu es sportif »

Du coup c'est plus subi que choisi ?

« Finalement pas tant que ça subi car quand j'étais au collège je voulais être prof d'EPS puis ensuite quand je suis arrivé au lycée la filière STAPS c'était bouché, finalement je me suis dit que STAPS ça correspondait bien à ma pratique, mais ça m'intéressé je ne suis pas allé là par hasard »

Est-ce que lors de cette période il y a un entraîneur qui t'a marqué ?

« L'entraîneur du pôle, au départ ça changé il était plus exigeant et là c'était différent le rapport, j'aimais beaucoup comment il était, par contre lors des entretiens j'étais stressé, il y avait son adjoint bibi qui était plus jeune avec qui je m'entendais bien et mon entraîneur en club qui lui était très carré, avec qui on a eu des résultats on jouait au niveau national et il y a eu des fois où on se prenait la tête, je repense à des choses où j'étais vraiment adolescente, au pôle j'étais dans l'admiration et en club plus dans le conflit »

Sur cette période, est ce que tu as eu des sélections ?

« Non toujours pas, parce qu'au niveau du hand Ball, j'avais toujours un retard, mais physiquement ça allait »

Et tu réagis comment par rapport à ce retard ?

« Ben forcément tu te compares aux autres, du coup tu t'entraînes avec plus d'exigences pour que ça se voit le moins la différence »

Comment tu mets ça en place ?

« C'est venu au fur et à mesure, c'est écouter tous les petits conseils des entraîneurs, respecter tout ce qu'ils disaient les placements, je parlais de rien j'ai pris plein de choses qu'on m'a dites et j'ai évolué comme ça »

Tu te donnais des objectifs ?

« Non pas trop, j'ai appris le hand en arrivant au lycée, j'ai découvert l'Arvor, l'équipe de France. Je me rappelle en salle de musculation il y avait un poster de l'équipe de France, je me disais ça a l'air j'aimerais bien être comme elle »

Tu avais un modèle ?

« Non pas un modèle, elle c'était le groupe, ça doit être bien de jouer... »

Du coup ta motivation elle était liée à la progression ?

« Oui, et parce que j'ai vu au fur et à mesure que je progressais, enfin j'ai vu, je parlais tellement de rien que forcément il y avait des progressions, ce n'était pas forcément énorme mais je voyais que je maîtrisais dans certaines situations, je maîtrisais mieux le ballon, je pouvais aller shooter, je me rendais compte qu'il y avait des trucs que j'arrivais à faire que je ne faisais pas avant, c'est cool ; Je me sentais plus à l'aise dans la pratique »

Tu n'as pas de moment difficile lors de ton passage au pôle ?

« Non, mis à part l'orientation »

Et après le bac ça se passe comment ?

« Je change de club, déjà en fin de terminale on s'entraînait avec le club de Brest deux fois par semaine »

Là tu rentres dans un club professionnel ?

« Oui, je m'entraîne un peu avec les pros, je n'étais pas vraiment en centre de formation, j'étais plutôt partenaire d'entraînement, j'étais en première année de STAPS et je vivais toujours chez ma grand-mère et j'allais à un entraînement par jour et je faisais de la musculation le midi »

Tu avais un statut particulier ?

« Oui au niveau des cours on pouvait être excusé, par contre je n'ai jamais fait autant de sport, au début on ne devait pas tout faire, puis finalement on avait des journées, du style 2h de natation après cours jusqu'à midi, l'après-midi 2h de bad ou autres choses et après le soir entraînement »

C'était difficile tu as eu des blessures ?

« Oui des entorses de la cheville »

Comment se passe le changement de club ?

« On avait un bon groupe à Brest on s'entendait bien, du coup je me suis vite intégré dans ce groupe là et après la une c'est sûr c'était un peu plus il y avait Laurent Beuzau, c'était plus, j'étais impressionné »

Comment tu construis ton projet pro ?

« Il y avait des questions qui se posaient je vais faire quoi plus tard ? parce que en STAPS c'était mort c'était bouché complet, je n'y arriverai pas avec le hand impossible de faire les 2, donc si je continue le hand je ne pourrai pas faire prof d'EPS, à quoi ça sert que je reste en STAPS si au final derrière j'ai rien, il y a eu cette question-là en fin de L1 j'ai hésité à arrêter, mais finalement j'ai discuté avec des étudiants qui passaient le concours qui m'ont dit au début en STAPS c'est ça tu ne sais pas trop pourquoi tu es là et au fur et à mesure que tu avances les cours se précisent et ils m'ont dit continue, moi je me disais imagine après qu'est-ce que je vais faire bon Bah aller je continue c'est un peu la facilité mais je pense que si il n'y avait pas eu le hand, je pense que je partais sur infirmière qui me tentait bien, mais comme j'aimais bien le hand et que je m'entraînais avec les filles de l'équipe 1, je me disais que j'aimerai bien évoluer un jour jouait à ce niveau-là »

Et là ton projet sportif il évolue ?

« Oui je commence à me projeter un peu plus, si ça ne marchait pas c'était pas un drame, mais si je pouvais me donner les moyens peut être de pouvoir jouer en équipe 1 ça serait cool »

Tu cherches à aller le plus haut possible ?

« Oui bah là j'ai commencé à faire les matches amicaux avec elles, j'ai fait le tournoi de la ligue qu'elles ont gagnées, j'étais là-bas je n'avais pas joué mais du coup j'ai vécu toute

l'aventure avec elle et je pense que cette aventure-là, j'ai vraiment bien aimé de vivre ça d'être avec les filles et tout et je me suis dit ça doit vraiment être génial de vivre en jouant ça et je me suis dit je vais continuer et je vais voir si un jour je peux vivre ça »

C'était une sorte de rêve ?

« J'avais envie de vivre ça et quand les gens me demandaient ce que je voulais faire, ouais ouais je pense que j'étais un peu comme ça, j'avais du mal à me dire je sais que je veux jouer là je ne me disais pas ça, mais ça me plaisait d'être là tous les jours à m'entraîner »

Tu te sentais bien ?

« Oui avec l'équipe 2 ça se passait bien, mais l'équipe 1 il y avait du respect et c'est là parce que c'est important qu'il y avait le coach du centre pierre qui s'occupait des gars et qui est venu s'occuper des filles et lui c'était le coach il m'a appris... c'était le coach...je pense que c'est grâce à lui que j'ai continué le hand »

Là tu arrives en 3^{ème} année ?

« Oui, à ce moment le club est rétrogradé pour raisons financières, du coup on sait pas trop si on reste et finalement le club est repris et on repart en N1 »

Là le club est en amateur ?

« Oui et non, parce que le club a de l'ambition et veut remonter en D2 pour quelques années remonter au plus haut niveau, donc finalement les filles de l'équipe première sont parties et nous les jeunes on est resté, on était le groupe des copines du centre de formation, avec des joueuses étrangères qui sont venues »

Là tu changes de statut ?

« Là en gros c'est l'équipe une, titulaire avec un niveau un peu moindre qu'avant, j'ai signé une convention et j'ai un appartement en L3 »

C'est une bonne saison ?

« Oui c'est là qu'il y a un peu le déclic, je vois le résultat de tout ce que j'ai appris en match, j'ai pas de pression de stress, ou en tout cas du bon stress, alors qu'avant on était toujours les petites jeunes qui vont peut-être un jour jouer en une, on est dans le cursus du coup il y a forcément une petite pression. Là j'ai basculé, dans un niveau avec ce qu'on est et là on prend en maturité »

Tu prends du plaisir ?

« On est resté là il y a nous et le club, on est plusieurs à ce moment-là à se libérer à se dévoiler, on s'est lâché »

Ensuite il y a un changement d'entraîneur ?

« Oui Laurent Bezau, qui reprend en deuxième année en L1, et là les objectifs sont beaucoup plus ambitieux, le coach a de l'ambition avec un nouveau socle, avec une montée par étapes pour atteindre la N1. Il y a l'arrivée de nouvelles joueuses, le club se professionnalise »

Ton statut change ?

« Oui je passe semi-pro et je rentre en Master pour devenir prof d'EPS. À oui parce que à ce moment en fin de saison je me blesse à l'épaule sur une défense mais pas mon bras fort heureusement, je me fais opérer pour poser une butée et en même temps je me blesse au genou moins grave mais le ménisque, je ne m'en suis pas occupé mais ça me porte préjudice plus tard mais heureusement pour assurer mon métier d'après»

Ça se passe comment ton opération ?

« Je me fais opérer l'été, quand Laurent arrive j'ai signé un contrat semi-pro mais blessé, du coup je suis sensé reprendre en Janvier, je viens à l'entraînement, j'ai kiné et tous les soins sur le côté pas de hand, c'est venu progressivement le hand et en même temps je préparais mon concours de prof, je ne sais pas si j'avais plus de temps, entre le kiné la muscu j'avais quand même pas mal de temps »

Est-ce que tu es accompagné pendant cette période ?

« Oui bien comme on était toute ensemble et que ça s'était bien passée l'année d'avant, il y avait une bonne base, on était bien implantée dans le club, ça se passait bien »

Tu es bien psychologiquement ?

« Oui ça va, comme l'année d'avant on avait un super collectif, c'est plus après quand je vais revenir, que quand je suis blessé. Pendant ce temps je passe le concours et je suis prise nickel »

Tu as le concours en première année ?

« Oui mais je pensais pas du tout, finalement je n'ai pas eu plus de temps à part le weekend c'était quand même chaud, au final c'était la bonne année, j'ai quand même bossée. Donc j'ai repris en Janvier après mon épaule et là j'avais mon genou mon ménisque fissuré, et je n'ai pas pensé. Quand j'ai voulu reprendre, je me suis blessé et j'ai renforcé mon quadri pendant 2 mois et j'ai repris et là j'ai eu une pubalgie »

Et là tu réagis comment ?

« Là je me dis ce n'est pas possible, je ne suis pas faite c'est fini pour moi, en gros j'ai fait mon temps de sportive et là mon corps il ne suit plus et tout d'un coup je ne comprenais pas pourquoi. Du coup Laurent il m'a dit, on laisse tomber cette année tant pis c'est une année blanche, en gros concentre toi sur ta pratique à Vichy, si tu veux venir au club pour bosser un peu tu viens, récupères avec ta pubalgie il te faut du repos. Sur ça Laurent il a été top »

De coup c'était intéressant d'avoir ton projet pro ?

« C'est sûr que j'ai pu me concentrer, pour gérer mon avenir si je n'arrivais pas à récupérer mon niveau et finalement j'ai eu mon concours et l'été j'ai récupéré puis j'ai pu faire la reprise »

« Ensuite j'ai repris j'étais en semi pro et l'équipe joue en D2 et du coup du mal un peu, c'est là que c'était un peu plus dur, j'ai eu du mal à intégrer le groupe parce que du coup j'avais fait une bonne saison en N1, j'avais pu exploiter tout ce que j'avais appris, j'ai perdu beaucoup mon débordement tout ce que je savais faire avant et Laurent le voyait aussi, j'avais l'impression de repartir comme la petite jeune toute l'année de N1 où j'avais l'impression d'avoir évolué retour en arrière et Laurent il m'avait connu quand j'étais la

petite jeune et comme il est arrivé quand j'étais blessé lui il n'a pas vu cette évolution-là, il l'a suivi un peu mais quand il est arrivé j'ai eu l'impression de redevenir la petite jeune »

Il y avait de la concurrence ?

« On était trois ailières »

Tu étais N°3 ?

« Oui, j'avais l'impression qu'il ne me faisait pas confiance, comme il n'était pas sûr que j'allais revenir, il avait recruté une autre fille, c'était à moi de prouver, je passais de N1 ou j'étais seule au poste, c'est pour ça que j'ai accumulé beaucoup de fatigue, c'est pour ça que j'ai eu trois blessures aussi, j'étais toute seule toute l'année au poste »

Tu devais être fatiguée ?

« Tu as l'impression d'être bien, je ne me rendais pas compte mais au final je pense que je ne me suis pas géré, et puis comme c'est une bonne année et que tu es en pleine bourre tu ne penses pas aux conséquences »

Et donc cette période de concurrence c'est une période difficile pour toi ?

« Là je m'entraîne, je ne faisais pas tous les matches tu te dis c'est le jeu, je me démotivé et je me disais que de toute façon je vais être prof d'EPS, c'est l'année où je fais mon mémoire et je suis en stage. C'est une année où je suis pommé je fais le hand je suis prof »

C'est le moment dur de ta carrière ?

« Dur, oui et non, j'avais tout, j'avais assuré mon métier pour un jour si le hand ça ne marchait pas et en même temps j'avais toujours le hand, j'avais tout ce que je voulais mais je n'arrivais pas à faire le choix entre les deux et je ne me concentrais pas forcément, je n'étais pas à fond dans un truc »

Tu penses à ta fin de carrière ?

« Oui, mais il y a une des 2 filles qui se blessent à l'entraînement, c'était horrible c'était pas du tout ce que je souhaitais, saison terminée et du coup j'ai rejoué un peu plus ça me relance et en fin d'année ils m'ont proposé un contrat pro et là qu'est-ce que je fais je me mets en dispo, je signe pro ? j'ai l'impression que le coach ne me fait pas confiance, du coup je me dis que c'est une opportunité, j'ai beaucoup échangé avec mes parents mes amis j'étais un peu perdu et j'ai pris l'option de faire pro »

Ça se passe comment ?

« Ça me fait du bien d'avoir plus de temps, je me consacre qu'au hand. L'année d'avant je jouais le samedi et le Dimanche je devais penser au cours de la semaine, au lieu de récupérer de mon match »

Comment se passe le début de saison ?

« Ça va j'étais dans le truc j'étais dans le rythme mais au niveau des matches, je ne jouais pas beaucoup, quand je jouais je me sentais stressé, je ne sais pas je sentais qu'il y avait un truc. Du coup je me suis dit Maud tu as l'impression que Laurent il te considère comme la jeune du centre de formation, il faut que ça change ; Du coup je suis allé le voir en début d'année, je lui ai dit moi je veux te montrer que là je suis capable de réussir et d'évoluer. Il

y a eu une démarche j'ai fait appel à un préparateur mental. J'ai eu un temps où j'ai subi et après avec le préparateur mental on a travaillé sur les objectifs et ça s'est éclairci, ça a mis du temps à se mettre en place et puis ça m'a permis de mieux performer. J'étais sous pression pour la signature de contrat, je me suis libérée j'ai fait deux gros matches »

ENTRETIEN A2

Comment tu as débuté la pratique ?

« Pour moi c'est naturel mon père étant footeux, il m'amenait dans le vestiaire très jeune et en gros c'était la suite logique, j'ai commencé à l'âge de cinq ans, j'ai fait trois ans de débutant, puis ensuite en poussin, c'était la suite logique et c'est comme ça que ça a commencé »

Tu as commencé au club de Plouzané ?

« Oui j'ai fait onze ans au club, si je ne me trompe pas et ensuite je suis parti à Auxerre »

Tu es resté au club jusqu'à quel âge ?

« Jusqu'à mes 15 ans »

Tu me parles de ton parcours scolaire pendant cette période ?

« J'étais en école primaire avec tous mes copains du foot, et après au collège c'est pareil on est tous allé dans le même collège, c'était la même équipe, après moi à l'école j'avais un an d'avance du coup j'étais avec des garçons qui étaient plus vieux que moi, j'étais une année sur 2 avec eux, j'étais avec ma vraie génération une année sur deux »

Et dans ton parcours tu as eu des entraîneurs et ça se passait comment avec eux ?

« Au début, c'était très pédagogique, c'était plus les parents des joueurs qui coachaient, c'était très familial, il y avait tous nos parents qui nous suivaient, tout le monde se connaissait bien ça aidait vachement, c'était un groupe »

Là, on était en U11 U13, et à ce moment-là qu'est ce qui te plaisait dans la pratique ?

« Tout en fait, j'étais content d'aller à l'entraînement, j'étais content de retrouver mes copains, j'étais content de jouer, on faisait des sacrés tournois, on jouait contre des clubs pro, du coup c'était vraiment top »

Là le moteur pour toi c'était le plaisir ?

« Oui c'est ça »

Et à ce moment est ce que tu avais le rêve de devenir footballeur professionnel ?

« Non c'était plus jouer avec mes copains, je ne me suis jamais dit je vais être footballeur, j'y pensais pas vraiment, c'était plus jouer avec mes copains, ça se déroulait super bien et je continuais d'année en année, mais ce n'était pas dans le but de faire professionnel à la base »

Est-ce que tu as eu des difficultés à ce moment-là ?

« Non jusqu'en U13 tout se passait bien, tout était nickel »

Et là tu passes en U14 ?

« Et là à ce moment-là il y a le recruteur d'Auxerre qui est allé voir Gilles, c'est venu vachement tot, en lui disant qu'il voulait que je vienne faire un essai et le Stade Rennais aussi l'a contacté pour faire un tournoi et puis gilles m'en a parlé »

Et à ce moment qu'est ce qui se passe pour toi ?

« Je me rappelle quand je suis descendu de chez moi et que ma mère était au téléphone, j'ai demandé qui c'était et elle avait écrit sur un papier AJ Auxerre, je regardais pas le foot à la télé, je ne suis pas un passionné de foot à la télé, j'adore le jouer, le regarder à la télé je ne suis pas un fou et donc du coup je ne comprenais pas trop, et elle me dit que c'était le recruteur qui voulait que j'aille faire un essai et à ce moment j'étais vraiment heureux c'était vraiment une satisfaction et après de fil en aiguille je suis allé là-bas, ça s'est bien passé, donc comme j'étais trop jeune pour signer un contrat ils m'ont fait signer un ANS et du coup après je suis allé à Ploufragan au pôle espoir, sauf que je savais déjà que j'allais aller en centre donc je n'avais pas de pression de savoir si j'allais être pris ou pas, et j'ai travaillé pour être prêt »

Et quel est le comportement de tes parents à ce moment-là ?

« Ils sont à fond avec moi ils essaient de ne pas trop m'influencer, après je pense que mon père était content étant footeux, ça lui faisait plaisir, après ils essayaient de ne pas trop me monter la tête »

Ça n'a rien changé pour toi ce changement ?

« Non rien du tout »

On est au moment où tu rentres au pôle espoir ?

« C'était un petit peu particulier, car on était deux à avoir un an d'avance, la première année on était au collège puis ensuite au lycée et du coup on s'entendait bien tous les deux, et le fait d'être au lycée c'était plutôt pas mal, ça permettait de sortir de ce milieu, parce que le collège était jute à côté du pôle espoir, donc on faisait toujours collège pôle espoir, collège pôle espoir, du coup tu ne sors pas trop du milieu du foot et au lycée tu rencontres d'autres personnes qui ne connaissent rien au foot et qui n'ont pas l'habitude de voir des footeux, ils s'intéressent et tu t'intéresses à eux et là tu vois qu'il n'y a pas que le foot dans la vie »

C'est important pour toi ?

« Oui c'est important de sortir du cocon du football, là on voyait autres choses on était considéré comme des élèves normaux »

Tu te sentais anormal dans ce parcours de foot ?

« Oui on avait des horaires aménagés on loupait des cours, on passait prioritaire au self »

Tu avais un statut ?

« Oui on avait un statut et au vu de certaines personnes, ils ne comprennent pas il y avait des frictions »

Il y avait des frictions avec les autres élèves du collège ?

« Au lycée c'était top, au collège il y avait des animosités, on était mis sur un pied d'estale il y avait des jalousies »

Lors de cette période est ce que tu as un entraîneur qui t'a marqué ?

« Au pôle j'aimais bien mon entraîneur, mais ce n'est pas lui qui m'a le plus marqué, à Plouzané il y avait zizou et lui c'était le modèle quand il prenait un ballon il était très technique, il m'a donné envie de continuer, il mettait une ambiance de cohésion et oui quand je suis arrivé dans mon club professionnel, Johan, lui il m'a pris sous son aile et il m'a vraiment donné envie de continuer, de percer »

Donc tu es en seconde avant de partir en centre de formation, tu as un an d'avance, ça se passe bien ?

« Oui ça se passe bien, on avait des études le soir au pôle, je ne travaillais pas beaucoup j'étais fainéant mais ça se passait bien après j'ai réussi à rentrer en première S »

En fin d'année scolaire, tu pars en centre de formation, (700km), ça se passe comment ?

« Au début tu te passes plein de questions quand tu es dans le train, comment ça va se passer, combien on va être, mais après comme c'est Auxerre et c'est pour ça que je suis allé là-bas, c'est parce que c'est vraiment une famille, c'est un club pro, avec des infrastructures d'un club pro avec un état d'esprit d'amateur, ça s'était top, ça m'a aidé du coup pour l'intégration c'était bien »

Quand tu dis amateur ça représente quoi ?

« Ils ne se prennent pas la tête, ils ont un passé, ils ont joué la ligue des champions les coaches, mais vraiment c'est très humain, c'est le sentiment que j'avais, c'était comme ça les deux premières années, c'est vraiment pour ça que je suis allé là-bas, je pensais que j'allais moins ressentir le manque de ma famille étant donné que j'avais retrouvé une autre famille et c'est vraiment ce que j'ai trouvé là-bas mais c'est sûr n allant là-bas on se pose plein de questions et après en arrivant le premier jour je tombe sur le surveillant qui me dit « tiens ça tombe bien je t'ai trouvé ton compagnon de chambre » et là je vois un gars tout comme moi un blanc, il n'y avait pas beaucoup de blanc »

Il y avait beaucoup de joueurs d'origines africaines ?

« Oui il y a beaucoup de joueurs de la région parisienne, j'étais le seul breton, même du grand ouest et lui il venait de Lyon, après j'ai fait toute ma formation avec lui, c'était mon meilleur pote on était dans la même chambre et le surveillant il a vu que ça se passait bien entre nous, donc forcément c'était chouette on était à deux à l'entraînement, et après tu vois les grands qui ont un an de plus ils sont fort tu les vois comme des dieux, ils jouent en national ils sont premiers... »

Et la première année tu joues en quoi ?

« La première partie de saison, je joue avec les premières années, puis ensuite je fais du banc avec les U17 »

Et l'éloignement ça se passe comment ?

« Les deux premiers mois c'est pas facile, je suis rentré début juillet j'ai pas de vacances avec les collègues, la préparation n'est pas facile »

Juillet aout c'était dur ?

« Oui c'était très dur, donc forcément fin aout tu as un petit coup de mou, j'aimerais bien rentrer et en fait je ne rentre qu'à la toussaint, ça fait pas mal de temps et après tu t'y fais quand je rentre au centre, je me dis il me reste 7 semaines à tenir, tu te donnes des échéances »

Tu planifies ?

« Oui c'est ça tu planifies le truc, tu te dis après ce weekend end il y a les parents qui viennent me voir, ça coupe, tu te donnes des échéances c'est une habitude à prendre »

Donc là tu t'organises comment avec les études ?

« L'école c'était au centre, les profs venaient au centre on était quatre par classe, c'était vraiment spécial on avait tous les mêmes fournitures scolaires, le prof il te serre la main, c'est ton pote c'est vraiment une ambiance particulière après on ne faisait pas tout le programme on avait trois heures et demi de cours par jour en étant trois ou quatre c'est plus facile on pose des questions, au début c'était un peu bizarre »

Et tes entrainements ça se passait comment ?

« On avait 9 entrainement par semaine en comptant le match »

Physiquement et mentalement c'était dur, tu gardes du plaisir ?

« Oui quand tu arrives en centre il y a d de l'émerveillement, c'est nouveau c'est du haut niveau sauf qu'au bout d'un moment, c'est plus trop l'envie c'est le travail, ce n'est pas un plaisir, tu te dis je vais faire ça pour réussir après, c'est plus un plaisir vraiment, je ne sais pas comment dire, après sur le terrain tu as toujours le même plaisir mais quand tu vas à l'entrainement, ce n'est plus la même envie »

C'est comme si tu allais au boulot ?

« Plus ou moins »

C'est un apprentissage, un centre de formation ?

« Oui c'est ça, petit à petit c'est comme ça que tu vois la chose »

Et tu le ressens à quel moment ?

« Plus en deuxième année et encore ça se passait bien, le weekend on gagnait, c'était bien on vivait des bons trucs, on jouait contre Sochaux, Nancy des sacrés clubs, forcément, c'était bien mais c'était pas la même chose qu'avant où on jouait pour s'amuser, c'était pas les mêmes ambitions »

Au niveau scolaire ça se passe comment cette première année ?

« En fait tu as à moins de boulot qu'en lycée normal, je passe mon bac de français, je ne suis pas très littéraire, mais finalement ça s'est bien passé. Au niveau scolaire ça se passe bien »

Tu as des facilités ?

« Oui, après je pense à partir du moment où tu as des difficultés et que tu n'as pas des bases solides, tu peux vite dévier en centre, c'est pas la priorité »

Ce n'est pas la priorité, c'est annoncé comme ça ?

« Non c'est chacun qui peut le vivre comme ça, les coaches vont dire le contraire mais après dans ton inconscient tu te dis que tu es là pour le foot, tu vas en cours parce que tu dois aller en cours parce que tu as des amendes si tu n'y vas pas, tout le monde ne pense pas comme ça mais la plupart c'est ça, on y va on n'écoute pas grand-chose »

Au niveau des relations avec les autres ça se passe bien ?

« Oui je passais bien avec tout le monde, je suis pas trop une grande gueule, je ne foutais pas trop la merde, du coup c'est plus facile, après il y a un peu de bizutage, mais sinon ça se passe bien, comme j'étais en cours avec les plus vieux et que je m'entraînais avec les plus jeunes, je passais bien avec tout le monde »

Et tu étais soutenu avec ta famille ?

« Oui ils avaient droit à un voyage par mois, ça permettait de couper du foot, ça faisait du bien »

Au niveau sportif ça se passait bien ?

« Oui les trois premiers tu as du mal à trouver ton foot, c'est différent tu as du mal à jouer tu es impressionné, mais après ça se passait bien, j'ai joué avec les U17 »

Et comment tu fais pour basculer ?

« Tu prends moins les autres pour des surhumains tu te dis que tu es là ce n'est pas pour rien, après quand tu passes deuxième année, tu vois les autres qui arrivent tu te vois comme quand tu es arrivé, et après ça fait son chemin. Tu fais tes matches le coach doit te mettre en confiance en te disant je ne suis pas là pour rien, j'ai quelques choses à faire. »

Le coach c'est important ?

« Oui, oui c'est important. Les coaches s'étaient de anciens joueurs du professionnel du club, tout le monde se connaissait, Guy roux il passait tout le monde le saluait, il y avait une hiérarchie, même les kinés ils étaient là depuis très longtemps, le préparateur physique il avait fait la ligue des champions, il y avait vraiment une identité club et pour moi c'était important, pour d'autres joueurs ils s'en foutent ils n'ont pas trop ce respect là mais pour moi c'était important »

Comment tu vis cette entrée en centre par rapport au pôle ?

« Là j'ai senti un changement, en pôle on se joue le weekend end entre nous c'est la Bretagne tout le monde se connaît, là j'ai changé carrément d'univers je ne connaissais personne, le niveau c'est autre chose, le centre de formation c'est vraiment une autre ambiance, tu sens que les gens aspirent à être pro c'est un autre niveau »

Il y a des tensions ?

« C'est souvent en fin d'année où il y a les signatures de contrat, moi j'ai un contrat de trois ans aspirant »

Donc là on est en deuxième année ça se passe comment ?

« Là c'est ma meilleure année, je joue en U17 nationaux, les résultats scolaires sont bons, je me sens le petit nouveau, je suis dans le club, je connais du monde, je suis en terminale S, au niveau du foot nickel, je fais une très bonne saison et entre temps à mi-saison il y a un changement de coach et là c'est Johan qui vient avec nous et là ça s'est super bien passé avec lui, c'était une excellente saison je prenais mon pied à jouer, j'étais aux portes de l'équipe de FRANCE sauf qu'à la fin je me blesse, on était une bonne bande de potes, je m'entraînais avec la CFA avec les pros qui descendaient, c'était une autre dimension »

Ça s'est passé comment quand tu t'es blessé ?

« La première fois, c'est arrivé l'été, ça passait, je n'ai pas eu de contre-indication à reprendre, j'ai fait une préparation plus tardive plus adaptée pour moi, après ça s'est bien passé j'ai repris nickel, c'est après la deuxième fois, c'était vraiment plus dur sachant qu'ils avaient gagné la Gambardela cette année-là et que je devais la jouer, c'était facile de vivre par procuration le truc, mais bon après Auxerre ils ont été cool, ils m'ont dit tu n'as pas à te prendre la tête on va te prolonger une année en convention comme j'étais en fin de contrat, tu n'as pas la chance de montrer ce que tu vaudrais »

Comment tu es soutenu à ce moment ?

« Ça correspond à un moment où il y a beaucoup de changement, il y a un nouveau directeur de centre qui ne me connaît pas qui arrive et tous les entraîneurs sont changés, seul Johan est gardé et heureusement, c'est mon soutien. Je rentre chez moi pendant un mois c'est bien, il y a ma famille qui à côté de moi, je n'ai plus mes potes du centre, mais je suis soutenu par ma copine mes copains, ça aide ; Après je retourne au centre je suis motivé, je fais de la kiné deux fois par jour, c'est un peu chiant, les autres vont s'entraîner... »

Et au niveau des études ?

« je n'ai plus d'études, j'ai eu le bac mais malgré mes demandes d'études par correspondance après, le club ne m'a pas suivi, je me concentre que sur le foot et là ça pette. Du coup je me suis concentré sur la kiné mais n'ayant pas de cours à côté et j'étais à l'internat, je ne pouvais pas bouger, c'était vraiment particulier une saison blanche »

Et le coach il te soutient ?

« Oui il prenait des nouvelles régulièrement, il me rassurait pour l'année suivante il essayait de me tenir concerné, ce n'était pas facile »

Tu avais d'autres soutiens ?

« Je me confiais au kiné, mes parents par Skype, et ma copine venait pendant les vacances »

Et ensuite ça se passe comment ?

« Je repars pour une autre année, sauf qu'en juin j'apprends que tous mes potes ne sont pas conservés, mon collègue de chambre et là je me dis ça va être génial, comme je ne m'entendais pas trop avec les autres joueurs, j'ai pris un appart, sauf qu'au foot je n'arrivais pas du tout à retrouver mon niveau, je ne me reconnaissais pas dans le foot, mais pas du tout, je n'arrivais pas à toucher un ballon et là pareil c'était un nouveau coach que je ne connaissais pas »

Tu jouais à quel niveau ?

« Je jouais en U19 nationaux et donc au début comme j'avais un petit passé il me mettait comme capitaine j'étais le plus vieux sur les deux premiers matches, puis après je suis sorti du groupe et je n'ai pas eu cet accompagnement qui m'aurait fait du bien et du coup je me suis enfoncé, je n'y arrivais pas, j'ai été mis sous la touche »

Est-ce que tu as eu du soutien ?

« Non pas du tout, au niveau du club, c'est ça qui m'a dégouté, au niveau du club ce n'était pas humain, c'était à l'opposé de ce que j'avais vécu les deux premières années, il fallait être des machines si tu n'y étais pas tu étais mis sur le côté ; Limite-t-on ne te parlait pas tu n'existais pas. Oui à vivre c'était chaud »

Tu penses que c'est dû au changement ?

« C'est un concours de circonstances et de fil en aiguille tu es tout seul et tu t'enfonces oui c'était super long et tu n'attends qu'une seule chose c'est qu'elle se termine la saison »

Est-ce que tu avais un agent ?

« Non. J'étais tout seul. J'avais ma copine qui était à paris que je voyais le weekend , je pouvais pas aller la voir parce qu'il y avait les matches, ça me faisait plus chier qu'autres choses de jouer, heureusement qu'elle était là j'aurai rompu ma convention autrement, ce que j'ai fait deux mois avant, la saison était tellement longue, je l'avais senti dès le début de saison que ça allait être nul, j'ai senti que je n'allais pas être dans le truc. J'ai voulu retourner à Brest sauf que le club ne m'a pas laissé partir, je leur ai dit que je voulais partir et à partir de ce moment je me suis grillé »

Qui est ce qui t'a soutenu ?

« Ma famille mais ils ne pouvaient pas comprendre, ils ne sont pas confrontés à ça, ils essaient de comprendre, mais il n'y a pas quelqu'un qui peut comprendre ce que tu vis et se mettre à ta place, même mes collègues ils me disaient tu as de la chance d'être là-bas, mais non je ne le vis pas comme ça »

« Ça forge un caractère, je ne vois pas les choses de la même façon, je ne sais pas si j'envisage un avenir dans le foot, ça m'a dégouté vraiment »

« Oui j'ai cassé mon contrat, et là pas d'échanges, sauf avec Johan quand je suis parti »

Puis ensuite tu reviens au stade Brestois et tu fais un essai ?

« Oui mais ce n'était pas facile après cette saison, je n'avais qu'une envie c'est que ça se termine, de partir en vacances, faire autres choses, mais je devais faire un essai à Brest pour la saison suivante. J'ai été pris avec une condition, celle de reprendre les études en même temps »

Comment après Auxerre tu as continué ?

« C'est mes parents qui m'ont dit tu ne peux pas arrêter, ça va te faire bizarre de quitter le monde pro pour arriver directement au monde amateur, tu ne vas pas arrêter le foot totalement »

Tu ne voulais plus pratiquer ?

« Je voulais me mettre à un autre sport carrément, j'en avais marre du foot »

Tu as voulu venir dans ton club amateur direct ?

« Oui parce qu'il allait monter en CFa2 »

Ça s'est passé comment la saison ?

« C'était bien il y avait une bonne ambiance même si pour moi au niveau du foot c'était pas ça, c'était jeune on avait les mêmes centres d'intérêt »

Avec le coach, ça se passait bien ?

« Oui il était sympa de me prendre »

Combien d'entraînement ?

« 6 / semaines »

Le plaisir revient ?

« si si, même si je ne retrouve pas mon niveau, c'est frustrant, mais je compensais par la bonne entente »

Et tu n'as pas été conservé ?

« Non, mais je n'étais pas si déçu que ça, car le foot pro ça s'arrête, mais pas non plus abasourdi, c'était un peu la suite logique »

Et ton arrivée en amateur ?

« Ça se passe bien avec un bon groupe de mec avec qui ça se passe bien, avec un bon niveau et comme il y a moins d'entraînement donc plus de cours et je m'épanouis plus dans mes études, j'arrive à trouver cette équilibre-là, je suis content d'aller à l'entraînement, le weekend, je connais du monde »

Et l'année dernière tu étais en cours et ton projet ?

« J'envisage de continuer mes études jusqu'à la licence après je n'ai pas choisi »

Là tu es parti sur ton projet pro, et la place du foot ?

« J'ai retrouvé du plaisir, j'ai l'impression que ça revient, je ne sais pas si je retrouverai mon niveau. En tout cas le foot ça me plaît, ça ne me dérange pas de faire des heures de déplacement, parce que quand je suis sur le terrain je me sens bien et je me plais avec les autres en dehors du terrain, c'est plus facile. Ça ça peut m'aider à retrouver le niveau, je pense, je ne retrouverai peut-être pas mon niveau, mais ça peut m'aider »

GRAPHE ENTRETIEN A3

| Thèmes | Année des 14 ans | Année des 15 ans | Année des 16 ans | Année des 17 ans | Année des 18 ans | Année des 19 ans | Année des 20 ans |
|---|--------------------------------|--|---|--|---|--|---|
| Carrière sportive | Beaucoup blessé | Sélection U15 Victoire en coupe nationale avec la Bretagne | Niveau national 5 entraînement Une sélection équipe de France | U19 national 8 sélections en équipe de France U17 ¼ de finale en gambardella | U19 national 3 sélections en équipe de France Entraînement en pro tous les matins Quelques matches en CFA2 | Jouer en CFA2 Parcours-en gambardella | Changement d'entraîneur |
| Développement social | Soutien des parents | Soutien des parents | | Bonne relation avec les pairs. | Soutien du coach avec la confiance Les amis sont au foot on est dans une bulle | Pas de relation avec le coach Difficulté avec les partenaires plus vieux Relation avec les pairs du même âge | Entretien avec le coach Plus de plaisir à aller à l'entraînement Plus de jeunes Plus de relations avec les pairs |
| Développement scolaire et professionnel | Très bon résultat en quatrième | 3ème | Bonne année scolaire | Changement de la 1 ^{ère} S à la 1 ^{ère} stmg ; Beaucoup d'absence avec l'équipe de France | Passage du bac ok Prof principal en soutien après les cours. Questionnement sur l'avenir professionnel | Rentrée dans le monde pro | |
| Développement biologique et psychologique | Adolescent | Adolescent | Adolescent | <i>Adolescent</i> | Adolescent | | |
| Ressources financières | | | Contrat aspirant | Contrat aspirant | Contrat aspirant | Contrat professionnel | Contrat professionnel |
| Lieu de vie | Internat | Internat | Centre de formation | Centre de formation | Centre de formation | | |
| Entraîneur | | | Préparation mentale | | Coach expert directeur de centre de formation Apprentissage du haut niveau | | |
| Plaisir | | | Fierté en Allemagne | | | | |
| | | | | Changement de poste | | Objectif | |
| Blessures | | | | | | | |
| Transition normative | | | | | | Passage amateur au monde professionnel | |
| | | Contact avec Rennes visite installation Acteur et décide de rester | | | | Difficulté d'être avec des adultes, | |

GRAPHE ENTRETIEN A4

| Thèmes | Année des 14 ans | Année des 15 ans | Année des 16 ans | Année des 17 ans | Année des 18 ans | Année des 19 ans | Année des 20 ans |
|---|--------------------------------|--|---|--|---|--|---|
| Carrière sportive | Beaucoup blessé | Sélection U15 Victoire en coupe nationale avec la Bretagne | Niveau national 5 entraînement Une sélection équipe de France | U19 national 8 sélections en équipe de France U17 ¼ de finale en gambardella | U19 national 3 sélections en équipe de France Entraînement en pro tous les matins Quelques matches en CFA2 | Jouer en CFA2 Parcours-en gambardella | Changement d'entraîneur |
| Développement social | Soutien des parents | Soutien des parents | | Bonne relation avec les pairs. | Soutien du coach avec la confiance Les amis sont au foot on est dans une bulle | Pas de relation avec le coach Difficulté avec les partenaires plus vieux Relation avec les pairs du même âge | Entretien avec le coach Plus de plaisir à aller à l'entraînement Plus de jeunes Plus de relations avec les pairs |
| Développement scolaire et professionnel | Très bon résultat en quatrième | 3ème | Bonne année scolaire | Changement de la 1 ^{ère} S à la 1 ^{ère} stmg ; Beaucoup d'absence avec l'équipe de France | Passage du bac ok Prof principal en soutien après les cours. Questionnement sur l'avenir professionnel | Rentrée dans le monde pro | |
| Développement biologique et psychologique | Adolescent | Adolescent | Adolescent | <i>Adolescent</i> | Adolescent | | |
| Ressources financières | | | Contrat aspirant | Contrat aspirant | Contrat aspirant | Contrat professionnel | Contrat professionnel |
| Lieu de vie | Internat | Internat | Centre de formation | Centre de formation | Centre de formation | | |
| Entraîneur | | | Préparation mentale | | Coach expert directeur de centre de formation Apprentissage du haut niveau | | |
| Plaisir | | | Fierté en Allemagne | | | | |
| | | | | Changement de poste | | Objectif | |
| Blessures | | | | | | | |
| Transition normative | | | | | | Passage amateur au monde professionnel | |
| Transition non normative | | | | | | | Ne joue pas, subit |
| | | Contact avec Rennes visite installation Acteur et décide de rester | | | | Difficulté d'être avec des adultes, | |

Annexe 4

| Activité | Du début de la pratique au U13 |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | J'aime jouer au foot avec mes amis Mes parents m'accompagnent au foot Mon Père pratique le football |
| Performance et entraînement | Je débute le football à 5ans Je fais 2 entrainements par semaine + un match Je suis repéré par un club professionnel à 12 ans Je signe un contrat de non sollicitation avec le club professionnel Je passe le concours du pôle espoir Ceux sont les parents qui sont entraîneurs. On fait de bons résultats dans les tournois |
| Lieu de vie | Je vis chez mes parents |
| La vie scolaire et pro | Je suis un bon élève, j'ai Un an d'avance |
| Le plaisir, la motivation | J'ai beaucoup de plaisir de pratiquer avec mes amis et en famille Je suis fier de signer un contrat |
| Les difficultés | RAS |

| Activité | Mes années en pôle espoir |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | Je m'entends bien avec les footballeurs du pôle. Mes parents me soutiennent dans mon projet Dans mon club, j'ai un entraîneur qui me donne envie de jouer au football. |
| Performance et entraînement | Je joue au plus haut niveau régional. Je fais cinq entrainements par semaine |
| Lieu de vie | Je suis en internat au Pôle espoir |
| La vie scolaire et pro | Je fais ma première année au collège En deuxième année je suis en seconde au lycée J'ai de bons résultats |
| Le plaisir, la motivation | J'ai du plaisir à pratiquer le football. J'aime aller au lycée, pour sortir du milieu foot. |
| Les difficultés | Au pôle espoir, nous rencontrons des tensions avec les autres élèves du collège |

| Activité | Mon entrée en centre de formation |
|-----------------------------|---|
| Les soutiens | Je m'entends bien avec mon partenaire en chambre Je m'entends bien avec les entraîneurs Mes parents me soutiennent face à l'éloignement, ils viennent tous les mois J'aime les valeurs du club |
| Performance et entraînement | Je joue au Niveau national Je fais 8 entraînement par semaine + le match Je signe un contrat de stagiaire |
| Lieu de vie | Je suis en centre de formation |
| La vie scolaire et pro | J'ai des cours au centre de formation avec des classes réduites Je suis en première, je passe mon bac de français |
| Le plaisir, la motivation | J'ai un plaisir différent dans la pratique Je ressens vraiment que l'objectif final en centre est de devenir pro |
| Les difficultés | J'ai des difficultés dues au changement de rythme et d'intensité à l'entraînement en début de saison J'ai moins de vacances Je ressens le changement de pratique ; Je rentre dans l'univers professionnel Je ressens l'éloignement au début puis je trouve mon rythme |

| Activité | Deuxième année en centre |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | Je m'entends bien avec mon entraîneur et avec les joueurs du centre |
| Performance et entraînement | Je joue en National Je suis pressenti en équipe de France. On fait une bonne saison avec l'équipe Je m'entraîne avec les pros Je signe un contrat de stagiaire |
| Lieu de vie | Je suis en centre de formation |
| La vie scolaire et pro | Je suis en Terminale S et j'ai mon bac avec mention assez bien |
| Le plaisir, la motivation | J'ai du plaisir à l'entraînement et en compétition |
| Les difficultés | J'ai une blessure en fin de saison |

| Activité | Troisième année en centre |
|-----------------------------|---|
| Les soutiens | Mon entraîneur prend de mes nouvelles Je rentre après mon opération chez mes parents J'échange avec les kinés sur mes difficultés. Je vois souvent ma copine |
| Performance et entraînement | Je me blesse en novembre : récidive Je fais une mauvaise saison sportive Je suis en fin de contrat. Le club me propose une convention |
| Lieu de vie | Je suis en centre de formation |
| La vie scolaire et pro | Je fais une Demande de cours par correspondance qui est refusée |
| Le plaisir, la motivation | |
| Les difficultés | Je reviens après ma blessure. Je ne fais pas d'études, Je subis l'éloignement et je me sens isolé. |

| Activité | Quatrième année à Auxerre |
|-----------------------------|---|
| Les soutiens | Je vois souvent ma copine J'ai le soutien de mon entraîneur que j'avais en U17 Mes parents et mes amis me soutiennent mais ne comprennent pas mes difficultés |
| Performance et entraînement | Je ne retrouve pas mon niveau Je suis mis à l'écart |
| Lieu de vie | Je vis en appartement |
| La vie scolaire et pro | J'ai une convention avec le club Je ne fais pas d'études |
| Le plaisir, la motivation | |
| Les difficultés | Je n'ai plus de soutien de la part du club. Il y a un changement de directeur de centre et d'entraîneurs. Je me retrouve isolé et dans l'incompréhension |

| Activité | Retour à Brest |
|-----------------------------|---|
| Les soutiens | Mes parents me motivent à essayer dans un nouveau club pro Je m'entends bien avec les joueurs de mon équipe Je vois souvent ma copine |
| Performance et entraînement | Je change de club pro. Je reviens dans la région Je joue en championnat National J'ai Six entraînements par semaines Je n'ai pas de bonnes performances |
| Lieu de vie | Je vis chez mes parents |
| La vie scolaire et pro | Je reprends mes études à l'université en licence scientifique |
| Le plaisir, la motivation | Je retrouve du plaisir avec les joueurs |
| Les difficultés | Je ne retrouve pas mon niveau J'ai une perte de motivation de la pratique en monde pro |

| Activité | Retour en amateur |
|-----------------------------|--|
| Les soutiens | Je m'entends bien avec les joueurs de mon équipe |
| Performance et entraînement | J'ai 4 entraînement /semaine Je joue au plus haut niveau régional |
| Lieu de vie | Je vis chez mes parents |
| La vie scolaire et pro | Deuxième année de licence |
| Le plaisir, la motivation | Je retrouve progressivement son niveau |
| Les difficultés | Je me questionne pour retrouver le niveau |

Annexe 5

| Période | Verbatim |
|--------------------------|--|
| Arrivée au centre | <p>« Je ne suis pas stagiaire je suis aspirant professionnel et ça dure trois ans et la suite logique c'est stagiaire pro »</p> <p>« La première année, c'est l'émerveillement de voir les pros, quand tu les voyais, tu sentais vraiment le monde pro, mais ce qui était bien à Auxerre c'est que c'était vraiment humain, il n'en faisait pas tout un plat, c'était pas une usine c'était tu évolues comme tu sens, et c'était ça qui était bien et la première année c'était vraiment l'émerveillement »</p> <p>« On est par catégorie tout est centralisé, il y a le terrain de la CFA, quand tu passes tu vois la CFA s'entraîner, là faudrait que tu y ailles »</p> <p>« Oui c'est ça, tu te dis-tu sens vraiment que c'est là qu'il faut devenir professionnel, tu sens que la barrière se réduit entre guillemets, entre pro et pas pro »</p> <p>« C'est un émerveillement, c'est très positif, et du coup tu gardes plaisir à jouer au foot, et puis tu joues avec des bons joueurs »</p> <p>« Je suis super content d'être là, et je me dis que pour moi c'est que du bonheur, ça me permet de côtoyer des joueurs et même ça me fait oublier l'éloignement des parents, tu te dis c'est top c'est ce que je veux faire et puis voilà »</p> <p>« Les vacances tu compares avec ceux qui en ont »</p> <p>« Pour les vacances à chaque fois que je revenais, je n'avais pas de jours fériés pas de vacances te quand tu reviens l'été, j'avais le bac de français, ça se finissait le 25 juin et tu repartais le 12 juillet, tu avais un peu plus de deux semaines de vacances. En gros quand tu repartais tous tes potes ils allaient à la plage et toi tu repartais à Auxerre »</p> <p>« J'essayais de profiter au maximum et forcément quand tu repartais tu avais le coup de mou, et après une fois que tu es là-bas tu te dis que ce n'est pas mal non plus »</p> <p>« Tu te dis que tu sais pourquoi tu vas là-bas tu as signé pour trois ans pour devenir pro et tu acceptes de repartir »</p> <p>« C'est la carotte du pro qui me fait repartir, en plus il y a mon collègue de chambre, on s'entendait bien sur le moment c'est dur de repartir parce que c'est les vacances, puis une fois que tu es arrivé là-bas tu te dis j'ai la carotte d'être footballeur et peut-être qu'après j'aurais plus de facilité que mes collègues qui sont en vacances »</p> <p>« Le changement de rythme, c'était surtout par rapport à la charge d'entraînement, je me suis fait un première blessure pas grand-chose deux semaines d'arrêt mais c'est peut-être une blessure qui m'a coûté une sélection en équipe de France, mais tu te dis j'ai mal au genou et c'est l'autre arrière gauche qui part en équipe de France »</p> <p>« je ne le vis pas mal parce qu'au final, tu vois les kinés, au final la pilule passe mieux parce que tu es pris en charge par un pôle médical quand même performant, du coup je découvre, finalement la blessure tu te dis c'est pas grave ça fait partie du truc, je vais revenir... »</p> <p>« Le kiné c'était un breton, forcément ils étaient super sympa, tu n'es pas le seul il y a un nombre de blessés (E5) »</p> |
| Deuxième année en centre | <p>« En fait le coach de la CFa, il vient avec nous »</p> <p>« Au début je suis un cadre de l'équipe, c'est naturel de bien s'entendre avec son coach et lui par la suite tu te rends compte, c'est ce que tu attends d'un coach, il a les mêmes valeurs que toi et c'est ce que tu vis il te connaît »</p> <p>« lui ses valeurs, c'est un footballeur de l'ancien temps, ce que j'aime bien, c'est pas du tout l'argent, c'est l'humain. C'est la famille, si tu veux rentrer chez toi on peut s'arranger, il comprenait bien ça, mais à cette époque-là la plupart des coachs étaient comme ça »</p> |

| | |
|---------------------------|---|
| | « pour moi c'est ce qu'il avait, je me reconnaissais en lui » |
| Troisième année en centre | <p>« Je me fais opéré en décembre, je joue octobre novembre et c'est là qu'il me fait jouer latéral gauche, j'étais titulaire »</p> <p>« je n'ai plus d'études »</p> <p>« Fin Novembre ils comprennent que ma saison est finie, du coup au lieu de me laisser dans le doute, ils me proposent fin de Novembre de me prolonger, parce que tu n'as pas pu faire tes preuves » donc ça s'est bien (E6) »</p> <p>« là c'est particulier parce que du coup le foot ça prend un coup, tu es dans la salle de kiné et tu ne joues pas, tu vois les autres réussir, gagner la gambardella par exemple, mais toi du coup tu es sur le bord de la touche, du coup le plaisir c'est compliqué »</p> <p>« là j'ai du mal, pas comme une injustice parce que personne n'y peut rien, mais du coup pourquoi moi, parce que quand on m'opère on m'explique que j'avais 0,1 % de chance que je récidive, là je me dis pourquoi, c'est abusé, je faisais quand même une bonne saison j'étais bien après je ne sais pas ce qui se serait passé, et là du coup tu as le sentiment que tu n'y peux rien que c'est ton sort et que c'est la fatalité et tu l'acceptes tu as quand même du mal à revenir et à garder la motivation, là j'ai envie d'arrêter, du coup je veux rentrer chez moi, ça sert à rien que je sois là »</p> <p>«tu perds pas la foi de revenir entre guillemets, mais ça s'éloigne, du coup j'ai du revenir en Avril, la saison est terminée. Du coup tu te dis que tu peux revenir tu te rappelles de ce que tu as fait avant tu te dis pourquoi pas, pourquoi pas mais après c'est quand tu reviens vraiment, tu te dis comme pour la première fois, mais là j'avais arrêté moins longtemps, et là tu reviens et tu te dis ça va être long, ça va être très long, quand tu arrives sur le terrain tu n'as plus de condition physique, tu as beau faire des 15"15" tu n'as plus de condition physique, techniquement c'est compliqué tu ne retrouves pas tes repères c'est compliqué les sensations, c'est là que tu te dis ça va être long et Je ne sais pas si je vais retrouver mon niveau »</p> <p>« Je me dis je vais tout faire pour retrouver mon niveau, je me dis on verra bien, par contre pendant la blessure j'ai su que mon pote de chambre n'était pas gardé et du coup tu te dis c'est comme ça, tu sais pas trop comment ça va être dur c'est des coups comme ça (E2) »</p> <p>« J'ai toujours ma famille (E1) c'est sûr, ma copine je la vois plus souvent, mais à la limite ma copine (E4) ce n'est pas forcément un bon soutien pas par rapport à elle, parce que tu as envie de plus la voir, du coup tu n'as plus envie de repartir là-bas après ce n'est pas de sa faute, c'est un lien c'est pas comme la famille la copine tu as vraiment envie de la voir, ça peut fausser ton envie de repartir là-bas »</p> <p>« Après au niveau des collègues,(E2) je n'étais pas avec eux pendant un an, l'équipe s'est soudée, c'est la vie d'équipe, tu réintègres avec eux tu n'es plus forcément dans le coup, après il y a tout ça qui rentre en compte »</p> <p>« il m'aurait fallu un entente avec le groupe, j'étais tout le temps avec les kinés (E5), et là tu reviens et tu as du mal à jouer au foot, du coup c'est particulier de se réintégrer dans l'équipe (E2) »</p> <p>« je suis sorti du groupe contre mon gré, je n'ai plus trop d'attaches au club, tu te rends plus compte de l'éloignement de la famille et des autres et tu te dis que peut être que je serai mieux avec mes potes à Brest (E3), je n'aurais pas le foot mais je serai mieux avec mes potes, comme tu n'as pas d'attaches tu ressens plus l'éloignement de la famille (E1)»</p> |
| Quatrième année à Auxerre | « Je ne suis pas quelqu'un qui extériorise, du coup je ne parle pas trop, j'encaisse, j'encaisse et à un moment ça sort, en fait c'est difficile pour eux de comprendre, en fait personne ne peut comprendre ce que tu vis, parce que c'est une situation assez particulière, après j'en parlais pas trop, même avec ma copine j'en parlais pas trop, parce que déjà c'est le fait qu'ils ne comprennent pas, et je n'ai pas envie de leur dire toutes |

| | |
|----------------|--|
| | <p>mes difficultés et tout ça, ouais c'est des difficultés particulières, c'est un environnement particulier, je pense qu'il ne pouvait pas comprendre ce que je ressentais »</p> <p>« Du coup je ne retrouve pas mon niveau, je ne joue plus en U19 nationaux je suis mis à l'écart, je ne fais pas d'études et du coup le nouveau directeur de centre pour moi c'est là où ça collait pas, il n'avait pas du tout ces valeurs-là, lui on devait être des machines et l'aspect humain c'était un détail »</p> <p>« Pour moi quand je dis machine, c'est qu'il gère son centre de formation comme il gère une usine, pour lui on est blessé tu dégages et si tu reviens et tu es blessé tu dégages »</p> <p>« Il prend pas tout ce qui il y a autour, pourquoi tu n'es pas bon, pourquoi tu te blesses, il va prendre l'équipe et il nous parle comme si on était des chiens, et c'est là que je me suis dit c'est affreux »</p> <p>« Là vraiment je suis laissé tout seul, mais j'ai encore le coach que j'avais en U17(E6), mais lui aussi il était un peu, je ne sais pas, je ne peux pas parler pour lui, mais il était bouffé par le système, il était coach adjoint de celui-là, il ne pouvait pas trop prendre parti pour un joueur parce qu'i avait son boulot derrière, c'était particulier comme situation, et de l'autre côté j'avais le coach des U19(E6) qui était nouveau et lui c'était un peu double jeu des fois tu sentais qu'il n'était pas d'accord avec ce qui se passait au-dessus mais il ne faisait rien contre »</p> <p>« Après quand j'allais lui parler, il avait un double discours, en fait je me suis dit qu'on me prenait un peu pour un con et puis je n'étais pas tout seul dans ce cas-là, finir comme ça... »</p> <p>« En ayant plus de temps plus de compréhension en ayant plus un environnement favorable, j'aurais peut-être pu retrouver mon niveau après je ne sais pas trop »</p> <p>« J'ai voulu aller trop vite, j'étais frustré contre moi-même et je ne prenais pas le temps de récupérer étape par étape, c'est peut-être ça aussi et c'est plutôt l'aspect extra sportif qui fait que j'ai plus trop d'équilibre tu perds tes repères, j'ai plus de cours, tu perds tes collègues dans l'équipe, c'est peut-être pour ça que je n'ai pas forcément envie de retrouver mon niveau, inconsciemment je me dis l'année elle est pourrie elle est longue, vivement qu'elle soit terminée et que je rentre chez moi. »</p> <p>« Il y a plus ça aussi c'est que j'ai subi l'année, ça va être long, ça va être très long, et tu n'as qu'une hâte c'est de partir, d'ailleurs je suis parti deux mois avant la fin de mon contrat, je suis allé leur demander, on s'est arrangé à l'amiable et je suis rentré. Et là c'était la délivrance, de sortir de ça »</p> <p>« C'est là que tu te dis ça bascule entre l'envie d'être pro, c'est là que tu lâches. Tu te dis finalement ce n'est pas ce que j'ai envie de faire. Tu vois une autre facette du métier, tu perds ton équilibre tu perds tout, tu e dis vivement que je rentre retrouver ma vie entre guillemets »</p> <p>« Les études c'est l'équilibre, parce que là il y a le foot le foot rien que le foot et en fait quand le foot ça ne va pas, c'est ta vie qui ne va pas parce qu'en fait ta vie c'est le foot »</p> <p>« En fait si tu as l'école, tu peux te rattacher à ça et en fait tu peux t'éloigner un peu du foot, je pense que ça aurait été différent s'il y avait eu les études »</p> |
| Retour à Brest | <p>« C'est important la copine, ça change beaucoup de choses(E4) »</p> <p>« En fait quand je reviens à Brest j'ai un équilibre qui se reforme, les joueurs du club(E2), la famille(E1) même le coach(E5), tout ça ça allait bien, après c'est juste l'aspect sportif pur et dur là je ne retrouvais pas mon niveau, j'étais pas bon je ne faisais pas de bonnes perf, c'était juste l'aspect sportif, et ça me fait dire que c'est pas trop ce que je veux faire, déjà je n'ai plus le niveau donc je ne peux plus le faire et je n'ai plus trop envie de le faire, après quand tu es bon tu as envie de le faire, mais quand tu n'es pas bon tu n'as pu envie de faire ça en sachant que quand</p> |

| | | | |
|-------------------|---|------------------------|---------------------------|
| | <p>tu n'es pas bon tu peux vivre des moments comme ça ou c'est compliqué, tu n'es pas forcément heureux dans ton sport, c'est plus ça. Tout le reste ça allait, c'est juste l'aspect sportif, je pense que je ne peux plus être pro ... du coup je peux pu être pro »</p> <p>«À l'entraînement j'avais du plaisir avec les copains(E2) ça chambre.. Mais après tu as le plaisir d'être sur le terrain, le plaisir de faire un bon contrôle, d'être bon, ouais ça je prenais du plaisir à l'entraînement avec les potes(E2) mais pas de plaisir sur le terrain, parce que je trouvais moi que je ne faisais pas de bons matches sachant ce que je pouvais faire avant. Du coup ce plaisir tu ne le retrouves plus. Quand tu as pris du plaisir à faire une percée dans la défense et que tu n'arrives plus à le faire et que tu ne le fais plus, tu ne retrouves plus ce même plaisir, et là tu dissocies le plaisir d'être avec des gens que tu aimes bien et le plaisir sur le terrain la perf »</p> | | |
| Retour en amateur | <p>« Je n'ai plus trop l'espoir de retrouver, le plus haut niveau ou j'ai joué il est derrière moi, personnellement ; Là ce que je cherche c'est d'être le meilleur possible sur le terrain, le meilleur possible. Cette année il y a un objectif de montée, et je me dis que même si je ne suis pas bon mais si on gagne ce n'est pas grave. Avant on pouvait gagner un match 5 à 0, mais si j'avais été nul je n'étais pas content. Là maintenant i y a tout ce qui est aspect équipe machin c'est plus pour l'équipe, même si je suis nul à chier et que je sauve un but sur ma ligne et que l'on gagne 1 à 0 là je vais être content, là mon niveau personnel je pense qu'il est derrière moi, je pense plus à l'équipe.</p> <p>« Quand tu es au centre ou même à Brest, tu es dans le monde pro, tu es jugé sur ta performance indiv, tu auras beau gagné tous les matches si tu n'es pas celui qui est le meilleur tu ne passeras pas la barrière »</p> <p>« La quatrième année je n'ai plus envie d'être professionnel, du coup c'est là que j'ai lâché. Même quand tu es blessé tu as toujours la carotte de devenir pro tu ne sais pas que tu n'es pas bon et du coup tu ne joues pas tu te dis que tu as toujours ton niveau, c'est après quand tu commences à rejouer la saison d'après et que tu vois que tu n'es pas bon que tu es mis de côté, finalement j'arrête tout ça, c'est plus ce que je veux faire »</p> <p>« Après tu as les kinés, ils ne peuvent pas accompagner chaque joueur, après ils étaient quand même à l'écoute, si j'avais un moment de moins bien je pouvais aller les voir, mais après l'accompagnement c'est auprès des collègues et du staff, l'entraîneur c'est lui qui va te faire passer pro c'est pas le kiné. Du coup si l'entraîneur te rassure c'est bon tu vas retrouver le niveau, pas de soucis ne te presse pas, là c'est différent que si il te calcule pas, il prend son équipe et il te dit tu as intérêt à tout faire si tu veux jouer dans cette équipe. Il n'y a pas vraiment d'accompagnement personnalisé tout ce qui se passe autour ils s'en foutent »</p> <p>« En gros il a son équipe que tu te sois blessé, j'extrapole, que ta grand-mère soit décédée on s'en fout, je te prends dans mon équipe et si tu n'es pas bon le match d'après je ne te prends pas, c'était plus ce discours-là, ça me correspondait moins »</p> <p>« Il me connaissait parce que je suis allé le voir, il savait que j'avais un potentiel mais il ne faisait pas trop attention parce que du coup il y avait le directeur qui avait son point de vue, on est des machines etc...</p> | | |
| L'environnement | Motivation extrinsèque | Motivation intrinsèque | Adaptation psychologiques |

ANNEXE 6

| Période | verbatim |
|--------------------------|---|
| Arrivée au centre | <p>« Je ne suis pas stagiaire je suis aspirant professionnel et ça dure trois ans et la suite logique c'est stagiaire pro »</p> <p>« La première année, c'est l'émerveillement de voir les pros, quand tu les voyais, tu sentais vraiment le monde pro, mais ce qui était bien à Auxerre c'est que c'était vraiment humain, il n'en faisait pas tout un plat, c'était pas une usine c'était tu évolues comme tu sens, et c'était ça qui était bien et la première année c'était vraiment l'émerveillement »</p> <p>« On est par catégorie tout est centralisé, il y a le terrain de la CFA, quand tu passes tu vois la CFA s'entraîner, là faudrait que tu y ailles »</p> <p>« Oui c'est ça, tu te dis-tu sens vraiment que c'est là qu'il faut devenir professionnel, tu sens que la barrière se réduit entre guillemets, entre pro et pas pro »</p> <p>« C'est un émerveillement, c'est très positif, et du coup tu gardes plaisir à jouer au foot, et puis tu joues avec des bons joueurs »</p> <p>« Je suis super content d'être là, et je me dis que pour moi c'est que du bonheur, ça me permet de côtoyer des joueurs et même ça me fait oublier l'éloignement des parents, tu te dis c'est top c'est ce que je veux faire et puis voilà »</p> <p>« Les vacances tu compares avec ceux qui en ont »</p> <p>« Pour les vacances à chaque fois que je revenais, je n'avais pas de jours fériés pas de vacances te quand tu reviens l'été, j'avais le bac de français, ça se finissait le 25 juin et tu repartais le 12 juillet, tu avais un peu plus de deux semaines de vacances. En gros quand tu repartais tous tes potes ils allaient à la plage et toi tu repartais à Auxerre »</p> <p>« J'essayais de profiter au maximum et forcément quand tu repartais tu avais le coup de mou, et après une fois que tu es là-bas tu te dis que ce n'est pas mal non plus »</p> <p>« Tu te dis que tu sais pourquoi tu vas là-bas tu as signé pour trois ans pour devenir pro et tu acceptes de repartir »</p> <p>« C'est la carotte du pro qui me fait repartir, en plus il y a mon collègue de chambre, on s'entendait bien sur le moment c'est dur de repartir parce que c'est les vacances, puis une fois que tu es arrivé là-bas tu te dis j'ai la carotte d'être footballeur et peut-être qu'après j'aurais plus de facilité que mes collègues qui sont en vacances »</p> <p>« Le changement de rythme, c'était surtout par rapport à la charge d'entraînement, je me suis fait un première blessure pas grand-chose deux semaines d'arrêt mais c'est peut-être une blessure qui m'a coûté une sélection en équipe de France, mais tu te dis j'ai mal au genou et c'est l'autre arrière gauche qui part en équipe de France »</p> <p>« je ne le vis pas mal parce qu'au final, tu vois les kinés, au final la pilule passe mieux parce que tu es pris en charge par un pôle médical quand même performant, du coup je découvre, finalement la blessure tu te dis c'est pas grave ça fait partie du truc, je vais revenir... »</p> <p>« Le kiné c'était un breton, forcément ils étaient super sympa, tu n'es pas le seul il y a un nombre de blessés »</p> |
| Deuxième année en centre | <p>« En fait le coach de la CFA, il vient avec nous »</p> <p>« Au début je suis un cadre de l'équipe, c'est naturel de bien s'entendre avec son coach et lui par la suite tu te rends compte, c'est ce que tu attends d'un coach, il a les mêmes valeurs que toi et c'est ce que tu vis il te connaît »</p> |

| | |
|---------------------------|--|
| | <p>« lui ses valeurs, c'est un footballeur de l'ancien temps, ce que j'aime bien, c'est pas du tout l'argent, c'est l'humain. C'est la famille, si tu veux rentrer chez toi on peut s'arranger, il comprenait bien ça, mais à cette époque-là la plupart des coachs étaient comme ça »</p> <p>« pour moi c'est ce qu'il avait, je me reconnaissais en lui »</p> |
| Troisième année en centre | <p>« Je me fais opéré en décembre, je joue octobre novembre et c'est là qu'il me fait jouer latéral gauche, j'étais titulaire »</p> <p>« je n'ai plus d'études »</p> <p>« Fin Novembre ils comprennent que ma saison est finie, du coup au lieu de me laisser dans le doute, ils me proposent fin de Novembre de me prolonger, parce que tu n'as pas pu faire tes preuves » donc ça s'est bien »</p> <p>« là c'est particulier parce que du coup le foot ça prend un coup, tu es dans la salle de kiné et tu ne joues pas, tu vois les autres réussir, gagner la gambardella par exemple, mais toi du coup tu es sur le bord de la touche, du coup le plaisir c'est compliqué »</p> <p>« là j'ai du mal, pas comme une injustice parce que personne n'y peut rien, mais du coup pourquoi moi, parce que quand on m'opère on m'explique que j'avais 0,1 % de chance que je récidive, là je me dis pourquoi, c'est abusé, je faisais quand même une bonne saison j'étais bien après je ne sais pas ce qui se serait passé, et là du coup tu as le sentiment que tu n'y peux rien que c'est ton sort et que c'est la fatalité et tu l'acceptes tu as quand même du mal à revenir et à garder la motivation, là j'ai envie d'arrêter, du coup je veux rentrer chez moi, ça sert à rien que je sois là »</p> <p>«tu perds pas la foi de revenir entre guillemets, mais ça s'éloigne, du coup j'ai du revenir en Avril, la saison est terminée. Du coup tu te dis que tu peux revenir tu te rappelles de ce que tu as fait avant tu te dis pourquoi pas, pourquoi pas mais après c'est quand tu reviens vraiment, tu te dis comme pour la première fois, mais là j'avais arrêté moins longtemps, et là tu reviens et tu te dis ça va être long, ça va être très long, quand tu arrives sur le terrain tu n'as plus de condition physique, tu as beau faire des 15"15" tu n'as plus de condition physique, techniquement c'est compliqué tu ne retrouves pas tes repères c'est compliqué les sensations, c'est là que tu te dis ça va être long et Je ne sais pas si je vais retrouver mon niveau »</p> <p>« Je me dis je vais tout faire pour retrouver mon niveau, je me dis on verra bien, par contre pendant la blessure j'ai su que mon pote de chambre n'était pas gardé et du coup tu te dis c'est comme ça, tu sais pas trop comment ça va être dur c'est des coups comme ça »</p> <p>« J'ai toujours ma famille c'est sûr, ma copine je la vois plus souvent, mais à la limite ma copine ce n'est pas forcément un bon soutien pas par rapport à elle, parce que tu as envie de plus la voir, du coup tu n'as plus envie de repartir là-bas après ce n'est pas de sa faute, c'est un lien c'est pas comme la famille la copine tu as vraiment envie de la voir, ça peut fausser ton envie de repartir là-bas »</p> <p>« Après au niveau des collègues, je n'étais pas avec eux pendant un an, l'équipe s'est soudée, c'est la vie d'équipe, tu réintègres avec eux tu n'es plus forcément dans le coup, après il y a tout ça qui rentre en compte »</p> <p>« il m'aurait fallu un entente avec le groupe, j'étais tout le temps avec les kinés, et là tu reviens et tu as du mal à jouer au foot, du coup c'est particulier de se réintégrer dans l'équipe »</p> <p>« je suis sorti du groupe contre mon gré, je n'ai plus trop d'attaches au club, tu te rends plus compte de l'éloignement de la famille et des autres et tu te dis que peut être que je serai mieux avec mes potes à Brest, je n'aurais pas le foot mais je serai mieux avec mes potes, comme tu n'as pas d'attaches tu ressens plus l'éloignement de la famille »</p> |

| | |
|----------------------------------|---|
| <p>Quatrième année à Auxerre</p> | <p>« Je ne suis pas quelqu'un qui extériorise, du coup je ne parle pas trop, j'encaisse, j'encaisse et à un moment ça sort, en fait c'est difficile pour eux de comprendre, en fait personne ne peut comprendre ce que tu vis, parce que c'est une situation assez particulière, après j'en parlais pas trop, même avec ma copine j'en parlais pas trop, parce que déjà c'est le fait qu'ils ne comprennent pas, et je n'ai pas envie de leur dire toutes mes difficultés et tout ça, ouais c'est des difficultés particulières, c'est un environnement particulier, je pense qu'il ne pouvait pas comprendre ce que je ressentais »</p> <p>« Du coup je ne retrouve pas mon niveau, je ne joue plus en U19 nationaux je suis mis à l'écart, je ne fais pas d'études et du coup le nouveau directeur de centre pour moi c'est là où ça collait pas, il n'avait pas du tout ces valeurs-là, lui on devait être des machines et l'aspect humain c'était un détail »</p> <p>« Pour moi quand je dis machine, c'est qu'il gère son centre de formation comme il gère une usine, pour lui on est blessé tu dégages et si tu reviens et tu es blessé tu dégages »</p> <p>« Il prend pas tout ce qui il y a autour, pourquoi tu n'es pas bon, pourquoi tu te blesses, il va prendre l'équipe et il nous parle comme si on était des chiens, et c'est là que je me suis dit c'est affreux »</p> <p>« Là vraiment je suis laissé tout seul, mais j'ai encore le coach que j'avais en U17, mais lui aussi il était un peu, je ne sais pas, je ne peux pas parler pour lui, mais il était bouffé par le système, il était coach adjoint de celui-là, il ne pouvait pas trop prendre parti pour un joueur parce qu'i avait son boulot derrière, c'était particulier comme situation, et de l'autre côté j'avais le coach des U19 qui était nouveau et lui c'était un peu double jeu des fois tu sentais qu'il n'était pas d'accord avec ce qui se passait au-dessus mais il ne faisait rien contre »</p> <p>« Après quand j'allais lui parler, il avait un double discours, en fait je me suis dit qu'on me prenait un peu pour un con et puis je n'étais pas tout seul dans ce cas-là, finir comme ça... »</p> <p>« En ayant plus de temps plus de compréhension en ayant plus un environnement favorable, j'aurais peut-être pu retrouver mon niveau après je ne sais pas trop »</p> <p>« J'ai voulu aller trop vite, j'étais frustré contre moi-même et je ne prenais pas le temps de récupérer étape par étape, c'est peut-être ça aussi et c'est plutôt l'aspect extra sportif qui fait que j'ai plus trop d'équilibre tu perds tes repères, j'ai plus de cours, tu perds tes collègues dans l'équipe, c'est peut-être pour ça que je n'ai pas forcément envie de retrouver mon niveau, inconsciemment je me dis l'année elle est pourrie elle est longue, vivement qu'elle soit terminée et que je rentre chez moi. »</p> <p>« Il y a plus ça aussi c'est que j'ai subi l'année, ça va être long, ça va être très long, et tu n'as qu'une hâte c'est de partir, d'ailleurs je suis parti deux mois avant la fin de mon contrat, je suis allé leur demander, on s'est arrangé à l'amiable et je suis rentré. Et là c'était la délivrance, de sortir de ça »</p> <p>« C'est là que tu te dis ça bascule entre l'envie d'être pro, c'est là que tu lâches. Tu te dis finalement ce n'est pas ce que j'ai envie de faire. Tu vois une autre facette du métier, tu perds ton équilibre tu perds tout, tu e dis vivement que je rentre retrouver ma vie entre guillemets »</p> <p>« Les études c'est l'équilibre, parce que là il y a le foot le foot rien que le foot et en fait quand le foot ça ne va pas, c'est ta vie qui ne va pas parce qu'en fait ta vie c'est le foot »</p> <p>« En fait si tu as l'école, tu peux te rattacher à ça et en fait tu peux t'éloigner un peu du foot, je pense que ça aurait été différent s'il y avait eu les études »</p> |
| <p>Retour à Brest</p> | <p>« C'est important la copine, ça change beaucoup de choses »</p> |

| | |
|-------------------|--|
| | <p>« En fait quand je reviens à Brest j'ai un équilibre qui se reforme, les joueurs du club, la famille même le coach, tout ça ça allait bien, après c'est juste l'aspect sportif pur et dur là je ne retrouvais pas mon niveau, j'étais pas bon je ne faisais pas de bonnes perf, c'était juste l'aspect sportif, et ça me fait dire que c'est pas trop ce que je veux faire, déjà je n'ai plus le niveau donc je ne peux plus le faire et je n'ai plus trop envie de le faire, après quand tu es bon tu as envie de le faire, mais quand tu n'es pas bon tu n'as pu envie de faire ça en sachant que quand tu n'es pas bon tu peux vivre des moments comme ça ou c'est compliqué, tu n'es pas forcément heureux dans ton sport, c'est plus ça. Tout le reste ça allait, c'est juste l'aspect sportif, je pense que je ne peux plus être pro ... du coup je peux pu être pro »</p> <p>«À l'entraînement j'avais du plaisir avec les copains ça chambre. Mais après tu as le plaisir d'être sur le terrain, le plaisir de faire un bon contrôle, d'être bon, ouais ça je prenais du plaisir à l'entraînement avec les potes mais pas de plaisir sur le terrain, parce que je trouvais moi que je ne faisais pas de bons matches sachant ce que je pouvais faire avant. Du coup ce plaisir tu ne le retrouves plus. Quand tu as pris du plaisir à faire une percée dans la défense et que tu n'arrives plus à le faire et que tu ne le fais plus, tu ne retrouves plus ce même plaisir, et là tu dissocies le plaisir d'être avec des gens que tu aimes bien et le plaisir sur le terrain la perf »</p> |
| Retour en amateur | <p>« Je n'ai plus trop l'espoir de retrouver, le plus haut niveau ou j'ai joué il est derrière moi, personnellement ; Là ce que je cherche c'est d'être le meilleur possible sur le terrain, le meilleur possible. Eté année il y a un objectif de montée, et je me dis que même si je ne suis pas bon mais si on gagne ce n'est pas grave. Avant o pouvait gagner un match 5 à 0, mais si j'avais été nul je n'étais pas content. Là maintenant i y a tout ce qui est aspect équipe machin c'est plus pour l'équipe, même si je suis nul à chier et que je sauve un but sur ma ligne et que l'on gagne 1 à 0 là je vais être content, là mon niveau personnel je pense qu'il est derrière moi, je pense plus à l'équipe.</p> <p>« Quand tu es au centre ou même à Brest, tu es dans le monde pro, tu es jugé sur ta performance indiv, tu auras beau gagné tous les matches si tu n'es pas celui qui est le meilleur tu ne passeras pas la barrière »</p> <p>« La quatrième année je n'ai plus envie d'être professionnel, du coup c'est là que j'ai lâché. Même quand tu es blessé tu as toujours la carotte de devenir pro tu ne sais pas que tu n'es pas bon et du coup tu ne joues pas tu te dis que tu as toujours ton niveau, c'est après quand tu commences à rejouer la saison d'après et que tu vois que tu n'es pas bon que tu es mis de côté, finalement j'arrête tout ça, c'est plus ce que je veux faire »</p> <p>« Après tu as les kinés, ils ne peuvent pas accompagner chaque joueur, après ils étaient quand même à l'écoute, si j'avais un moment de moins bien je pouvais aller les voir, mais après l'accompagnement c'est auprès des collègues et du staff, l'entraîneur c'est lui qui va te faire passer pro c'est pas le kiné. Du coup si l'entraîneur te rassure c'est bon tu vas retrouver le niveau, pas de soucis ne te presse pas, là c'est différent que si il te calcule pas, il prend son équipe et il te dit tu as intérêt à tout faire si tu veux jouer dans cette équipe. Il n'y a pas vraiment d'accompagnement personnalisé tout ce qui se passe autour ils s'en foutent »</p> <p>« En gros il a son équipe que tu te sois blessé, j'extrapole, que ta grand-mère soit décédée on s'en fout, je te prends dans mon équipe et si tu n'es pas bon le match d'après je ne te prends pas, c'était plus ce discours-là, ça me correspondait moins »</p> <p>« Il me connaissait parce que je suis allé le voir, il savait que j'avais un potentiel mais il ne faisait pas trop attention parce que du coup il y avait le directeur qui avait son point de vue, on est des machines etc...</p> |

Soutenance Mémoire Master 1 ou 2
« Expertise, Performance, Intervention »

Je soussigné(e) Mme Mr : Nom prénom

Directeur de mémoire de : Nom prénom du candidat

Titre du mémoire :

Finalité du mémoire : professionnelle ou recherche

- Autorise le dépôt du mémoire et la soutenance
- Refuse le dépôt du mémoire et la soutenance

Date et signature du Directeur de mémoire

le ?/ ?/2016

Résumé

L'atteinte de l'excellence sportive et l'exigence du sport de haut niveau de compétition imposent aux athlètes un investissement important le temps de la carrière sportive. L'incertitude relative au sport, implique que certains événements ne peuvent être prévus, comme une non sélection aux Jeux Olympiques, ou la non qualification à une équipe première. D'autres événements comme une blessure, un changement de club ou d'entraîneur peuvent occasionner un changement dans le parcours de vie de l'athlète. L'enjeu principal de ce travail est de contribuer à la compréhension du développement de l'expertise, selon une approche environnementale, notamment lors de ces événements, les transitions non normatives. Afin de réaliser notre étude nous avons réalisé, selon une méthode qualitative, des entretiens semi directifs de type biographique avec quatre sportifs, puis dans le cadre théorique des activités situées, un entretien d'autoconfrontation. Cette étude caractérise les difficultés rencontrées par les athlètes lors de leurs parcours de vie, selon un modèle de développement à multiples niveaux (sportif, individuel, psychosocial, scolaire et professionnel). Puis nous présentons ensuite les mécanismes et les adaptations psychologiques nécessaires pour faire face aux écueils et difficultés du sport de haut niveau lors des transitions non normatives.

Mots-clefs : développement de l'expertise, transition, sport de haut niveau, approche environnementale, adaptation psychologique

Abstract

The achievement of sporting excellence and the demanded level of high-performance sport require the athletes to be extremely committed throughout their sports careers. The uncertainty related to sports implies that some events cannot be anticipated, for instance, whether or not the athlete has been selected to take part in the Olympic Games or to join the first-team. Other events such as a wound, a change of club or a new trainer can lead to a change in the athlete's life course. The main goal of this work is to contribute to the development of expertise's understanding using an environmental approach, especially towards these unanticipated events also known as non-normative life events. In order to ensure this, we organized semi-structured biographical interviews in qualitative research with 4 athletes. We also carried out a self-confrontation interview within the theoretical framework of the situated action approach. This study highlights the difficulties that athletes may be facing throughout their life courses, according to a multiple-layer development model (sporting, individual, psychosocial, academic and professional). It focuses as well on the mechanisms and the psychological adjustments that are necessary to face the pitfalls and the difficulties related to high-performance sport during non-normative life events.

Keywords: development of expertise, transition, high-performance sport, environmental approach, psychological adjustment