



**HAL**  
open science

# Caractéristiques du déroulement des carrières réussies d'athlètes de haut niveau : éléments de comparaison des dynamiques de parcours selon le genre

Aurélie Ledon, Nadine Debois

## ► To cite this version:

Aurélie Ledon, Nadine Debois. Caractéristiques du déroulement des carrières réussies d'athlètes de haut niveau : éléments de comparaison des dynamiques de parcours selon le genre. Journées nationales d'études de la société française de psychologie du sport, Ecole nationale de voile et des sports nautiques, Mar 2008, Saint-Pierre-Quiberon, France. pp.73-75. hal-03313526

**HAL Id: hal-03313526**

**<https://insep.hal.science//hal-03313526>**

Submitted on 4 Aug 2021

**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 - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International License

# CARACTERISTIQUES DU DEROULEMENT DES CARRIERES REUSSIES D'ATHLETES DE HAUT NIVEAU: ELEMENTS DE COMPARAISON DES DYNAMIQUES DE PARCOURS SELON LE GENRE

Ledon Aurélie <sup>1</sup>2 & Nadine Debois <sup>2</sup>

1 Université Reims Champagne Ardennes

2 Institut national du Sport et de l'Education Physique. Paris. France

Correspondance : aurelie.ledon@wanadoo.fr

Mots-clés : Carrière sportive, projet de vie, élite

## Introduction

La présente étude s'inscrit dans une approche développementale du déroulement de carrière des sportifs de haut niveau (Wylleman, Lavallee, & Alfermann, 1999), qui s'attache à prendre en compte l'ensemble des composantes de vie des sportifs d'élite pour tenter d'identifier les caractéristiques de leurs parcours. Wylleman et ses collaborateurs (1999) ont initié un programme de recherches s'intéressant aux parcours des athlètes de haut niveau. Ils ont identifié tout au long de ces parcours l'existence de transitions de carrière, directement liées au parcours sportif mais aussi à d'autres composantes de la vie de l'athlète (e.g., transitions liées au développement psychologique, biologique, social, socio-professionnel).

Cette communication a pour objet de présenter les premiers résultats d'un programme de recherches portant sur les parcours de vie d'athlètes hommes et femmes de niveau élite ayant réussi à concilier leurs objectifs sportifs et leurs projets de vie personnelle et sociale. Plus précisément, l'étude présentée ici vise à identifier les éléments de similarités et de singularités, selon le genre, des carrières réussies d'athlètes de haut niveau, ainsi que les modalités de choix opérés par ces athlètes en référence au modèle du « push-pull » développé en psychologie du travail (Schultz, Morton, & Wercherle, 1998)

## Méthode

### *Participants*

Seize athlètes de haut niveau âgés de 28 à 45 ans ( $m=36,37$  ;  $\sigma=5,12$ ) après une longue carrière de haut niveau (Nb d'années <sub>carrière</sub> :  $m=15,43$  ;  $\sigma=0,56$ ) ont été volontaires pour participer à cette étude.

### *Guide de pré entretiens et entretiens*

Deux entretiens espacés d'environ un mois ont été conduits auprès de chaque participant et participante. Le premier entretien avait pour fonction de restituer, sur une trame pré-établie, la chronologie des principaux événements de vie du sportif. Le deuxième entretien, conduit à partir d'un guide d'entretien et avec le support de la trame de vie renseignée lors du premier entretien, invitait le sportif à identifier puis à décrire en profondeur les principales étapes de son parcours depuis l'accès au haut niveau jusqu'au moment de l'entretien. Chaque pré-entretien et entretien a été retranscrit verbatim, puis analysé selon les principes de la Théorie Ancrée (Strauss & Corbin, 1990) par une procédure de catégorisation inductive (Tesch, 1990).

## Résultats

Les résultats font apparaître un certain nombre de similarités dans les parcours de vie des athlètes interrogés mais aussi des éléments de singularité. Les sportifs hommes, et les sportives femmes présentaient des caractéristiques personnelles communes : passion harmonieuse pour leur sport. (Vallerand et al, 2003), nature optimiste, (Seligman, 1975). autodétermination dans les choix de parcours, (Stambulova, 2000), capacité à prendre du recul lors des transitions difficiles. Leur parcours de vie est ponctué par quatre phases : la phase d'accès au haut niveau - la phase de fin de carrière et la phase post-carrière, comparables à celles décrites dans la littérature (e.g. Stambulova, 2000) avec une période d'accès au haut niveau, une période « élite », une période de « fin de

carrière», et une période « d'adaptation post-carrière ». Chacune de ces phases est constituée par un nombre d'étapes peu variables selon le *genre*. Ces étapes sont ponctuées de transitions normatives (e.g., événements prédictibles ou non normatives (e.g., événements non prédictibles ou non événements), (Wylleman & Lavallée, 2004). Dans la phase d'accès au haut niveau, la principale cause de transition est liée à la détection du talent des sportifs (i.e., entrée en pôle d'entraînement). En phase élite ce sont les résultats sportifs (i.e., élection, podium, médaille), l'insertion dans la vie professionnelle (i.e., changement de statut). Le changement de statut personnel (La vie de couple, paternité, maternité) qui sont les principales causes de transition. En fin de carrière sportive, les athlètes se dirigent vers de nouveaux projets (i.e., professionnel, personnel, familial). Ce choix d'orientation peut être lié à une saturation psychologique et physique dans le sport pratiqué (i.e., voyages, contraintes temporelles, blessures). Ceci confirme l'étude de Sinclair et Orlick (1993) sur les sportifs de haut niveau qui ont pris la décision d'arrêter leur carrière car ils étaient fatigués de leur style de vie. Après la carrière sportive pour ceux qui ont arrêté, il y a un changement d'investissement manifeste (i.e., passage d'un investissement sportif à un investissement professionnel et ou personnel). On constate également que la maternité et la paternité se situent au même endroit dans leur parcours. Beaucoup la vivent en fin de carrière sportive ou post carrière sportive. Six athlètes hommes évoquent une paternité en fin de carrière ou post-carrière et six athlètes femmes évoquent une maternité en cours de carrière sportive ou post carrière. Le choix de cette maternité ou paternité en cours de carrière ou après l'arrêt de la carrière apparaît reposer sur un ensemble d'éléments, variables d'une sportive ou d'un sportif à l'autre, que l'on peut classer en quatre catégories renvoyant au modèle « Push-Pull » développé par Schultz et ses collaborateurs (1998) : des éléments d'incitation (i.e., des éléments du contexte actuel qui poussent à aller vers autre chose), des éléments d'attraction (i.e., les intérêts qu'offre la situation nouvelle), des éléments d'attachement (i.e., ce que l'on va perdre dans le changement), des éléments dissuasifs (i.e., les coûts et les risques que l'on appréhende dans la situation nouvelle). En effet, les athlètes élite hommes et femmes qui ont fait le choix d'avoir un enfant en cours de carrière sportive ont mis en avant des éléments « Push-Pull ». Ils ont inversé leurs priorités de vie (e.g., sportives vs famille) ou ont eu un désir de s'investir dans une vie familiale (e.g., maternité ou paternité). Les athlètes élite hommes et femmes qui n'ont pas eu d'enfant en cours de carrière sportive ont mis en avant des éléments « Anti Push-Anti Pull » en utilisant des exemples communs (i.e., primauté accordée au sport de haut niveau sur la vie familiale, sentiment de ne pas pouvoir gérer sport de haut niveau et un enfant, sentiment de ne pas être allé au bout de ses compétences physiques).

Des éléments de singularités différencient ces deux types de population. La période d'arrêt de carrière semble plus délicate chez les hommes que chez les femmes. Trois hommes ont été contraints d'arrêter leur carrière (i.e., non sélection, baisse des résultats sportifs, blessures), alors que parmi les athlètes femmes ayant terminé leur carrière sportive la décision de l'arrêt a été un choix (i.e., saturation psychologique, accomplissement sportif). La période de reconversion est assez différente également. Les sportifs pensent davantage à une reconversion professionnelle alors que les sportives envisagent après leur carrière une reconversion passant par un statut de mère allié à un statut professionnel. La paternité et la maternité sont vécus différemment. La paternité apparaît comme un élément de bien être et moteur contribuant à un épanouissement personnel de l'athlète. La maternité est parfois plus délicate à gérer. Elle est ponctuée d'éléments à la fois porteurs et de contraintes et elle est faite de choix. Les sportives qui ont connu la maternité en cours de carrière décrivent trois éléments perçus comme porteurs dans la dynamique de leur parcours de vie : (1) une perception d'auto-détermination. (2) un soutien familial inconditionnel. (3) un réseau relationnel actif. Ces sportives font également état de trois éléments contraignants : (1) la modification de leur image corporelle, liée à la grossesse, (2) le manque perçu d'aide de la part des instances sportives et. (3) un sentiment de lâcher prise (i.e., prise de distance par rapport au sport). Ces résultats rejoignent une partie de l'étude de Durand, Bush et Salmela (2002) portant sur des sportifs ayant tous été au moins une fois champions olympiques et/ou champions du monde. Ces auteurs ont mis en avant les éléments facilitant le développement de l'expertise chez les athlètes d'élite en période d'investissement. Le choix d'une maternité en cours de carrière ou après l'arrêt de la carrière apparaît reposer sur un ensemble d'éléments, variables d'une sportive à l'autre, que l'on peut classer en quatre catégories renvoyant au modèle « Push-Pull » développé par Schultz et ses collaborateurs (1998). Ainsi, les éléments associés au choix d'une maternité en cours de carrière se caractérisent par des

éléments d'incitation qui poussent la sportive à opter pour une « pause » dans sa carrière sportive avec, à un moment donné, une inversion des priorités (e.g., sportives vs famille), un sentiment d'accomplissement sportif (e.g. médaille en championnat majeur) ou encore une saturation psychologique (e.g., voyages). Cela se caractérise aussi par des éléments d'anticipation du futur qui constituent des attracteurs invitant à opter pour une maternité avant de reprendre sa carrière sportive. Le désir de s'investir dans une vie familiale (e. g. grossesse) et le sentiment de pouvoir revenir au plus haut niveau (e.g., planification après grossesse) l'illustrent. Le choix de renoncer à une maternité en cours de carrière sportive se caractérise par des éléments d'attachement avec une priorité pour le sport de haut niveau (i.e. absence de désir de grossesse) un désir d'accomplissement sportif (e.g., volonté d'aller jusqu'au bout), des éléments de dissuasion tels que le sentiment de ne pas pouvoir gérer le sport de haut niveau et son rôle de mère (e.g.. rythme de vie trop élevé), la peur de ne pas revenir (e.g., concurrence trop élevée) ou un refus de modification corporelle. Enfin, certaines après leur maternité ont fait le choix de reprendre leur carrière sportive alors même qu'elles pensaient arrêter. Les raisons invoquées sont principalement liées à un sentiment de ne pas être allée au bout de leurs compétences physiques, à un sentiment de manque sur le plan physique, à un soutien des instances sportives.

### Principales références

- Durand-Bush, N., & Salmela, J.H. (2002).** The development and maintenance of expert athletic performance: Perceptions of world and Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 154-171.
- Schultz, K.S., Morton, K.R., & Wercherle, J.R. (1998).** The influence of push and pull factors on involuntary early retirees' retirement decision and adjustment. *Journal of Vocational Behavior*, 53,45-57.
- Seligman, M.E.P. (1975).** Helplessness: on depression, development, and death. San Francisco.
- Sinclair, D.A., & Orlick, T. (1993).** Positive transitions from high-performance sport. *The Sport Psychologist*, 7, 138-150.
- Stambulova, N. (2000).** Athlete's crises: A developmental perspective. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 584-601.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1990).** *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and technique*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Tesch, R. (1990).** *Qualitative research analysis types and software tools*. New York: Falmer Press.
- Vallerand, R.J., Blanchard, C., Mageau, G.A., Koestner, R., Ratelle, C.F., Léonard, M., Gagne, M., & Marsolais, J. (2003).** Les passions de l'âme : On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 756-767.
- Wylleman, P., Lavallée, D., & Alfermann, D., (Eds.). (1999).** *Transitions in the career of competitive athletes*. Lund, Sweden: FEPSAC.
- Wylleman, P., & Lavallée, D. (2004).** A developmental perspective on transitions faced by athletes. In M. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp.507-527). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.