



**HAL**  
open science

## Socialisations temporelles dans le sport de haut niveau

Mathilde Julla-Marcy, Fabrice Burlot, Fanny Le Mancq

► **To cite this version:**

Mathilde Julla-Marcy, Fabrice Burlot, Fanny Le Mancq. Socialisations temporelles dans le sport de haut niveau. *Temporalités: revue de sciences sociales et humaines*, 2017, *Temporalités et sports*, 25, 18 p. 10.4000/temporalites.3713 . hal-01689904

**HAL Id: hal-01689904**

**<https://insep.hal.science/hal-01689904v1>**

Submitted on 22 Jan 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.

## Socialisations temporelles dans le sport de haut niveau

De la maîtrise du chronomètre à la maîtrise du temps

*Temporal socialization in top-level sports. From mastering the chronometer to mastering time*

*Socializaciones temporales en el deporte de alto nivel. Del dominio del cronómetro al dominio del tiempo*

**Mathilde Julla-Marcy, Fabrice Burlot et Fanny Le Mancq**

---



### Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/temporalites/3713>

DOI : [10.4000/temporalites.3713](https://doi.org/10.4000/temporalites.3713)

ISSN : 2102-5878

### Éditeur

ADR Temporalités

Ce document vous est offert par Université de Versailles St-Quentin-en-Yvelines



### Référence électronique

Mathilde Julla-Marcy, Fabrice Burlot et Fanny Le Mancq, « Socialisations temporelles dans le sport de haut niveau », *Temporalités* [En ligne], 25 | 2017, mis en ligne le 21 septembre 2017, consulté le 18 décembre 2017. URL : <http://journals.openedition.org/temporalites/3713> ; DOI : [10.4000/temporalites.3713](https://doi.org/10.4000/temporalites.3713)

---

Ce document a été généré automatiquement le 18 décembre 2017.



Les contenus de *Temporalités* sont mis à disposition selon les termes de la Licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International.

---

# Socialisations temporelles dans le sport de haut niveau

De la maîtrise du chronomètre à la maîtrise du temps

*Temporal socialization in top-level sports. From mastering the chronometer to mastering time*

*Socializaciones temporales en el deporte de alto nivel. Del dominio del cronómetro al dominio del tiempo*

**Mathilde Julla-Marcy, Fabrice Burlot et Fanny Le Mancq**

---

- 1 La période contemporaine se caractérise dans le sport de performance par un contexte de concurrence accrue entre les nations, matérialisé par la course au meilleur classement à chaque édition des Jeux Olympiques, mais aussi lors des autres échéances internationales majeures. Cette concurrence se traduit par la nécessité d'obtenir des résultats sportifs remarquables générant une forte pression sur les Sportifs de Haut Niveau (SHN) pour qui il s'agit d'être toujours plus performants, dans un contexte de densification des calendriers sportifs. De façon concomitante, on observe une complexification de la préparation sportive des SHN avec la multiplication du nombre d'intervenants professionnels et des temps d'entraînement spécifiques associés : préparation physique et mentale, récupération, nutrition, etc. Face à ce constat, il semble pertinent d'interroger les conditions de la production de la performance des sportifs français qui doivent non seulement suivre l'augmentation des exigences associées à leur statut de sportif (entraînement, compétition, temps de préparation et de récupération spécifiques), mais aussi s'inscrire dans le dispositif de « double projet »<sup>1</sup> tout en veillant à préserver leur vie privée et sociale (Honta, 2007, Debois et Leseur, 2013). Ainsi découle une interrogation : celle de la place accordée à l'ensemble de ces activités dans l'emploi du temps des SHN, notamment celle des ressources présentées comme nécessaires dans la préparation à la performance sportive : balnéothérapie, suivi psychologique, etc. En effet, elles entrent en concurrence les unes avec les autres, tant la question du temps disponible pour chacune au sein des journées des SHN est aiguë. C'est dans le but d'analyser cette situation

singulière qu'une enquête a été menée auprès des sportifs de l'Institut National du Sport, de l'Expertise et la Performance (INSEP). Situé à Paris, l'INSEP accueille environ 600 sportifs, répartis dans 23 pôles, ce qui en fait le plus grand centre d'accueil de SHN en France. Lieu d'entraînement, mais aussi d'hébergement, de restauration, de formation, de soins, de recherche, etc., cet établissement, par ses structures, se veut particulièrement propice à la réalisation du double projet, voire du projet de vie (Bouchetal Pellegrini et al., 2006), en proposant un panel de services utiles aux sportifs et à leurs encadrants, avec des aménagements spécifiques pour faciliter la coordination de ces services. Le fonctionnement de l'institution repose sur les pôles qui y sont hébergés, ceux-ci demeurant autonomes dans la sélection des SHN qui y entrent et, en partie, dans leur organisation. Ainsi, les conditions de présence à l'INSEP varient d'un sport à l'autre, en fonction notamment des statuts des pôles (espoir, jeune, France). En enquêtant au sein d'une institution accueillant de jeunes adultes représentant une élite (ici, sportive), nous nous inscrivons dans la filiation du travail réalisé par Muriel Darmon (2013) auprès d'élèves de classes préparatoires. Comme elle, nous étudions une socialisation secondaire institutionnelle qui est l'apprentissage d'un rapport au temps spécifique venant se superposer et interagir avec des socialisations antérieures. L'INSEP, comme les classes préparatoires et autres centres de formations sportifs, peut être qualifiée d'institution « enveloppante » (Bertrand, 2008, 2011 ; Darmon, 2013), caractérisée par une ambivalence entre violence et bien-être à l'égard de ses membres. Le parallèle analytique entre élite scolaire et élite sportive apparaît fortement heuristique, comme le montre l'article coécrit par Muriel Darmon et Manuel Schotté sur leurs terrains respectifs (Darmon et Schotté, 2016). Notre réflexion, largement nourrie par les apports de Muriel Darmon, se déploie alors au-delà. L'enquête a permis de faire émerger deux constats forts : d'abord, il s'est avéré qu'il était difficile de parler de l'INSEP au singulier, tant les emplois du temps, mais aussi leurs représentations, varient d'un sport et d'un sportif à l'autre. Ensuite, un paradoxe est progressivement apparu : ce ne sont pas forcément les athlètes qui ont les emplois du temps les plus chargés qui vivent le plus difficilement cette organisation du temps, et inversement des emplois du temps allégés n'entraînent pas obligatoirement des situations de bien-être. Ainsi, contrairement à l'hypothèse selon laquelle il pourrait exister un lien de causalité évident entre la densité des emplois du temps et le bien-être des sportifs, les premières analyses ont plutôt suggéré qu'il n'était pas systématique. Bien vivre ou mal vivre son emploi du temps relève de mécanismes plus complexes et interroge des éléments plus divers que nous l'avons initialement supposé. De là émerge l'hypothèse qu'il existe des « temps objectifs » et des « temps subjectifs » (Varro, 2005) qui ne coïncident pas toujours chez les SHN, et l'intérêt d'analyser au plus près leurs articulations.

- 2 C'est donc cette dichotomie entre temps objectif et temps subjectif que nous souhaitons discuter dans le cadre de la socialisation temporelle des SHN. N. Elias (1996), contre la conception kantienne d'un temps donné *a priori*, montre qu'il est un objet empirique, historiquement construit par les acteurs. Il souligne ainsi que les deux représentations traditionnelles du temps, l'une comme « donnée objective », objet de la nature, et l'autre comme « représentation subjective » précédant l'esprit humain et permettant d'ordonner des événements, ont en commun de faire du temps une donnée naturelle. Au contraire, pour lui, le temps objectif est bel et bien une construction sociale et c'est donc une erreur de vouloir opposer un temps propre aux sociologues à un temps propre aux physiciens (Elias, 1996). Il s'agit donc de déplacer la dichotomie : au sein du temps social, nous

appelons « temps objectif » les éléments d'emploi du temps des SHN objectivement organisés (par les institutions sportives, les entraîneurs, les encadrants, et par eux-mêmes) et « temps subjectif » la façon dont ceux-ci vivent leur charge sportive, elle-même influencée par leurs perceptions de la charge de leur emploi du temps. La question de l'articulation entre ces deux formes du temps se pose. En identifiant les disjonctions entre les deux, il nous est permis d'analyser et de discuter la façon dont le temps subjectif fait l'objet d'une construction sociale, c'est-à-dire de montrer que le vécu du temps a des origines et des fondements sociaux. Au-delà de travaux qui montrent, dans une perspective durkheimienne (Lallement, 2008), la construction sociale et collective de la composante objective du temps, il convient d'envisager la construction sociale du temps subjectif, ce que nous proposons à partir du cas singulier de la préparation des SHN français. J. Thoemmes (2012) a consacré un article à la mesure du temps des cadres dans lequel il en dresse une typologie en s'appuyant sur deux variables : la mesure des temporalités, correspondant à notre « temps objectif » et leur vécu, que nous pouvons rapprocher de notre « temps subjectif ». Nous apportons donc notre contribution à l'appel qu'il lançait à cette occasion à une meilleure prise en compte du vécu des temporalités par les acteurs.

- 3 La problématique qui nous anime est donc de chercher à comprendre comment les vécus des SHN interrogés peuvent être aussi différents alors que l'organisation objective de leur temps est parfois relativement comparable : le temps institutionnel devrait agir comme outil de régulation (au sens durkheimien) au sein de ce groupe social, ce qui est pourtant loin de correspondre à la réalité observée.
- 4 Pour répondre à ce questionnement, nous nous appuyons sur 42 entretiens réalisés en 2013-2014 avec des SHN des 23 pôles de l'INSEP. Nous nous sommes efforcés de faire varier le sexe, l'âge, le type de formation et/ou l'activité professionnelle, le statut (interne, externe, demi-pensionnaire), et la situation avant l'arrivée à l'Institut des interrogés, non pas pour disposer d'un échantillon représentatif, mais afin de bénéficier de parcours multiples à même de venir nuancer et complexifier nos analyses. Les entretiens ont été construits de manière à recueillir des informations sur l'organisation de l'emploi du temps, et sur la façon dont les SHN perçoivent l'écoulement du temps et vivent leur emploi du temps. Par ailleurs, les auteurs, engagés sur ce terrain, disposent de connaissances à teneur ethnographique sur l'organisation (temporelle) de l'INSEP, s'appuyant sur de nombreuses observations formelles ou informelles en son sein, qui permettent de compléter les discours recueillis et de proposer un regard englobant de la situation.
- 5 Notre propos s'articule en trois temps : le premier chapitre, où nous présentons l'organisation institutionnelle et temporelle de l'INSEP, constitue une première voie d'explication de la différenciation des vécus des emplois du temps. Les deux chapitres suivants permettent de préciser cette différenciation. Ainsi, nous explicitons le poids des socialisations temporelles dans la divergence des temps subjectifs. Cela nous permet enfin d'entreprendre une réflexion autour de la capacité différentielle des sportifs à maîtriser leur temps pour discuter l'articulation entre un temps individuel et un temps institutionnel au cœur de laquelle ils se trouvent pris.

## L'organisation institutionnelle et temporelle de l'INSEP et de ses pôles

- 6 Il est nécessaire tout d'abord de détailler les contraintes de temps institutionnelles qui pèsent sur les SHN, pour éclairer les grandes variations entre les pôles. Ainsi, plusieurs niveaux se superposent dans l'organisation temporelle des sportifs. D'abord, ils appartiennent au milieu du sport de haut niveau, dont la logique temporelle est fortement structurée par l'urgence (Viaud et Papin, 2012). Ensuite, à un niveau plus méso, voire microsociologique, c'est l'INSEP, puis le pôle auquel le sportif appartient, qui structurent son rythme de vie, c'est-à-dire la « pratique plus ou moins intensive des différentes activités de sa vie quotidienne » (Degenne et al., 2002, p. 82) en lien avec son emploi du temps.

### Fonctionnement général de l'INSEP : un temps objectif marqué par des contraintes transversales

- 7 Il existe des contraintes temporelles communes à l'ensemble des SHN, qui tiennent d'abord à l'obligation du double projet. Pour y répondre, l'INSEP organise la journée en plusieurs temps. Du lundi au vendredi, les débuts de matinée et d'après-midi sont consacrés aux cours (ou à l'activité professionnelle) et les fins (10 heures-13 heures et 16 heures-19 heures) à l'entraînement, qui est donc majoritairement biquotidien. Les repas ont lieu sur place entre 11 h 30 et 14 h 30 et de 18 h 30 à 20 h 30.
- 8 Au-delà de cette trame générale, de nombreuses variantes existent suivant que l'on soit interne, demi-pensionnaire ou externe ; mineur ou majeur mais aussi suivant le niveau et le type d'étude ou d'activité salariale. Les lycéens ont par exemple une étude obligatoire de 20 h 45 à 21 h 45 et doivent demeurer dans leurs chambres à partir de 22 h 00. Les cours commencent pour eux à 7 h 45 et finissent à 10 h 35 puis reprennent de 14 h 15 à 16 h 15. Les étudiants ont deux créneaux de cours par jour (8 heures-10 heures et 14 h 15-16 h 15) et les salariés s'arrangent avec leurs employeurs pour réaliser le temps de travail contractualisé.
- 9 Objectivement, il apparaît que les SHN de l'INSEP ont un emploi du temps chargé, en particulier les lycéens qui vivent souvent très mal ce rythme particulièrement tendu : dans une même journée se succèdent des phases de cours et des sessions d'entraînement, auxquelles il faut ajouter une pause déjeuner, éventuellement des temps de récupération et de soins en fin de journée, puis du travail personnel, et de potentiels temps de transports latents pour se rendre d'un lieu d'activité à un autre. Cette organisation temporelle chronométrée laisse peu de place à l'improvisation et aux activités annexes telles que du temps de loisir ou des moments entre amis ou en famille.

### Des variations importantes d'un sport à l'autre

- 10 Cependant, la particularité de l'INSEP est de rassembler de nombreux pôles. Ainsi, il y a une ambivalence entre d'un côté une institution qui aspire à être reconnue comme telle, et de l'autre des organisations qui cohabitent en son sein, avec des proximités, mais aussi des modes de fonctionnement et des contraintes parfois différents. Dès lors il n'est pas

possible de traiter du SHN de l'INSEP comme d'une catégorie homogène. Chaque pôle, en ce qu'il s'inscrit dans une organisation, une charge physique, un objectif, une culture sportive, un recrutement social mais aussi un calendrier compétitif<sup>2</sup> singulier doit être envisagé pour soi. Le rapport au temps des SHN est donc en second lieu caractéristique du pôle fréquenté. On trouve des sports à fortes contraintes temporelles qui offrent un temps sportif objectivement chargé comme la gymnastique rythmique (GR) ou le pentathlon (autour de 35 heures d'entraînement par semaine) et des sports à faibles contraintes comme les sauts en athlétisme (moins de 20 heures par semaine et une seule séance d'entraînement par jour). L'objet n'est pas ici de dresser un panorama de tous les sports, mais il semble pertinent de souligner une discipline qui apparaît comme un cas limite : la GR. En effet, les gymnastes sont non seulement soumises à un temps objectivement chargé, mais de surcroît à de nombreuses rigidités qui se renforcent mutuellement et qui font qu'au final elles témoignent toutes de leur grande difficulté à gérer un rythme de vie éreintant et épuisant moralement :

Quand je suis arrivée je trouvais ça difficile parce qu'on rentre tard le soir dans nos chambres. On finit l'entraînement à 19 h 30. Après en général on a souvent kiné, on ne mange pas avant 20 h 30. On arrive dans nos chambres il est déjà 21 heures Et après il y a le travail scolaire quoi, les devoirs... En terminale j'en ai au moins pour une heure et demie. [17 ans, interne, Terminale ES]

- 11 Au niveau sportif, la rigueur est fondée sur la répétition extrême lors de nombreux entraînements collectifs qui visent un « gouvernement des corps » et l'intériorisation de normes multiples, notamment genrées (Menesson et al., 2012). Au niveau scolaire, les GR sont des lycéennes scolarisées à l'INSEP : il s'agit de la formation la plus chargée avec des cours obligatoires, des études du soir imposées, des devoirs hebdomadaires, etc. Enfin, au niveau de l'hébergement, elles sont logées au sein de l'internat des mineurs, qui offre peu de latitude personnelle dans l'organisation de l'emploi du temps : horaires de repas imposés, couvre-feu, autorisation nécessaire pour sortir de l'INSEP, etc. À cela s'ajoute une culture sportive qui tend à imposer ses normes dans plusieurs aspects de la vie privée des gymnastes (tel un « ordre moral », une « ascèse », une « éthique de vie »), notamment au niveau d'un contrôle assez strict de l'alimentation (Menesson et al., 2012 ; Papin, 2008). Pour B. Viaud et B. Papin (2012) la gymnastique fait partie des sports dans lesquels l'usage intensif du temps est le plus marqué et ils en identifient la raison dans la durée et la précocité de la carrière. Le cadre temporel contraignant de la GR constitue un idéal-type qui pousse à l'extrême les logiques à l'œuvre dans l'ensemble des pôles selon un continuum de situations intermédiaires.

## Le poids des déplacements

- 12 Les déplacements, parce qu'ils sont des temps perçus comme latents, temps « perdus » incompressibles qui « prennent du temps » et peuvent difficilement être détournés de leur usage, contribuent à déformer la représentation que les SHN se font de leur emploi du temps, et donc à le rendre plus difficile à vivre dès lors qu'ils sont trop fréquents. Les déplacements font partie intégrante des emplois du temps des sportifs et ne peuvent être négligés. Néanmoins, là encore, les contraintes sont plus ou moins accentuées selon les pôles. Certains s'entraînent sur des installations extérieures à l'Institut, d'autres étudient, travaillent ou résident en dehors de l'INSEP, tous enfin, participent à des compétitions nationales ou internationales de façon plus ou moins régulière. S'agissant des déplacements quotidiens, les sportifs dont l'une des activités exige de se déplacer en

dehors de l'INSEP insistent sur l'impression de « course ininterrompue » qu'ils subissent tout au long de leur journée :

Je partais le matin, j'allais deux heures en cours, je revenais, enfin, je partais avant la fin du cours pour essayer d'être à l'heure à l'entraînement, j'arrivais un p'tit peu en retard. Voilà, on était tout le temps en train de faire de la route ou de courir partout pour pas être en retard. [pentathlète, 26 ans, interne, en études extérieures]

- 13 La multiplication des déplacements pour se rendre d'un lieu à l'autre conduit à une juxtaposition des activités sans temps mort qui doivent souvent en plus être rognées afin que l'individu puisse satisfaire au maximum à l'ensemble d'entre elles. On retrouve alors ici le phénomène de raccourcissement et de densification des épisodes d'action qui constitue pour H. Rosa (2010) la composante objective de l'accélération du rythme de vie. De fait, les SHN ne bénéficient pas de moments de pause qui seraient autant de soupapes de récupération et n'ont pas non plus l'impression de se consacrer pleinement à chacun de leurs engagements, ce qui induit une appréciation négative de leur emploi du temps.
- 14 D'autres déplacements plus ponctuels peuvent conduire au même effet s'ils sont très fréquents, notamment la multiplication des tournois compétitifs pendant lesquels les sportifs disent avoir l'impression de « ne jamais poser leurs valises ». Il en va ainsi des badistes, qui partent en compétition presque chaque semaine, en France ou à l'étranger, au gré du calendrier du circuit international permettant l'établissement de *ranking lists* (Demeslay et Le Noé, 2015). À première vue, on peut être interpellé du fait que, malgré un emploi du temps relativement « léger » au sein de l'INSEP (une vingtaine d'heures d'entraînement hebdomadaire), ils se plaignent d'avoir un emploi du temps chargé, *a fortiori* quand on interroge l'un d'eux inscrit en Licence STAPS en interne, et qui a dédoublé ses années de formation pour libérer du temps. Pourtant, cela se comprend si l'on envisage les nombreux déplacements qui ponctuent leur année et qui ne permettent pas de mettre en place une organisation aussi routinière que dans d'autres pôles, d'autant plus que les retours à l'INSEP se font en fonction des éliminations en tournoi, par définition non prévisibles. L'enquêté nous rapporte ainsi :
- Moi j'trouve que c'est chargé, parce qu'on s'entraîne beaucoup, on a les cours, on est souvent partis, mais après c'est vrai que, quand tu prends un peu de recul par rapport à ça, tu t'aperçois que t'as quand même un peu de temps libre le soir mais... (...). C'est assez chargé. [21 ans, interne, en L3 STAPS à l'INSEP]
- 15 Les déplacements, parce qu'ils bouleversent les transitions normales d'une activité à l'autre dans l'organisation quotidienne du temps ou qu'ils empêchent toute planification clairement établie constituent ainsi une dimension forte pour expliquer la distorsion entre temps objectif et temps subjectif chez les SHN qui y sont soumis.

## Saisonnalités et cycles sportifs

- 16 L'organisation temporelle des SHN varie aussi selon les périodes de l'année. Globalement, une saison sportive s'échelonne d'octobre à août : l'automne et l'hiver sont consacrés à un travail foncier, qui permet de construire une condition physique pour tenir sur l'ensemble de la saison. Les premières compétitions interviennent, selon les sports, entre décembre et mars et durent jusqu'à la fin de l'été ; pendant cette période, l'entraînement se fait alors plus technique et spécifique et les intensités diminuent en amont des grandes échéances pour permettre un pic de forme physique. À l'issue des dernières grandes compétitions estivales, les SHN bénéficient de quelques semaines de repos avant de



démarrer un nouveau cycle. Dans ce contexte, cela pourrait paraître anodin, les sportifs interrogés font tous part de variations dans la façon dont ils vivent leur emploi du temps au cours de l'année. Ainsi, la période hivernale est systématiquement mentionnée comme étant particulièrement difficile, souvent avant même que l'enquêteur ne l'évoque (de façon analogue aux propos des conductrices de bus, Scheller, 2009). Durant cette période, plusieurs facteurs se cumulent pour expliquer le mal-être des sportifs : une météo peu clémente et monotone, une longue période de travail foncier (entraînements nombreux et lourds, peu de compétitions) en amont de la saison compétitive, des examens scolaires. La fatigue physique ressentie se double d'une fatigue psychologique qui renforce la sensation de la première. De plus, les vacances de fin d'année, qui, outre les fêtes en famille, doivent être consacrées à du travail personnel en prévision des examens (pour ceux en formation post-bac) ne permettent pas de récupérer totalement.

- 17 Ainsi, en dehors de l'aspect purement climatique, c'est parce que les SHN sont impliqués dans de multiples cercles sociaux possédant leurs propres logiques temporelles et leurs propres calendriers (sportif, scolaire et « social »), qu'ils expriment des difficultés à gérer cette période. Certains responsables de pôles, conscients de cette difficulté récurrente, proposent des adaptations visant à casser la routine négative qui s'installe afin d'apporter de la régénération psychologique permettant de mieux gérer la fatigue physique. Les stages sportifs organisés en territoires « exotiques » et en particulier dans l'hémisphère sud sont une de ces solutions très prisées rapportées par les SHN, à l'image de cette sportive du pôle athlétisme :

Le pire de la saison, c'est l'hiver. C'est le plus dur, il fait froid. (...)

Et après, sur l'année, vous avez des périodes de stage ?

Oui. En décembre, on part en stage, toujours 3 semaines au soleil. (...) Des fois à la Réunion ou en Afrique du Sud. Pour l'instant, c'est ce qu'on a toujours fait. [27 ans, interne, en études extérieures]

- 18 L'emploi du temps des sportifs se construit donc à la croisée d'organisations différentes selon leur statut et le sport qu'ils pratiquent, mais aussi la période considérée. Loin d'avoir un emploi du temps type du SHN, il existe donc des emplois du temps objectivement très divers, qui partagent cependant un point commun : un usage intensif du temps, avec des temps libres limités. Ces emplois du temps participent à la construction de temps subjectifs hétérogènes, certains étant très chargés et d'autres parfois plus allégés. La conjonction de ces divers éléments peut donc être une voie d'explication des différences de vécu. Pourtant, à ce stade de l'analyse, le paradoxe soulevé en introduction n'est pas résolu, puisque nous ne pouvons identifier de relation systématique entre des emplois du temps chargés et des sportifs en « mal-être », et inversement. Nous avons repéré de nombreux cas discordants, à l'image de deux sportives engagées dans le même projet de formation (entrée en même temps en école de kinésithérapie, première année réalisée en deux ans, puis arrêt de leur carrière sportive pour se consacrer à leurs études), l'une inscrite dans le pôle de pentathlon moderne, l'autre dans celui de natation synchronisée, avec donc des emplois du temps sensiblement identiques (deux sports chronophages en entraînement) mais présentant un vécu assez divergent. Alors que la première vivait assez mal son rythme intense, exprimant un fort stress, la deuxième était beaucoup plus apaisée. Les deux chapitres suivants apportent des éléments explicatifs à ces situations contrastées.

## Socialisations temporelles des sportifs de haut niveau

- 19 Parmi les explications possibles se trouve l'hypothèse selon laquelle ces emplois du temps opèrent en eux-mêmes une socialisation temporelle des sportifs. Celle-ci se construit dans la trajectoire et dans les différentes expériences traversées. En effet, la perception temporelle est déterminée par les comparaisons que l'individu est capable d'opérer et, en ce sens, elle est socialement située. Loin d'être intrinsèque à l'individu, la représentation qu'il a de son emploi du temps s'étalonne par rapport à d'autres emplois du temps dont il a une connaissance directe ou indirecte. Si l'on considère que des groupes sociaux différents ont des formes d'organisations temporelles variées (Jacquot et Setti, 2006 ; Bouffartigue et Bouteiller, 2006), on comprend que deux sportifs issus de groupes sociaux différents, aux expériences sociales et temporelles différentes, peuvent présenter des représentations divergentes voire opposées quant au même emploi du temps.

### Une socialisation par l'emploi du temps : rejeter l'ennui

- 20 Si certains sportifs interrogés expriment des difficultés à supporter un emploi du temps intense, la plupart ajoutent qu'il ne leur est pas possible de concevoir un autre type d'emploi du temps : ils ont besoin d'être sans cesse occupés, de peur de voir poindre l'ennui, comme l'exprime cette nageuse :

Tu le vis comment cet emploi du temps ?

Ça va parce qu'en fait sinon je m'ennuie. (...) Là j'ai pas le temps de m'ennuyer, mais si y a des périodes où j'ai pas grand-chose à faire, je m'ennuie assez vite. J'ai besoin de bouger quand même. Mais, sinon... je le vis bien. [22 ans, interne, en études extérieures]

- 21 Les SHN ont en général commencé le sport assez tôt, et leur vie sociale s'est progressivement recomposée autour du sport de haut niveau, de sorte qu'ils sont totalement plongés dans un environnement où tous les emplois du temps sont denses. L'emploi du temps a donc une réelle portée socialisatrice, en ce qu'il contribue à faire des temps de repos, non remplis, un usage du temps illégitime qui doit être rejeté au maximum. Cela explique la difficulté de nombreux sportifs à renoncer totalement au suivi d'études supérieures en parallèle de leur pratique sportive de haut niveau, quand bien même ils ont de grandes difficultés à mener les deux de front, et se retrouvent dans des situations de fatigue extrême. Avoir un emploi du temps serré leur apparaît comme la norme, sans compter que la sortie précoce du système scolaire ou universitaire demeure stigmatisée en France. Parmi les sportifs interrogés, nombreux sont ceux pour qui les parents ont conditionné l'engagement dans le sport de haut niveau à la poursuite d'études. En outre, cela dégage l'athlète d'une certaine pression : si celui-ci n'a que son projet sportif à mener, il peut rapidement se trouver démuné et subir une forte perte d'identité, en cas de blessure par exemple (Delalandre et Demeslay, 2015). Le suivi parallèle d'études réduit l'appréhension quant à la réalisation du projet sportif. Symétriquement, l'allègement de l'emploi du temps en renonçant par exemple temporairement aux études pour mieux se consacrer à l'objectif sportif (souvent olympique), peut produire une fatigue importante, notamment due d'une part à la forte pression que fait peser sur l'athlète l'entourage sportif et d'autre part à la forme de monotonie extrême qui en résulte au niveau de l'emploi du temps (journées et semaines très répétitives exclusivement centrées autour des temps sportifs) et des lieux visités. De

plus, le fait d'avoir un emploi du temps dense avec notamment un volume conséquent d'entraînements oblige le SHN concerné à s'organiser de façon efficace, et cette rigueur est une condition de réussite. Les cas de sportifs ayant exprimé un mal-être quand ils ont arrêté leurs études (alors même que cette décision relève parfois de leur propre choix), qui se traduit au niveau sportif par un certain désengagement, ne sont pas rares. D. Aquilina (2013) en évoque, et plusieurs de nos enquêtés le rapportent, à l'image de ce cycliste :

Au début de l'année, [j'avais] pas l'habitude de pas aller en cours, et j'sais pas, je prenais p't être la journée à la légère (...) j'arrivais pas en retard (...) mais sur le fil, où il faut d'un coup que tu te speedes pour t'habiller, et tout à l'arrache. [19 ans, interne, sans formation au moment de l'entretien]

- 22 Beaucoup d'entre eux décident alors de reprendre des études et portent finalement un regard assez négatif sur la période consacrée uniquement au sport. L'emploi du temps a une portée socialisatrice en ce qu'il contribue à rejeter des formes d'organisations temporelles non-conformes au vécu personnel et collectif, de façon d'autant plus importante que cette socialisation temporelle s'est faite de façon précoce.

## Des socialisations par les expériences du sport de haut niveau

- 23 Des SHN ayant connu des trajectoires différentes ne perçoivent pas leur rythme de vie de la même manière. À ce titre, le passage par les structures fédérales des Parcours d'Excellence Sportive<sup>3</sup> constitue une socialisation au « métier » de SHN (Bertrand, 2012), notamment, dans ses composantes temporelles (Viaud et Papin, 2012). Elias (1996) explique bien comment l'enfant assimile au fur et à mesure qu'il s'insère dans une société le concept de temps par autodiscipline. De même, les sportifs en devenir apprennent à être familiers du temps symbole de l'institution dans laquelle ils s'insèrent. Les SHN de l'INSEP qui sont passés par toutes ou certaines des étapes successives du PES ont ainsi été habitués à un rythme dense demandant une double implication (sportive et scolaire et/ou professionnelle). L'INSEP s'inscrit alors pour eux dans la continuité et l'ascétisme de vie demandé correspond à celui qu'ils ont déjà intériorisé. Il y a donc non seulement une socialisation temporelle, mais aussi une socialisation du rapport au temps qui forge chez les SHN concernés une capacité à accepter un emploi du temps (très) chargé et à bien le vivre. Ainsi, non seulement ces athlètes expérimentent un emploi du temps dense dès leur plus jeune âge mais surtout ils fréquentent des individus dans des situations comparables. Cette pression temporelle n'est plus questionnée et constitue alors une norme plus facilement acceptée. Le cas d'une nageuse ayant intégré une section sportive dès le collège et qui a donc connu l'ensemble du PES illustre particulièrement bien cela. Très tôt, ses horaires ont été aménagés pour pouvoir concilier ses études avec la pratique intensive de son sport. Elle a su mener études supérieures et parcours sportif de front, validant sans aucun étalement un master en études extérieures cinq ans après être entrée à l'INSEP (et avoir entamé son parcours universitaire) et en exprimant des difficultés assez limitées dans la gestion de l'articulation de ces temps. Son discours révèle ainsi une intériorisation parfaite des impératifs associés au mode de vie des SHN, en particulier de sa traduction en un fort ascétisme de vie :

Moi j'ai pas l'impression d'avoir fait des sacrifices. Après pour certaines personnes ça pourrait passer pour des sacrifices. (...) C'est une hygiène de vie, (...) on sort pas souvent quoi. Quand t'es jeune normalement tu sors quand même relativement souvent. Nous on sort pas parce qu'on a les compétitions, les entraînements, donc

on peut pas. Si on veut faire des performances, de toute façon, il faut avoir une hygiène de vie (...) se coucher tôt, il faut récupérer, bien manger. [22 ans, interne, en études extérieures]

- 24 Au contraire, un jeune boxeur arrivé directement d'un club sans être passé par une structure de haut niveau exprime des difficultés à intégrer le rythme du pôle France de l'INSEP alors même qu'il était habitué à combiner un double engagement (travail et entraînement) :

[Avant d'entrer à l'INSEP] j'avais deux travail à mi-temps (...). Je cumulais 25 heures par semaine parce que j'avais ajusté mon emploi du temps en fonction de la boxe. Je faisais du 9 heures-17 heures tous les jours, et je m'entraînais à 18 heures à la salle. J'avais un battement d'une heure pour aller à la salle. [À l'INSEP], la charge de travail est énorme. Déjà je devais m'adapter au haut niveau et ses codes, ce qui était compliqué la première année. (...) C'était bien plus compliqué, surtout quand tu accumules entraînement plus école. (...) Là, avec deux entraînements par jour, où je devais me lever tôt. (...) Mentalement et physiquement j'étais mort, et quand y'a plus eu de compétitions j'ai arrêté, j'en pouvais plus. [25 ans, interne, en études internes]

- 25 Le vécu de l'emploi du temps va donc dépendre de la trajectoire sportive en ce que les différentes étapes franchies (ou non) permettent de préparer à l'organisation propre à l'institution INSEP qualifiée d'« enveloppante » voire de « société alternative » (Derycke, 2015, 2016). L'INSEP présente donc une organisation temporelle alternative à celle de la société, et y entrer nécessite une « conversion ». Malgré la réfutation du terme de « sacrifice » émis par la nageuse citée précédemment, nombreux sont les sportifs qui évoquent *a minima* des regrets quant au manque de temps personnel, « temps pour soi » complètement libéré des contraintes de l'institution. Ils expriment ainsi ne pas passer assez de temps avec leurs familles ou leurs amis, élément qui semble structurant de l'expérience du sport de haut niveau (Le Noé, 2015).

- 26 Le changement brutal entraîne chez les SHN des difficultés à gérer ce nouveau rythme de vie et donc un mal-être. Être passés par des pôles en amont leur permet d'y être préparés progressivement. De la même manière, l'ancienneté dans l'INSEP constitue un élément important pour distinguer les différences de vécu. Un tennisman arrivé d'un pôle France à 15 ans a vécu deux années très difficiles à l'INSEP, notamment au niveau du rythme, avant d'en être exclu. Il part alors dans un CREPS de province, puis revient à l'INSEP au bout d'un an et ce retour se passe beaucoup mieux :

Et au niveau du rythme, oui je n'ai plus de problème, j'ai grandi et puis j'avais en fait mon expérience ici, je savais comment ça allait se passer donc tu te re-prépare un petit peu, tu te reconditionnes à revenir. [19 ans, interne, Terminale ES]

- 27 Ainsi, il convient de prendre en compte l'étape de la trajectoire sportive au moment de l'entretien : un emploi du temps comparable (donc un temps objectivement identique) à deux sportifs peut être vécu de façon diamétralement opposée suivant l'ancienneté du sportif à l'INSEP. Le « temps d'adaptation » est une constante qui se retrouve dans tous nos entretiens et qui signifie bien qu'au moins au niveau temporel, l'entrée à l'INSEP est un moment de modifications et de bouleversements qui est toujours vécu sur le mode de la surcharge. Néanmoins, parce que la caractéristique du temps propre à l'institution est d'être très routinisée, il est facilement incorporable par les SHN, à l'image de la « panique temporelle » qui caractérise les classes préparatoires (Darmon, 2013). La panique temporelle, une forme d'inquiétude liée à l'écoulement du temps et à sa gestion, est très vite normalisée : le sentiment d'impuissance est accepté comme faisant partie de l'organisation et cela devient donc une « panique tranquille ».

## Vers une capacité des sportifs à maîtriser leur temps

- 28 Les dimensions mises en avant doivent être complétées par d'autres facteurs qui ont trait à des capacités d'interventions individuelles dans une optique de maîtrise du temps. En effet, si les temps de la préparation à la performance sportive sont en grande partie déterminés par l'institution et ses composantes organisationnelles, les SHN disposent d'une marge de manœuvre leur permettant d'infléchir certains agencements temporels afin de mieux vivre leur rythme de vie en mettant en place des stratégies d'arrangements et d'ajustements temporels (Burlot et al., 2016). Cette ambivalence entre contrainte institutionnelle et liberté individuelle transparait bien dans ces propos :

Objectivement tu ne peux pas louper [un entraînement], après je sais qu'il y en a qui y arrivent, les plus fainéants qui arrivent à - tu peux toujours dire à l'entraîneur, « bon là j'étais malade, je ne suis pas venu » alors que tu n'étais pas malade... Non, c'est les cours qu'on arrive à... Le truc, c'est qu'après il faut le justifier et du coup, c'est particulier et c'est pour ça que des fois on va en cours alors qu'on est fatigué... Par exemple, là ce matin, je ne suis pas allé en cours parce que j'étais malade cette nuit et je n'arrivais pas à me lever ce matin. Du coup, on rate plus facilement des cours, l'entraînement c'est impossible, après on se fait engueuler. [judoka, 20 ans, interne, en L2 STAPS à l'INSEP]

- 29 Deux éléments ont un rôle clé dans la construction du rapport au temps : l'autonomie et la responsabilité individuelle d'une part et la capacité à s'organiser des « micro-sorties » (Darmon, 2013) d'autre part. L'impression d'avoir plus de contrôle sur son temps objectif conduit ainsi à un temps subjectif plus positif.

### Un temps institutionnel qui favorise la maturité de maîtres du temps ?

- 30 Dans cette optique, la maturité, notamment sportive, permet de s'autoriser à déroger à certaines règles ou à demander des aménagements personnels à l'entraîneur. Entre alors en jeu la question de la relation entraîneur/entraîné : c'est au sein de ce rapport social que se créent les inégalités entre les SHN dans la perception de leur rythme de vie, tant tous ne sont pas égaux dans la négociation face à l'entraîneur. L'ancienneté au sein du groupe, mais aussi les résultats obtenus, la reconnaissance octroyée par les pairs ou les médias sont autant de ressources qui peuvent être activées pour placer les sportifs en position de force dans leur négociation du temps imposé par l'institution.
- 31 Tous les SHN ne pouvant imposer leur propre organisation, l'acceptation du temps institutionnel passe aussi par la capacité à s'en extraire sur des courtes périodes afin de réintroduire du temps entièrement décidé au niveau individuel (ou au sein d'un groupe de pairs qui entretiennent des relations amicales extra-entraînement). Comme les élèves préparatoires (Darmon, 2013), les SHN qui témoignent d'une capacité à s'octroyer des moments courts et maîtrisés de relâchement et à trouver des moyens divers pour sortir de l'environnement du sport de haut niveau ont en général un meilleur vécu. Ce sont ces moments limités de « sorties » qui permettent par ailleurs un engagement sportif maximal bien vécu. Au sein de l'INSEP, la formation, par exemple, peut être utilisée comme une telle stratégie : les cours permettent un repos physique et constituent des heures où les SHN ne pensent pas à la performance et rencontrent d'autres personnes que leurs camarades d'entraînement.

32 Ces observations conduisent à une remarque importante : même au sein d'une institution qui peut sembler relativement « fermée », le pouvoir institutionnel n'a pas la capacité d'imposer totalement un emploi du temps uniforme, et en ce sens l'INSEP ne peut être qualifiée d'institution totale (Goffman, 1968). En effet, les individus disposent toujours d'une certaine marge de manœuvre dans l'agencement de leurs temps, qui contribue à créer des représentations, donc des temps subjectifs différents. Cela questionne le regard de l'encadrement sportif quant à la prise en compte de l'autonomie dans le cadre de l'entraînement. En effet, tous les SHN n'ont pas les mêmes possibilités sociales de maîtrise du temps, et cela contribue à faire émerger des figures de « maîtres du temps » (Darmon, 2013). On est en droit de se demander si les athlètes les plus performants ne sont en fait pas ceux qui ont une plus grande capacité à maîtriser ce temps institutionnel. Ainsi, on comprend que tous ne sont pas égaux dans la préparation sportive, et il convient alors de déplacer le regard sur la production de la performance. En cherchant à imposer une structure temporelle unifiée et commune à l'ensemble de la communauté, l'INSEP en tant qu'institution contribue à favoriser les SHN déjà dotés des ressources les plus importantes (passage précoce par les pôles, résultats probants, etc.) dans l'optique de la préparation sportive. Le pouvoir institutionnel d'organiser le temps vient en fait rencontrer des individualités qui sont enclines à (re)composer avec « la succession temporelle des événements » (Elias, 1996, p. 54) imposés, d'où des rythmes individualisés. D'un autre côté il faut garder en tête que l'individualisation de l'emploi du temps peut nuire à la cohésion du collectif.

## Repenser l'articulation entre temps de travail et temps de loisir

33 Cette articulation entre temps institutionnel et temps individuel renvoie à une autre discussion : celle de l'articulation entre temps de travail et de loisir. Les ambiguïtés tiennent notamment au fait que le temps de préparation à la performance n'est assimilé totalement ni à du temps de travail, ni à du temps de loisir. La pratique sportive constitue un loisir, du temps pour soi pour les individus ; cependant, au fur et à mesure de la progression vers le haut niveau, on peut raisonnablement penser que celle-ci relève plutôt de l'ordre du travail. La difficulté à penser les sportifs comme travailleurs est bien documentée par les sciences sociales (Fleuriet et Schotté, 2008), et elle est encore plus grande s'agissant de sportifs d'élite « amateurs » qui ne bénéficient donc pas officiellement d'un statut de professionnel (la grande majorité de ceux présents à l'INSEP). Pourtant, leur pratique est largement professionnalisée et la mobilisation d'études sur les temps de travail à titre comparatif recèle une portée heuristique indéniable. La tendance des SHN à vouloir agir sur leur temps en se réappropriant et en ré-agencant les temps institutionnels fait penser aux travailleur-se-s qui cherchent à modifier leurs temps et horaires de travail afin de mieux concilier leur vie au travail et personnelle, à l'instar des conductrices de bus (Scheller, 2009) ou des soignantes de l'hôpital public (Vincent, 2014), dont les études révèlent bien l'imbrication forte entre temps de travail et temps pour soi et un nécessaire « ajustement des temps de vie aux temps de travail » (Scheller, 2009). En fonction de leurs attentes, de leur situation personnelle et/ou familiale, de leurs engagements, les SHN sont demandeurs d'organisations temporelles différentes et s'éloignant de la norme. Ils ne souhaitent pas instabilité et fluidité, au contraire des conductrices de bus (Scheller, 2009), tant une organisation chronométrée est caractéristique du milieu du sport de haut niveau. En revanche, ils appellent une flexibilité dans l'utilisation temporelle des ressources

proposées par l'institution, et ces demandes d'agencements des temps sociaux sont majoritairement contraintes par d'autres types de temporalités sociales. Comme les soignantes qui préfèrent l'organisation en journées de 12 heures permettant de concentrer leur temps de travail sur un nombre restreint de journées et de libérer plus de jours de vacances (Vincent, 2014), des SHN racontent comment ils ré-agencent leurs temps sociaux pour mieux les concentrer et donc, les concilier : ainsi, ce lutteur qui sacrifie les temps familiaux durant la période compétitive pour mieux se consacrer à ses amis, à sa famille en automne :

Octobre, novembre, décembre après les [championnats du] monde on a des fois un mois de vacances. Moi, je pars en club avec ma femme. Je profite un peu, on fait la fête. On déconnecte un petit peu. C'est important. [33 ans, externe, professeur de sport]

- 34 Pour autant, la maîtrise des temps par les SHN ne vise pas seulement à libérer du temps de repos. Elle permet aussi, dans un mouvement auto entretenu, de se montrer plus efficient pour laisser de la place dans l'emploi du temps à l'ensemble des ressources qui revendiquent une expertise dans la préparation sportive. Ce temps gagné est donc l'occasion d'en faire davantage (Vincent, 2014), et contribue à inscrire les SHN dans la logique de l'accélération du temps (Rosa, 2010) caractérisée par une augmentation, une densification et une juxtaposition des unités de temps. Cette composante objective de l'accélération du temps se double d'une composante subjective qui lui est intimement liée et qui correspond à la recrudescence du sentiment d'urgence, de la pression et du stress temporels (Rosa, 2010 ; Burlot et al., 2016). Ce double processus de l'accélération contribue à expliquer un vécu plus ou moins difficile des rythmes de vie pour ceux qui se sentent les plus soumis à la pression de l'urgence temporelle.
- 35 On comprend donc que les vécus différents des SHN conduisent à mettre en œuvre des stratégies de « maîtrise du temps » (Darmon, 2013) ou de « rationalité calculatrice du temps » (Vincent, 2014) variées. En retour, ces stratégies viennent infléchir le temps subjectif des individus. En ce sens, ces propos se rapportant aux soignantes travaillant en hôpital public se transposent aisément au cas des SHN : « Avec des horaires et des jours de travail atypiques au regard de la norme standard de travail, c'est souvent au prix d'arrangements complexes que les soignantes parviennent à maintenir cet équilibre entre travail et repos auquel elles tiennent. » (Vincent, 2014). Il faut alors concevoir les SHN comme de véritables travailleurs, et le « repos » se réfère dans leur cas aux temps de loisirs personnels, mais aussi aux temps de formation qui pour beaucoup agissent comme des soupapes de décompression. Reste que la préparation sportive empiète sur des temps extra-sportifs (que l'on pense à l'alimentation, de plus en plus régulée, ou aux sociabilités des SHN qui se déploient quasi exclusivement avec les pairs) et que cela contribue à créer des représentations de leurs emplois du temps qui leur sont spécifiques. Le problème de la récupération et de ses techniques spécifiques (balnéothérapie, cryothérapie, etc.) repose justement sur le fait qu'elle dispose d'un statut ambivalent : les SHN et les encadrants ont du mal à définir si elle fait partie de la préparation sportive (donc d'un temps de travail) ou du repos des individus. En conséquence, les SHN peinent à considérer ces séances comme du temps de travail en autonomie (si elles ne sont pas encadrées directement par l'entraîneur) et les sacrifient alors souvent au profit d'autres activités de repos ou de récupération jugées prioritaires.

## Conclusion

- 36 Dans le cadre du processus de production de la performance sportive, la démarche sociologique peut être mobilisée de façon stimulante à un niveau très micro : il s'agit de comprendre les parcours, vécus et représentations individuels, profondément subjectifs, dans leurs rapports au temps, et de les inscrire dans un contexte social plus large qui permet de considérer chaque cas singulier comme une conjonction de dimensions collectives. Dans la lignée de N. Elias (1996), nous sommes convaincus de la nécessité de passer par une compréhension de l'expérience individuelle afin de mieux saisir « l'objet temps ». Alors que le double projet est largement débattu voire critiqué par certains acteurs du monde sportif, une double entrée, à la fois par l'organisation objective des emplois du temps et la façon dont ils sont perçus, permet de montrer que les différents engagements des SHN ne sont pas concurrents mais peuvent aussi être complémentaires, permettant à chaque individu de se créer son propre rythme de vie à la croisée de contraintes collectives et institutionnelles. L'INSEP se caractérise ainsi par une forte individualisation des calendriers de ses membres, bien plus que dans les classes préparatoires, où celle-ci n'émerge vraiment qu'au moment des concours (Darmon, 2013). Si les configurations particulières prédominent, le sociologue ne doit pas renoncer à en proposer une explication au profit d'une approche purement individuelle.
- 37 L'importance de l'hétérogénéité des situations nous a permis de prolonger l'analyse du rapport au temps en envisageant précisément la disjonction et l'articulation entre temps objectif et subjectif dans le contexte d'une socialisation secondaire. Il semble que la possibilité d'agir sur son emploi du temps contribue à en améliorer la perception et donc à mieux vivre un emploi du temps objectivement très chargé. Prendre en compte le vécu du sportif face à son emploi du temps est nécessaire tant son ressenti est au fondement de son épanouissement, et que ce dernier est essentiel dans l'optique d'une préparation à la performance aussi exigeante. Ainsi, temps sportif et temps scolaire par exemple sont trop souvent pensés en opposition car, de manière quantitative, ils entrent en concurrence. Ils peuvent pourtant apparaître complémentaires et il n'est alors pas nécessaire de sacrifier l'un de ses engagements pour réussir dans l'autre, même si cela se fait toujours au prix d'un certain « bricolage » (Delalandre et Demeslay, 2015). Nous nous inscrivons donc dans la lignée de travaux qui ont mentionné le rôle d'une organisation efficace du temps dans la réussite du double projet dans le cas d'athlètes slovaques (Geraniosova et Ronkainen, 2015) ou d'athlètes français, finlandais et britanniques (Aquilina, 2013).
- 38 La possibilité laissée aux SHN d'agir sur l'organisation temporelle institutionnelle révèle en creux les profondes différences voire inégalités qu'il existe entre eux. Il apparaît clairement, et c'est ici le résultat majeur, que ce n'est pas seulement l'organisation objective, mais aussi la représentation subjective du temps qui est déterminée socialement. Nous souscrivons aux propos de N. Elias : « la représentation du temps chez un individu donné dépend donc du niveau de développement des institutions sociales représentant le temps et diffusant sa connaissance ainsi que des expériences que l'individu en a faites dès son plus jeune âge. » (Elias, 1996, p. 18). Nous avons montré l'importance de plusieurs caractéristiques, à la fois institutionnelles et individuelles, propres au monde du sport de haut niveau, qui peuvent être décryptées sociologiquement afin d'envisager la variation des temps subjectifs. Ainsi l'organisation temporelle du sport de haut niveau ne peut se résumer à des temps sportifs ; au contraire, il existe de



nombreux temps qui souvent se juxtaposent, se confrontent, et finalement doivent être agencés au mieux afin de permettre la pleine réalisation du projet de vie (Burlot et al., 2016). De cet agencement et de la capacité des sportifs à composer à la fois avec les contraintes et ressources temporelles de l'institution dépend leur habilité à satisfaire au mieux aux injonctions multiples qui pèsent sur eux, tout en « le vivant bien ». Traiter la question de la perception du temps doit ensuite permettre d'ouvrir une réflexion sur la façon dont il est géré. À ce niveau il semble que le poids de la socialisation primaire revêt une forte importance, et il faudrait alors intégrer des variables classiques telles que le sexe ou l'origine sociale dont on sait qu'elles structurent le rapport au temps et la maîtrise de celui-ci, à la suite de l'analyse esquissée par Muriel Darmon (2013). Nous nous sommes focalisés sur un moment de socialisation secondaire (Berger et Luckmann, 2012), et dans cette optique avons décidé de nous centrer uniquement sur des facteurs intrinsèques, relevant de l'organisation institutionnelle du monde du sport de haut niveau. Il serait fécond, pour poursuivre ce travail, d'explorer l'articulation entre les socialisations primaires et la socialisation sportive.

---

## BIBLIOGRAPHIE

- AQUILINA D., 2013. "A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance", *The International Journal of the History of Sport*, 30:4, p. 374-392.
- BERGER P. et LUCKMANN T., 2012. *La construction sociale de la réalité*, Paris, Armand Colin.
- BERTRAND J., 2012. *La fabrique des footballeurs*, collection « Corps, Santé, Société », Paris, La dispute.
- BERTRAND J., 2011. « La vocation au croisement des espaces de socialisation. Étude sociologique de la formation des footballeurs professionnels », *Sociétés contemporaines*, 82, p. 85-106.
- BERTRAND J., 2008. « Se préparer au métier de footballeur : analyse d'une socialisation professionnelle », *STAPS*, 82 : 4, p. 29-42.
- BOUCHETAL PELLEGRINI F. et al., 2006. *Carrière sportive. Projet de vie*, collection « Entraînement », Paris, INSEP Publications.
- BOUFFARTIGUE P. et BOUTEILLER J., 2006. « Jongleuses en blouse blanche », *Temporalités [En ligne]*, 4.
- BURLLOT F., RICHARD R. et JONCHERAY H., 2016. « The life of high-level athletes: The challenge of high performance against the time constraint », *International Review for the Sociology of Sport*, 16.
- DARMON M., 2013. *Classes Préparatoires, La fabrique d'une jeunesse dominante*, Laboratoire des sciences sociales, Paris, La découverte.
- DARMON M. et SCHOTTÉ M., 2016. « Classer des élèves, classer des coureurs. Les hiérarchies dans les institutions d'excellence », *Sociétés contemporaines*, vol 2, n° 102, p. 45-73.
- DEBOIS N. et LESEUR V., 2013. "Athletes' careers in France: In pursuit of excellence in sport and life", in STAMBULOVA T. V. and RYBA N. B., (eds), *Athletes' Careers Across Cultures*, New York: Routledge, p. 90-102.
-

- DEGENNE A. et al., 2002. « Les usages du temps : cumuls d'activités et rythmes de vie », *Économie et statistique*, p. 352-353.
- DELALANDRE M. et DEMESLAY J., 2015. « Prises sur le futur et articulation des temporalités chez les sportifs de haut niveau », *Temporalités* [En ligne], 22.
- DEMESLAY J. et LE NOÉ O., 2015. « Des noms et des nombres. Régimes réputationnels et horizons temporels dans le sport de haut niveau », *Terrains & travaux*, vol 1, n° 26, p. 203-222.
- DERYCKE S., 2016. *Du croire en milieu sportif. Immersion réflexive à l'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance auprès des sportifs de haut niveau en athlétisme*, Thèse de doctorat en sociologie, EHESS.
- DERYCKE S., 2015. « Ascèse sportive et mode de vie communautaire : le quotidien de sportifs de haut niveau en athlétisme », *L'Atelier du Centre de recherches historiques* [en ligne], 15.
- ELIAS N., 1996. *Du Temps*, Paris, Fayard.
- FLEURIEL S. et SCHOTTÉ M., 2008. *Sportifs en danger. La condition des travailleurs sportifs*, Paris, Éditions du Croquant.
- GERANIOSOVA K. et RONKAINEN N., 2015. "The experience of dual career through Slovak athletes' eyes", *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 66(1), p. 53-64.
- GOFFMAN E., 1968. *Asiles*, Paris, Les Éditions de Minuit.
- HONTA M., 2007. "Organising the dual sporting-social project for high level athletes in France: The difficulties of learning of collective action", *International Review for the Sociology of Sport*, 42(2), p. 133-148.
- JACQUOT L. et SETTI N., 2006. « Les ambivalences des 35 heures dans un organisme de sécurité sociale ou l'utopie du temps choisi », *Temporalités* [En ligne], 4.
- LALLEMENT M., 2008. « Une antinomie durkheimienne... et au-delà », *Temporalités* [En ligne], 8.
- LE NOÉ O., 2015. « Veni, vidi, lusi. L'énigme du loyalisme des judokates de haut niveau », *Sociologie du travail*, 57.
- MENNESSON C. et al., 2012. « L'incorporation du genre en gymnastique rythmique », *Ethnologie française* 3 (42), p. 591-600.
- PAPIN B., 2008. « Capital corporel et accès à l'excellence en gymnastique artistique et sportive », *Journal des anthropologues* [En ligne], p. 112-113.
- ROSA H., 2010. *Accélération. Une critique sociale du temps*, Paris, La Découverte.
- SHELLER L., 2009. « Le temps des conductrices de bus. Pour un espace de pensée entre activité professionnelle et personnelle », *Temporalités* [En ligne], 9.
- THOEMMES J., 2012. « La mesure des temps des cadres : une solution pour sortir des difficultés professionnelles ? », *Temporalités* [En ligne], 16.
- VARRO G., 2005. « Dix ans après les Accords de Dayton », *Temporalités* [En ligne], 3.
- VIAUD B. et PAPIN B., 2012. « Temps sportif, santé du champion et logique de l'urgence », *Staps*, 2 (96-97), p. 9-27.
- VINCENT F., 2014. « Travailler pour son « temps de repos » ? Sens et usages du temps hors travail des soignantes en 12 heures à l'hôpital public », *Temporalités* [En ligne], 20.

## NOTES

1. Depuis la loi dite « Mazeaud » du 29 octobre 1975, l'engagement des SHN dans un double projet alliant aspect sportif et scolaire ou professionnel est une obligation imposée aux fédérations.
  2. La densité des calendriers de compétitions varie selon les sports, allant d'un rythme hebdomadaire pour le basket-ball ou le football à moins d'une dizaine de compétitions annuelles pour la gymnastique.
  3. L'accès au haut niveau est structuré au niveau fédéral par un « Parcours d'Excellence Sportive » (PES) qui prévoit le passage dans différentes structures successives : sections sportives, pôles espoirs, puis pôles France jeunes et enfin pôle France senior.
- 

## RÉSUMÉS

À travers une enquête qualitative par entretiens menée auprès des sportifs de haut niveau de l'INSEP, nous nous intéressons à leur rythme de vie qui articule des temps nombreux et variés : temps sportif (entraînement, préparation, compétition), temps scolaire ou universitaire, temps professionnel, temps de récupération, temps de loisir privé et social, etc. Dans ce contexte il apparaît que leur temps objectif (l'organisation de leur emploi du temps) et leur temps subjectif (le vécu de celui-ci) ne coïncident pas toujours. Nous identifions à la fois une capacité générale de ces sportifs à gérer une organisation temporelle particulièrement chargée (dont ils sont souvent demandeurs), mais aussi de profondes variations d'un profil de sportif à l'autre, d'où l'idée d'une construction sociale du temps subjectif. Après avoir présenté l'organisation objective des temps à l'INSEP, nous analysons le poids de plusieurs facteurs sportifs et extra-sportifs pour expliquer cette disjonction et comprendre quels éléments ont tendance à favoriser un meilleur vécu d'un emploi du temps objectivement chargé. Cela nous conduit à ouvrir la discussion sur la conception des différentes temporalités de la préparation des sportifs qui demeure floue, entre temps de travail et temps de loisir. Cette préparation s'inscrit elle-même dans un contexte institutionnel spécifique : la construction du rythme de vie de ces sportifs est alors la recherche d'un compromis entre temps collectif (et contraignant) et temps individuel (et maîtrisé).

This article is based on a qualitative survey (interviews) conducted among elite athletes of the French National Sports Institute (INSEP). Their pace of life is composed of various temporalities: sports (training and competing), studying, working, recovering, leisure time, and so on. It therefore appears that objective time (meaning the organization of their timetables) does not always correspond to subjective time (how they experience it). We think elite athletes are generally capable of handling a very busy schedule (which they usually find desirable). But we also become aware of the particularities of different profiles of athletes which lead us to identify sociological factors (both related and unrelated to sports) in order to comprehend how their subjective time is socially constructed. We first present the objective organization of the timetables at INSEP and then focus on various elements which may improve how an objectively very busy timetable is actually experienced. This allows us to discuss whether elite athletes' preparation time is considered working time or free time. Moreover, their pace of life is

generated at the intersection of an institutional, collective and coercitive temporality, on the one hand, of individual and self-controlled time, on the other hand.

A partir de una investigación cualitativa basada en entrevistas, abordamos el ritmo de vida de deportistas de alto nivel del INSEP (Institut national du sport, de l'expertise et de la performance - Francia). Dicho ritmo articula numerosos y variados tiempos: deportivo (entrenamiento, preparación, competición), escolar o universitario, profesional, de recuperación, de esparcimiento privado y social, etc. En este marco, observamos que el tiempo objetivo (el de la organización de su agenda) y el tiempo subjetivo (el de la vivencia del tiempo) no siempre concuerdan. Si bien los deportistas estudiados tienen la capacidad de manejar una organización temporal particularmente densa (que ellos mismos reclaman), también existen variaciones profundas entre los diferentes perfiles. Por eso hablamos aquí de construcción social del tiempo subjetivo. Presentaremos en primer lugar la organización objetiva de los tiempos en el INSEP, y luego analizaremos el peso de distintos factores (deportivos y extra-deportivos) que explican los mencionados desacuerdos e identificaremos los elementos tendientes a favorecer una mejor vivencia de las agendas. En este marco, discutimos la concepción de las diferentes temporalidades en la preparación de los deportistas, concepción aún escasamente definida, especialmente respecto del tiempo de trabajo y del tiempo de esparcimiento. En la medida en que dicha preparación se inscribe a su vez en un contexto institucional específico, la construcción del ritmo de vida de los deportistas resulta de la búsqueda de un compromiso entre tiempos colectivos (restrictivos) y tiempo individual (controlado).

## INDEX

**Keywords** : pace of life, objective time, subjective time, temporal socialisation, elite athletes, performance

**Palabras claves** : ritmo de vida, tiempo objetivo, tiempo subjetivo, socialización temporal, deportivos de alto nivel, performance

**Mots-clés** : rythme de vie, temps objectif, temps subjectif, socialisation temporelle, sportifs de haut niveau, performance

## AUTEURS

### MATHILDE JULLA-MARCY

CeRSM (EA 2931), Université Paris Nanterre, 200 avenue de la République, 92001 Nanterre  
mathilde.jm@parisnanterre.fr

### FABRICE BURLLOT

Laboratoire Sport, Expertise et Performance (EA 7370), INSEP, Département de la Recherche, 11, avenue du Tremblay, 75012 Paris  
fabrice.burlot@insep.fr

### FANNY LE MANCQ

CesamS (EA 4260), Université de Caen Normandie, UFR STAPS, Campus 2, Boulevard du Maréchal Juin, Bureau SP160, 14032 Caen Cedex  
fanny.lemancq@unicaen.fr