



**HAL**  
open science

## **Le rôle des facteurs sociaux dans l'accès et le maintien à une carrière de haute performance en athlétisme & La question de la spécificité de la performance féminine**

Hélène Joncheray, Sylvaine Derycke, Christine Hanon, Mathilde Julla-Marcy, Lucie Forté, Rémi Richard, Julia Elefteriou, Anaïs Sabot, Quentin de Larochembert

### ► **To cite this version:**

Hélène Joncheray, Sylvaine Derycke, Christine Hanon, Mathilde Julla-Marcy, Lucie Forté, et al.. Le rôle des facteurs sociaux dans l'accès et le maintien à une carrière de haute performance en athlétisme & La question de la spécificité de la performance féminine. [Rapport de recherche] INSEP; Fédération française d'athlétisme; Ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse et des sports. 2021. hal-03227729

**HAL Id: hal-03227729**

**<https://insep.hal.science/hal-03227729v1>**

Submitted on 17 May 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.



MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE,  
DE LA JEUNESSE  
ET DES SPORTS

Liberté  
Égalité  
Fraternité

ATHLÉTISME  
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

INSEP

# LE RÔLE DES FACTEURS SOCIAUX DANS L'ACCÈS ET LE MAINTIEN À UNE CARRIÈRE DE HAUTE PERFORMANCE EN ATHLÉTISME

&

## LA QUESTION DE LA SPÉCIFICITÉ DE LA PERFORMANCE FÉMININE



Crédit photo : K&A&P

### RAPPORT 2021

Coordonné par **Hélène Joncheray** (INSEP), **Sylvaine Derycke** (Université de Bretagne Occidentale)  
& **Christine Hanon** (Fédération Française d'Athlétisme)

Avec les contributions de **Mathilde Julla-Marcy** (Université de Nantes), **Lucie Forté** (Université de Toulouse),  
**Rémi Richard** (Université de Montpellier), **Julia Elefteriou** (Université de Paris), **Anaïs Sabot** (Université de Bretagne  
Occidentale) et **Quentin Delarochelambert** (INSEP).



# Remerciements

Cette étude n'aurait pas vu le jour sans l'accord et l'intérêt de **Patrice Gergès** (Directeur Technique National de la Fédération Française d'Athlétisme) pour le sujet, sans la **sollicitation** et l'**indispensable travail de mise en relation** ainsi que les **échanges fréquents** et **précieux** avec **Christine Hanon** (responsable scientifique, Fédération Française d'Athlétisme).

Nous tenons également à remercier **Monique Amiaud** (anciennement à la Mission d'Optimisation de la Performance, INSEP puis Agence Nationale du Sport) pour la transmission des données nécessaires à l'analyse statistique succinctement présentée dans la première partie du rapport.

Enfin, nous remercions tous les **athlètes et acteurs** – qui accompagnent ces derniers au quotidien dans la construction de la haute performance : entraîneurs, préparateurs physiques et mentaux, agents, dirigeants, élus – qui ont accepté de partager leurs expériences, par l'intermédiaire **d'entretiens** (n=52) réalisés en 2019 et 2020.

Ce travail a bénéficié du **financement** de la Fédération Française d'Athlétisme (2019) puis du Ministère des Sports (2020).

## L'équipe de recherche

L'équipe était constituée de 5 chercheurs et 2 étudiantes. 2 des chercheurs ayant participé à l'enquête sont d'anciennes sportives de haut niveau, dont 1 en athlétisme, 1 chercheure a performé au niveau national en athlétisme également ; 3 ont réalisé leur terrain de recherche de doctorat dans le sport de haut niveau ; 4 chercheurs sont enseignants-chercheurs en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives.

## Conseils de lecture

Ce travail sur le sport de haute performance a pour objectif de **relever d'éventuelles différences en fonction du niveau de performance et du sexe des athlètes**.

Pour préserver l'anonymat des athlètes et acteurs interviewés, les informations permettant de les identifier ont été limitées. Cependant, le sexe est indiqué sous la forme **F** pour **femmes** et **H** pour **hommes** ; et le niveau de performance sous la forme **TE** pour **Top Elite**, **E1** pour **Elite 1**, **E2** pour **Elite 2**, **HN** pour **Haut Niveau** (voir typologie, pp. 8-9).

Lorsqu'aucune information n'est indiquée explicitement au sujet du niveau de performance et/ou du sexe des athlètes, cela signifie que les données récoltées ne permettent pas de préciser de décompte, mais uniquement de mettre en avant de **grandes tendances**.

Dans certains thèmes, nous proposons des « **profils** » d'athlètes ayant pour but de faciliter la lecture et de mieux se représenter l'ensemble des cas de figure possibles. Ils n'engagent **aucun jugement de valeur**.

# I Sommaire

Remerciements .....	3
Introduction .....	6
<b>1 I Analyse statistique .....</b>	<b>7</b>
1.1 Objectif de l'analyse statistique .....	7
1.2 Population de l'analyse statistique .....	7
1.3 Principaux résultats de l'analyse statistique .....	7
<b>2 I Analyse des entretiens athlètes &amp; acteurs de la haute performance .....</b>	<b>8</b>
2.1 Présentation de l'enquête par entretiens.....	8
2.1.1- Les guides d'entretien.....	8
2.1.2 - La population interrogée.....	8
2.2 L'engagement dans une carrière en athlétisme.....	8
2.2.1 - La découverte de la pratique sportive puis de l'athlétisme .....	8
2.2.2 - Le « choix » de l'athlétisme et le « choix » d'une spécialité.....	9
2.2.3 - De l'engagement sportif à la professionnalisation .....	9
2.2.4 - Des éléments spécifiques au genre ?.....	9
<b>3 I La place de la carrière sportive dans le projet de vie .....</b>	<b>10</b>
3.1 Le « choix » d'études post-baccalauréat.....	10
3.2 Le projet de reconversion, en début et/ou fin de carrière.....	10
3.3 La famille comme ressource et/ou comme poids.....	10
3.4 Des éléments spécifiques au genre ? .....	11
<b>4 I La découverte puis la « navigation » dans le marché athlétique.....</b>	<b>11</b>
4.1 Devenir sportif de haute performance - un apprentissage « sur le tas » .....	11
4.2 L'engagement dans une carrière en athlétisme.....	12
4.2.1 - La sollicitation du secteur non fédéral : atouts et risques .....	12
4.2.2 - L'INSEP : un rapport ambivalent .....	12
4.3 Des éléments spécifiques au genre ? .....	12
<b>5 I La performance sportive... performance économique ?.....</b>	<b>13</b>
5.1 La performance économique .....	13
5.1.1 - Les différents profils d'athlètes .....	13
5.1.2 - L'impact de la situation économique sur la carrière .....	13
5.1.3 - Les stratégies pour viser la stabilité des revenus et assurer l'après-carrière .....	14
5.1.4 - Les problèmes structurels au sport de haute performance et au statut d'entrepreneur libéral .....	14
5.2 La place de l'image et des réseaux sociaux dans la performance .....	14
5.2.1 - Les réseaux sociaux .....	14
5.2.2 - Les risques .....	14
5.2.3 - La place des entraîneurs .....	14

5.3 Des situations défavorables à l'optimisation de la performance : le cumul des inégalités.....	15
5.3.1 - Des inégalités territoriales .....	15
5.3.2 - Des inégalités en fonction des spécialités.....	15
5.4 Des éléments spécifiques au genre ? .....	15
<b>6   Les choix stratégiques dans la carrière .....</b>	<b>16</b>
6.1 Les changements organisationnels .....	16
6.2 Le rôle de la FFA dans ces changements d'organisation .....	17
6.3 Les facteurs d'optimisation de la performance .....	17
6.3.1 - Savoir comment optimiser la performance.....	17
6.3.2 - Les limites .....	17
6.3.3 - La prise en charge médicale .....	18
6.4 La parentalité : maternité versus paternité.....	18
6.5 Des éléments spécifiques au genre ? .....	18
<b>7   Les carrières des acteurs interrogés.....</b>	<b>19</b>
7.1 L'engagement dans une carrière en athlétisme.....	19
7.1.1 - Une majorité d'anciens athlètes.....	19
7.1.2 - Un engagement social et éducatif .....	19
7.1.3 - La situation professionnelle.....	19
7.1.4 - Le parcours professionnel.....	20
<b>8   Les acteurs dans l'exercice de leur métier.....</b>	<b>20</b>
8.1 Les relations des acteurs avec la fédération.....	20
8.2 Le « choix » du staff.....	20
8.3 La relation aux athlètes.....	21
8.4 La constitution du groupe d'athlètes et sa gestion.....	21
8.4.1 - La constitution du groupe d'athlètes.....	21
8.4.2 - La gestion du groupe d'athlètes.....	21
8.5 L'individualisation des entraînements.....	22
8.6 Des éléments spécifiques au genre ? .....	22
<b>Conclusion .....</b>	<b>23</b>
<b>Pistes de réflexion .....</b>	<b>25</b>

# Introduction

## Objectifs de l'enquête

Depuis au moins 10 ans, les **athlètes françaises** sont **moins performantes** sur la scène **internationale** (olympique et mondiale) que leurs homologues masculins. Pour en comprendre les raisons, nous avons souhaité établir un état des lieux – peu documenté à ce jour – des facteurs sociaux qui influencent **l'accès et le maintien à la haute performance en athlétisme**.

L'objectif de ce travail est donc double : d'une part il est de mieux comprendre les facteurs sociaux contribuant à la performance des athlètes en général et, d'autre part, il s'agit d'examiner les possibles divergences entre les femmes et hommes.

La **première partie** de ce rapport présente une **analyse statistique** des performances des femmes et des hommes sur la scène internationale durant les dix dernières années.

La **deuxième partie** de ce rapport s'appuie sur l'analyse de **52 entretiens** menés auprès d'athlètes (n=30) et acteurs (n=22) de **l'athlétisme de haute performance en France**. Elle permet d'aborder de manière qualitative la question des **facteurs sociaux** qui constituent des leviers ou des freins à la haute performance ; dont certains sont, bien sûr, déjà **pris en compte** par la **Fédération Française d'Athlétisme**.

# 1 | Analyse statistique

## 1.1 OBJECTIF DE L'ANALYSE STATISTIQUE

L'objectif principal de cette analyse statistique – tests d'indépendance du Chi2 de Pearson, par l'intermédiaire des logiciels R et RStudio – était d'étudier **les répartitions femmes/hommes** en fonction des performances obtenues au cours des compétitions européennes, mondiales et olympiques, de **2008 à 2018** :

- en situant l'**athlétisme français** vis-à-vis de l'ensemble **des sports français** à travers la répartition femmes/hommes en fonction de la performance obtenue au sein de la délégation française ;
- en situant la **France** vis-à-vis des **nations concurrentes ciblées** à travers la comparaison des répartitions femmes/hommes en fonction de la performance obtenue, au sein de la délégation française et des nations concurrentes cibles.

## 1.2 POPULATION DE L'ANALYSE STATISTIQUE

La population étudiée rassemble les sportifs français sélectionnés aux :

- 3 derniers Jeux Olympiques d'été ;
- 5 derniers Championnats du Monde d'Athlétisme ;
- 5 derniers Championnats d'Europe d'Athlétisme.

Soit **N = 1 566 observations**

Figure 1. Les compétitions internationales prises en compte dans l'analyse statistique.



Tableau 1. La répartition des données – le nombre de participations de sportives et sportifs français – prises en compte dans l'analyse statistique, en fonction du type de compétition internationale.

	Données femmes (n)	Données hommes (n)	Total
JO (tous sports)	359	508	867
JO (athlétisme)	67	87	154
CM (athlétisme)	85	144	229
CE (athlétisme)	118	198	316
Total	629	937	1 566 observations

## 1.3 PRINCIPAUX RÉSULTATS DE L'ANALYSE STATISTIQUE

- Au sein de la délégation française d'athlétisme, la **performance** obtenue est **significativement dépendante du sexe** au niveau **olympique** (2008 à 2016) et **mondial** (2009 à 2017), mais ne l'est pas au niveau **européen** (2010-2018).
- Lors des **3 derniers Jeux Olympiques** (2008, 2012, 2016), **tous sports confondus**, nous avons étudié la **répartition du nombre de médailles** remportées par des femmes et des hommes, au regard du nombre de sportifs sélectionnés. Nous avons constaté que :
  - » les 2 premières nations (États-Unis et Chine) présentent une surreprésentation de médailles remportées par des femmes ;
  - » les 4 nations suivantes ne présentent pas de sur/sous-représentations ;
  - » **la France, classée à la 7-8ème place, est la seule parmi les 9 premières nations à présenter une sous-représentation significative de médailles remportées par des femmes** et, dans une moindre mesure, de places de finalistes obtenues par des femmes ;
  - » exceptée la France, les 2 autres **nations** classées entre la **7ème à la 9ème** place lors des 3 derniers Jeux Olympiques (2008, 2012, 2016) ne présentent pas de sur/sous-représentations.
- En **athlétisme**, entre **2008 et 2018**, les résultats mettent en avant :
  - » **une sous-représentation** significative de médailles remportées par **des athlètes françaises femmes aux Jeux Olympiques** ;
  - » **une sous-représentation de médailles** remportées par des **athlètes françaises femmes aux Championnats du Monde** ;
  - » une absence de différence entre les médailles remportées par des athlètes français, femmes et hommes, aux Championnats d'Europe.

La France est la seule des 9 premières nations des 3 derniers JO, tous sports confondus, à présenter une sous-représentation significative de médailles remportées par les femmes. Cette sous-représentation significative a également été constatée en athlétisme.

Au regard de ces premiers résultats issus d'une **analyse statistique**, nous avons souhaité les approfondir par un travail plus **qualitatif**. A partir d'entretiens menés auprès des athlètes et des acteurs (**n=52**) nous avons cherché à identifier **le rôle des facteurs sociaux** dans l'accès et le maintien à la **haute performance en athlétisme** ainsi que **d'éventuelles spécificités féminines**.

## 2 | Analyse des entretiens athlètes & acteurs de la haute performance

### 2.1 PRÉSENTATION DE L'ENQUÊTE PAR ENTRETIENS

#### 2.1.1- Les guides d'entretien

2 guides d'entretien semi-directifs ont été créés pour mener cette enquête :

- 1 guide utilisé pour les entretiens avec les **athlètes de haute performance** abordant les premiers pas dans le sport puis en athlétisme, la trajectoire sportive et professionnelle, la vie de sportif de haut niveau, les périodes de doute, de césure, de blessure ;
- 1 guide utilisé pour les entretiens avec les **acteurs de la haute performance en athlétisme** abordant la carrière, le métier (fonctions et évolutions), la formation, les conditions de travail.

#### 2.1.2 - La population interrogée

- 30 athlètes français de haute performance soit 15 femmes et 15 hommes.
  - » La représentativité des différentes **spécialités** de l'athlétisme a été prise en considération.
  - » La moyenne **d'âge** des athlètes interrogés était de 31 ans (année de naissance 1988).
  - » Tous les athlètes interrogés se sont qualifiés, **à plusieurs reprises**, en Championnats Internationaux (CI) senior. Au total, sur la période allant de **2008 à 2018**, nous avons interrogé **44 % des médaillés seniors individuels hommes, et 57 % des médaillées seniors individuelles femmes.**
  - » Une **typologie** des niveaux de performance des athlètes a été réalisée au regard de leur palmarès **individuel** :
    - Les « **Top Elite** » (TE) : au minimum **deux médailles en CI** dont au moins 1 en **Championnats du Monde et/ou aux Jeux Olympiques**, soit **3 femmes et 7 hommes** ;
    - Les « **Elite** » : les médaillés en Championnats d'Europe (CE) :
      - ⇒ Les « **Elite 1** » (E1), au minimum 2 médailles en CE, soit **3 femmes et 4 hommes** ;
      - ⇒ Les « **Elite 2** » (E2), 1 médaille en CE, soit **3 femmes et 1 homme** ;
    - Le « **Haut Niveau** » (HN), les non médaillés, soit **6 femmes et 3 hommes.**
  - » Les résultats des athlètes en catégorie jeune (cadet/junior/espoir) :
    - **5 femmes et 7 hommes** ont remporté au moins une médaille en CI - de 23 ans ;
    - **10 femmes et 8 hommes** n'ont pas remporté de médaille en CI - de 23 ans.

#### » Constat :

- Tous les médaillés en CI Jeunes, soit **5 femmes et 7 hommes**, ont performé en CI Senior ; **3 femmes sur 5 et 5 hommes sur 7** sont des « Top Elite » ;
  - **4 femmes et 5 hommes** n'ont pas été médaillés en CI Jeune mais ont performé en CI Senior : les 4 femmes sont « Elite », **2 des 5 hommes** sont des « Top Elite ».
- » La majorité des athlètes est issue de familles dont les parents exercent des métiers relevant des classes **populaires** (agriculteur, ouvrier, artisan) ou **moyennes** (professeur des écoles, employé, infirmier). La majorité des athlètes (**26 athlètes**) rapporte des situations économiques **stables** en ce qui concerne leurs familles.

- **22 acteurs de la haute performance** (15 acteurs et 7 actrices), soit 12 entraîneurs, 6 cadres fédéraux et 4 acteurs du secteur privé.

#### ■ Quelques chiffres sur l'enquête par entretiens

L'enquête a porté sur 52 individus ; soit environ **90 heures d'entretiens**, **2 000 pages** de verbatim et presque **1 million de mots** retranscrits.

### 2.2 L'ENGAGEMENT DANS UNE CARRIÈRE EN ATHLÉTISME

#### 2.2.1 - La découverte de la pratique sportive puis de l'athlétisme

- La **découverte de la pratique sportive** par les athlètes femmes et les athlètes hommes est quasi-exclusivement (**29/30 athlètes**) **familiale** (mère, père, frère, sœur) et/ou **amicale**. La pratique d'une ou plusieurs activités sportives (**26/30 athlètes**) avant la spécialisation en athlétisme est réalisée pour **20 athlètes en club** c'est-à-dire dans un environnement institutionnel et compétitif.
  - La **famille** attribue un rôle **important** mais aussi **différencié** à la pratique d'une activité sportive : volonté de stratégie éducative, transmission du goût de l'effort. Pour autant, la moitié des familles des athlètes se caractérise par une **méconnaissance du milieu sportif** dans sa globalité et plus spécifiquement de ses attentes.
  - Malgré le rôle indéniable de la **famille** dans la **découverte de la pratique sportive** des athlètes interrogés, la **découverte de l'athlétisme** diffère entre les femmes et les hommes. Elle est :
    - » majoritairement **scolaire (12/15 athlètes)** et dans une moindre mesure **familiale (3/15 athlètes) pour les femmes** ;
    - » **familiale (15/15 athlètes)** et plus rarement à la fois **familiale et scolaire (2/15 athlètes) pour les hommes.**
- Ainsi, si les athlètes femmes interrogées ont découvert la pratique sportive par l'intermédiaire de leur entourage familial et amical, la **spécialisation en athlétisme** est fortement dépendante de leur **pratique sportive dans le milieu scolaire** ; ce qui n'est pas le cas des athlètes hommes interrogés pour qui la **découverte de la pratique sportive** et la **spécialisation en athlétisme** sont majoritairement liées à une influence familiale.
- Le rôle des **professeurs d'Éducation Physique et Sportive**, également **entraîneurs d'athlétisme**, est donc décisif dans la découverte puis l'inscription en club d'athlétisme des athlètes

femmes, ce qui engendre inévitablement un **accès plus tardif** – possible uniquement à partir du collège – à la pratique de l’athlétisme en **club**.

### 2.2.2 - Le « choix » de l’athlétisme et le « choix » d’une spécialité

- La **moitié** de l’ensemble des athlètes interrogés a pratiqué plusieurs **familles d’épreuves avant de se spécialiser, l’autre moitié** s’est tout de suite **spécialisée dans une famille** d’épreuves voire plus rarement (**3 athlètes**) directement dans une **spécialité** (épreuve).
- Le **choix de la spécialité** naît quasi-systématiquement de plusieurs motivations interindividuelles mais celle citée par la quasi-totalité des athlètes est le **sentiment personnel et/ou la reconnaissance** par les autres **dans une performance atteinte**. Ce sentiment et/ou cette reconnaissance peuvent être associés à une **affinité** avec un **entraîneur (4 athlètes)** et/ou un **groupe d’entraînement (2 athlètes)** qui, de cause à effet, influence le choix de la spécialité.
- **3 athlètes femmes et 2 athlètes hommes** évoquent l’impact négatif que peuvent susciter des **représentations corporelles familiales, elles-mêmes négatives**, de certaines spécialités athlétiques – les **lancers** – dans leur engagement (voir 4.3.2 Inégalités de discipline).

### 2.2.3 - De l’engagement sportif à la professionnalisation

- Les **individus et éléments-clés** qui favorisent l’engagement sont multiples et variés : un membre de la **famille**, un **entraîneur d’athlétisme** attestant d’une capacité de l’athlète à atteindre un niveau de performance élevé, l’entrée dans une structure institutionnelle sportive telle **l’INSEP**, l’atteinte d’une **performance parfois précoce** en compétition, **la confrontation à meilleur** que soi, la volonté de **performer, l’identification** aux meilleurs.
- La transition d’amateur à professionnel est identifiée par tous les athlètes à de **premières sélections** et/ou à l’obtention de **médailles** validant l’atteinte d’un **niveau de performance** jugé élevé. L’engagement des athlètes devient alors plus **intensif et dévoué à l’entraînement** avec un objectif de performance. L’entraînement n’est plus associé au rituel de retrouver ses amis mais à celui de **travailler sérieusement pour performer et de performer pour réussir**.
- Cette augmentation du **temps dédié à l’entraînement** engendre, pour tous les athlètes de l’échantillon, la nécessité de **réaménager** les temps d’entraînement et ceux consacrés aux **études** voire au **travail, jusqu’au retrait, parfois, d’une vie professionnelle extra-sportive**. Ce réaménagement peut être accompagné d’autres changements à travers la mise en place de nouvelles modalités de préparation associées à :
  - » l’entrée dans une **nouvelle structure d’entraînement** pouvant nécessiter un déménagement ;
  - » des **interactions avec un nouveau staff et/ou un staff élargi**, telle la rencontre avec un agent, provoquée par l’entraîneur ;
  - » des **interactions avec de nouveaux athlètes** voire un nouveau groupe d’entraînement plus expérimenté.

### 2.2.4 - Des éléments spécifiques au genre ?

- La découverte de **l’athlétisme est familiale** chez les **hommes (15/15 athlètes)** et **scolaire et plus tardive pour les femmes (12/15 athlètes)** avec pour 3 d’entre elles des conditions, géographiques et matérielles, plus **précaires** (le club sportif du professeur d’EPS également entraîneur est éloigné du domicile de l’élève-athlète).
- Les **3 seules femmes Top Elite** interrogées ont en revanche bénéficié d’une **socialisation familiale et précoce** à l’athlétisme et de **conditions** géographiques et matérielles jugées **optimales**. Toutes les 3 ont aussi été **médaillees** en championnat international jeune (cadet/junior/espoir).
- La reconnaissance de la pratique professionnelle est plutôt associée à une reconnaissance **statutaire** chez les **athlètes femmes** (qui légitime le fait de se dire professionnelle), alors qu’elle est perçue comme un **engagement personnel** chez les athlètes **hommes** (qui peut être déconnecté de l’éventuelle reconnaissance statutaire).
- **2 athlètes hommes et 3 athlètes femmes**, mettent en avant les **représentations négatives** existantes autour des transformations physiques/de l’esthétique des **corps des lanceuses**.

La découverte de l’athlétisme est familiale chez les athlètes hommes ; scolaire et plus tardive pour 12 des 15 athlètes femmes. Les 3 seules femmes Top Elite interrogées ont en revanche bénéficié d’une socialisation familiale et précoce à l’athlétisme. Elles ont également été médaillées en championnat international jeune.

La reconnaissance de la pratique professionnelle est plutôt associée à une reconnaissance statutaire chez les athlètes femmes et à un engagement personnel chez les athlètes hommes.

5 athlètes mettent en avant les représentations négatives de l’esthétique des corps des lanceuses.

# 3 | La place de la carrière sportive dans le projet de vie

## 3.1 LE « CHOIX » D'ÉTUDES POST-BACCALAURÉAT

- Tous les athlètes, sauf 1 athlète homme et 3 athlètes femmes, se sont inscrits en **poursuite** d'études après l'obtention du baccalauréat.
- Le **premier choix d'études** post-baccalauréat est :
  - » un « **choix de cœur** » pour 7 athlètes, mené à terme pour 6 d'entre eux ;
  - » un « **choix stratégique** » pour 17 athlètes (8 athlètes hommes et 9 athlètes femmes), qui paraît compatible avec la pratique intensive de l'athlétisme et/ou est proposé au sein de la structure d'entraînement. Ce choix est réalisé :
    - par défaut pour 8 athlètes hommes et 6 athlètes femmes, c'est-à-dire sans motivation pour une formation particulière ;
    - en fonction des opportunités du moment ;
    - en faisant le « *deuil* » d'une formation.
- La **compatibilité** des études avec la pratique sportive intensive – à travers l'aspect **organisationnel** – reste pour la majorité des athlètes (26/30 athlètes) **difficile**, voire parfois **impossible**. Cette difficulté est **découverte** et/ou **réalisée après coup** et attribuée à trois facteurs qui peuvent se cumuler :
  - » une **méconnaissance** du nombre d'heures dédiées à une **préparation sportive** d'un niveau supérieur ;
  - » une méconnaissance du nombre d'heures d'engagement nécessaires pour mener à bien les **études** choisies ;
  - » la difficulté voire l'absence d'**aménagement**s proposés par les institutions scolaires/universitaires.

## 3.2 LE PROJET DE RECONVERSION, EN DÉBUT ET/OU FIN DE CARRIÈRE

- Il est **rare** que le projet de **reconversion** reste le même tout au long de la carrière sportive, il évolue en fonction des **moments**, des **opportunités**, des **contraintes**, des **performances**, etc. Le rapport des athlètes à ce projet de reconversion **dépend** donc en partie du **moment** de leur **carrière** et sa **complexité** est grandement liée à cet aspect **dynamique**.
- En conséquence, il est possible d'identifier des positionnements différents des athlètes par rapport à ce projet de reconversion :
  - » « **les décidés ou ceux qui anticipent** » - 2 athlètes femmes et 2 athlètes hommes, tous les 4 médaillés seniors, expliquent avoir toujours pensé à leur projet de reconversion.
  - » Ils ont déjà clairement identifié un projet de reconversion et ont tout mis en place pour que celui-ci puisse se **concrétiser dès la fin de leur carrière** (suivi d'une formation, contrat en cours) ;

- » « **les contaminés ou les mordus de l'athlétisme** » - 2 athlètes femmes et 1 athlète homme, tous niveaux confondus, avaient un **projet professionnel** qui s'était concrétisé par un emploi avant de s'investir de façon plus conséquente dans leur spécialité sportive, à maturité tardive. **L'arrêt** de ce premier engagement professionnel pose question, voire **repose la question de la reconversion**, lorsque le métier exercé nécessite une pratique régulière (professions paramédicales). Ce **glissement** du projet de reconversion au fur et à mesure des carrières est, dans le cas de ces athlètes, associé à une « **contamination** » sportive du projet professionnel initial ;
- » « **les athlètes qui cheminent ou se laissent le temps** » - 4 athlètes femmes et 1 athlète homme, tous niveaux confondus, expliquent **être en réflexion** à ce sujet **depuis quelques temps**. Cela engendre parfois **l'inscription dans un cursus de formation**. Cette réflexion peut être suscitée suite à un **déclin des performances**, à l'installation d'un sentiment de **fatigue** associé à une carrière sportive qui dure ou encore à une **pression familiale** ;
- » « **les insoucians ou les confiants** » - 3 athlètes femmes et 5 athlètes hommes, tous niveaux confondus, expliquent **ne pas penser à leur reconversion** et justifient ce positionnement par la pratique d'une **spécialité sportive à maturité tardive**, par le **sentiment d'incompatibilité** avec l'investissement nécessaire pour **performer**, ou encore par le fait qu'ils estiment que leurs **performances athlétiques** pourront être « **monnayées** » auprès de leur réseau dans le cadre de leur projet de reconversion.

- 3 athlètes femmes et 1 athlète homme, tous niveaux confondus, ont le sentiment que la FFA ne les accompagne pas suffisamment dans ce projet de reconversion.

## 3.3 LA FAMILLE COMME RESSOURCE ET/OU COMME POIDS

- Mis à part 2 femmes, l'ensemble des athlètes dit bénéficier d'un **soutien familial affectif et parfois logistique** voire **économique**. 3 athlètes souffrent de l'éloignement géographique familial associé aux exigences sportives.
- Selon 2 acteurs et 1 athlète, la famille peut aussi être un poids quand il s'agit de la soutenir **financièrement**.
- 1 athlète femme fait part d'un **investissement trop important** de son père dans les études.
- Le soutien familial est parfois accompagné de **pressions familiales** (4 athlètes) notamment quand trop d'**incertitudes** ou de **désaccords** engendrent des **peurs** (contre-performance voire absence de performance, changement d'entraîneur, remise en cause des études voire échec scolaire alors que le statut de professionnel n'est pas acquis, difficultés à comprendre les enjeux sportifs et scolaires). A l'inverse, 2 athlètes indiquent qu'une **bonne performance** peut **rallier la famille** aux choix de l'athlète.

### 3.4 DES ÉLÉMENTS SPÉCIFIQUES AU GENRE ?

- Les propos rapportés par les athlètes ne permettent **pas de mettre en évidence des éléments spécifiques** au **genre** quant à leurs investissements dans leur double projet. Des athlètes hommes et femmes font des **choix de cœur** (3 hommes, 4 femmes) mais aussi des **choix stratégiques** (8 hommes, 9 femmes), même si majoritairement par défaut. Une absence de différence en fonction du sexe est également constatée dans les projets de **reconversion** des athlètes hommes et femmes.
- **Pourtant, 9 acteurs** qualifient de « **besoin** », pour les athlètes femmes, de réaliser un double projet, notamment dans un objectif de recherche de **stabilité sociale et économique**. Ce besoin n'est pas rapporté pour les **athlètes hommes** qui sont jugés plus à même de prendre des « risques » économiques et sociaux.

Nous pouvons constater un écart entre les propos tenus par les athlètes et les représentations des acteurs.

Les propos des athlètes ne mettent pas en évidence d'investissement différencié, lié à leur sexe, dans leur double projet et leur projet professionnel.

A l'inverse, les acteurs différencient la place du double projet dans les carrières des athlètes femmes et hommes. Ils qualifient le double projet de « besoin » pour les athlètes femmes.

## 4 | La découverte puis la « navigation » dans le marché athlétique

### 4.1 DEVENIR SPORTIF DE HAUTE PERFORMANCE - UN APPRENTISSAGE « SUR LE TAS »

- **26/30 athlètes** évoquent la nécessité d'acquérir des compétences qui ne relèvent pas directement de la performance sportive mais qui assurent la pérennité dans le haut niveau. Ils rapportent des méconnaissances quant :
  - » au fonctionnement du **système fédéral** et à la place qu'ils pourraient y avoir ;
  - » aux **critères d'attribution de l'aide fédérale**, c'est-à-dire les aides auxquelles ils peuvent prétendre ;
  - » aux **aides fédérales** en tant que telles : optimisation des conditions d'entraînement et de compétition via notamment un support logistique (transport, hébergement, stages), accompagnement médical et paramédical, accompagnement socio-professionnel dans le projet de formation et de reconversion, aides financières.
- A l'inverse, **une minorité d'athlètes** explique qu'ils se sentent **armés pour solliciter puis avoir accès à des ressources fédérales et non fédérales**, depuis qu'ils en comprennent le fonctionnement. Ils sont identifiés par les acteurs comme étant « **éduqués** » au **système fédéral** tout en étant **acteurs** de leurs projets, ce qui leur permet également de **solliciter des partenaires privés**.
- L'obtention du **statut LNA** est considérée comme **salutaire**. Toutefois, **15 athlètes**, et ce quel que soit leur niveau de performance, estiment que les **aides fédérales** ne satisfont pas toujours **la temporalité** des parcours sportifs et **qu'elles sont insuffisantes** (en termes de ressources **financières** mais aussi **d'accompagnement socio-professionnel**).
- **7 athlètes** sont d'avis que les **aides fédérales** sont attribuées à des **sportifs qui n'en n'ont pas besoin** dans la mesure où ils les perçoivent comme suffisamment dotés par ailleurs. **A l'inverse, 4 athlètes** estiment que les aides fédérales devraient être distribuées aux **plus performants**.
- **7 athlètes** font part d'un sentiment **d'inégalité de traitement entre les athlètes d'une même discipline** mais aussi entre les athlètes de différentes disciplines, en fonction de leur sexe et de leur **degré de proximité avec le système fédéral**. En conséquence, la gestion d'une partie des aides par une cellule détachée de la structure fédérale – Agence Nationale du Sport – est perçue positivement par certains.
- **4 acteurs et 7 athlètes** revendiquent le besoin de **prendre en compte chacune des situations individuelles**, à travers **le projet sportif et les performances** mais aussi les situations **de vie personnelle**, telles que la blessure ou encore la maternité. La mise en place de **Génération 2024** est perçue comme positive par les acteurs.

- **4 athlètes** mentionnent **ne pas avoir confiance en l'institution fédérale** et craignent de partager, par exemple, des informations sur leur **état de forme**. Ils critiquent une partie de l'accompagnement fédéral car ils considèrent qu'il **n'est pas toujours approprié** dans l'organisation des stages – l'entraîneur présent, la constitution du groupe d'entraînement, le choix du lieu – ou encore dans les installations sportives.
- **5 athlètes** mentionnent l'impact négatif du **manque d'intégration au milieu fédéral** de leur entraîneur qui a selon eux **freiné à la fois leur accès à des ressources fédérales** mais aussi leur propre **émancipation**, notamment à travers une **moindre acquisition de compétences** dans les liens avec les **sponsors** et les **agents**. Si, pour ces athlètes, **l'atteinte de performances** leur a parfois permis de **réintégrer le système fédéral**, cette réintégration apparaît **précaire et non pérenne**.
- Des « **figures** » ressources soit à l'échelle des clubs, tels des entraîneurs ou présidents, soit à travers des **groupes d'entraînement** où sont présents des champions qui ont une volonté de transmettre participent au développement des **compétences** des athlètes et à leur **cheminement**. Les entraîneurs dits « **paternalistes** » sont perçus à la fois comme des « figures » ressources mais peuvent être aussi, à l'inverse, considérés comme susceptibles de freiner l'émancipation des athlètes.
- L'accès à un réseau **non fédéral, détaché** du réseau **institutionnel**, est identifié par **3 athlètes femmes et 2 athlètes hommes, tous niveaux confondus**, comme procurant l'avantage de leur assurer des **ressources conséquentes, un suivi de proximité plus régulier** et d'installer ainsi un **accompagnement** qu'ils perçoivent comme plus **stable**. Ces **5 athlètes** font part de l'appréhension d'une **dépendance éventuelle au soutien fédéral** car ils identifient ce dernier comme non pérenne.
- Les athlètes les **plus experts** recherchent une **stabilité** et une **indépendance** à travers un **soutien fédéral et non fédéral**.

#### 4.2.2 - L'INSEP : un rapport ambivalent

- Pour l'ensemble des athlètes ayant fréquenté ou fréquentant l'INSEP de façon plus ou moins régulière (**15 athlètes**), cette structure représente tout d'abord un **symbole de haute performance, qui facilite** la prise de conscience des **paramètres** nécessaires pour **performer**, et qui œuvre à la **mise en place du projet de formation** (parfois par défaut, voir 2.1). L'INSEP est également vanté pour l'accès à différents services.
- Toutefois, l'analyse des propos de **7 de ces 15 athlètes** met en avant un **rapport ambivalent** à la structure : bien qu'elle soit considérée comme **adaptée** aux besoins des athlètes de haut niveau qui se situent **en début de carrière** (avantages économiques et organisation optimisée), les athlètes regrettent néanmoins :
  - » la nécessité de faire appel à un **réseau privé médical** malgré le service médical proposé à l'INSEP ;
  - » le service de **restauration qui ne les satisfait pas pleinement** (qualité des aliments, horaires d'ouverture) ;
  - » le peu d'autonomie parfois associé à un **sentiment d'enfermement** ou un excès de confort ;
  - » un environnement qualifié d'**hostile** en raison de la **concurrence**.
  - » **5 athlètes** évoquent un accompagnement qu'ils considèrent insuffisant à la **sortie de l'INSEP**. En conséquence, **quitter l'INSEP s'avère parfois périlleux**, notamment dans la gestion d'un budget, des déplacements, d'une hygiène de vie et ce parce que des athlètes sont habitués à une prise en charge quasi-totale de leur quotidien.

## 4.2 L'ÉMANCIPATION DU SYSTÈME FÉDÉRAL

### 4.2.1 - La sollicitation du secteur non fédéral : atouts et risques

- **Tous les athlètes** interrogés cherchent à associer le **système fédéral et non fédéral** pour obtenir l'accès au plus grand nombre de **ressources possibles**.
- Les **aides financières** reçues dans le cadre d'un **partenariat privé** fluctuent. En conséquence, pour certains athlètes, la **perception** de ces aides ne garantit pas un **accompagnement pérenne**. Ces derniers soulignent l'aspect **complémentaire** mais aussi **précaire** du système non fédéral.
- Les **équipementiers** sont parfois identifiés comme des **ressources** inestimables et stables voire essentielles. Toutefois, **5 athlètes** relèvent avoir rencontré des **difficultés**, principalement à la signature du **premier contrat**. **3 athlètes et 2 acteurs** expliquent qu'ils **manquent de soutien humain et financier** dans les périodes de contre-performance ou de blessure (sentiment d'abandon, manque à gagner, malus). **3 athlètes diversifient** l'accès à d'autres types de financements, notamment via des **entreprises locales**, qu'ils estiment plus fidèles et acceptant une **communication** plus **sincère** (état de forme, blessure, maternité) (voir 5.3 La parentalité).
- Les **entraîneurs et les agents** mettent à **disposition** des athlètes **leur réseau privé**, dans le domaine médical et paramédical. Les **agents** participent également à l'accès des athlètes à des meetings mais aussi à des **formations** ou peuvent aussi faciliter la **reconversion professionnelle**.

## 4.3 DES ÉLÉMENTS SPÉCIFIQUES AU GENRE ?

Aucun élément spécifique au genre n'a été relevé quant à la découverte et à la « navigation » des athlètes dans le marché de l'athlétisme.

# 5 | La performance sportive... performance économique ?

## 5.1 LA PERFORMANCE ÉCONOMIQUE

- Tous les athlètes médaillés perçoivent, ou ont perçu, une partie de leurs **revenus** par le biais d'un contrat avec un **partenaire équipementier** l'année suivant des performances **significatives** en championnat international, et ce dès la catégorie junior ou senior. Dans un premier temps, le contrat stipule des **dotations** et des **primes** à la performance, puis peut évoluer pour les plus performants en un **revenu fixe**.
- La réussite **économique** n'est pas indexée systématiquement sur la réussite **sportive**. Ainsi, la capacité à transformer une **performance sportive** en **performance économique** suppose des **compétences spécifiques**, acquises grâce à un **environnement expert** (rôle du staff, d'une formation spécifique, de l'entourage proche). Il incombe donc au sportif de savoir cumuler « **deux métiers** » et une **multitude de compétences** pour développer une carrière sportive pérenne.

### 5.1.1 - Les différents profils d'athlètes

- Parmi les **30 athlètes** interrogés, **16 d'entre eux** disent bénéficier d'une stabilité financière quand **14** s'estiment dans une **situation de précarité financière**, de manière périodique ou constante.
- Les « **professionnels** » (**16 athlètes**). Ils bénéficient d'une **stabilité économique dans le temps**. Deux sous-groupes ont été distingués :
  - » les « **meilleurs** » : **5 athlètes hommes**. Ils remportent régulièrement des médailles sur la scène internationale et/ou ils bénéficient d'une exposition médiatique suffisante pour s'entourer de **partenaires**. Ce sont principalement les contrats avec les équipementiers qui leur assurent une **stabilité** économique dans le temps ;
  - » les « **débrouillards** » : **7 athlètes femmes et 4 hommes**. Ils sont de **niveau hétérogène**. Ils peuvent être les ténors français de spécialités peu médiatisées et/ou dans lesquelles le niveau national est peu dense (**3 athlètes**). Ils s'adaptent à une **situation économique structurellement fluctuante** et/ou à des **revenus peu élevés**. Ils combinent des aides fédérales, parfois une Convention d'Insertion Professionnelle (**CIP**) ou une Convention d'Aménagement de l'Emploi (**CAE**). Certains développent un modèle économique en s'entourant de partenaires locaux (**2 athlètes**) et/ou en créant une société (**1 athlète**). **2 athlètes femmes** expliquent pouvoir compter sur la stabilité financière de leur **conjoint** pour compenser des **pertes** de partenaires financiers en raison de blessures.
  - » **6 athlètes** se disent économes et associent majoritairement cette façon d'être à leurs origines sociales mais aussi au suivi d'une formation en comptabilité (1 athlète) ou à l'accompagnement d'un parent dans la gestion financière.

- Les « **précaires** » (**14 athlètes**). Ils rencontrent **des difficultés financières, passagères** ou **constantes**. Deux sous-groupes ont été distingués :

- » les **athlètes qui vivent les « montagnes russes »** : **2 athlètes femmes et 3 athlètes hommes**. Ils ont tous perçu des sommes d'argent conséquentes, ce qui leur a permis de connaître des périodes **d'aisance** financière. Cependant, des blessures récurrentes et/ou une grossesse, notamment en fin de carrière, ont engendré une **perte** importante de revenus (principalement à travers le contrat avec leur équipementier et/ou le statut LNA). Des difficultés de remboursement d'impôts (**4 athlètes**) ou à honorer des prêts relatifs à des **investissements immobiliers (3 athlètes)** ont engendré d'importantes difficultés financières. Paradoxalement, c'est précisément la **réussite sportive**, et son **pendant économique**, qui ont **accentué ces difficultés financières**, en raison d'un manque de constance dans les performances et de difficultés dans la gestion du statut **d'entrepreneur libéral** ;
- » les « **bricoleurs** » : **6 athlètes femmes et 3 athlètes hommes**. Ils sont majoritairement **non médaillés en compétition internationale** et régulièrement sélectionnés en équipe de France. Ils sont lanceurs, relayeurs, parfois en fin de carrière. Ils peuvent avoir performé tardivement dans des disciplines médiatisées. Pour souligner leur précarité, ils se qualifient de « **sportifs de haut niveau amateur** ». Ils ont des difficultés à obtenir des **partenaires** financiers. Certains cumulent le **Revenu de Solidarité Active**, les **défraiements** des clubs et perçoivent des paiements espacés (trimestriels). **2 athlètes femmes** peuvent exercer, périodiquement, un métier alimentaire quand d'autres sont aidées par leurs parents. Enfin, **1 athlète** dit percevoir peu d'aides mais mener un mode de vie peu onéreux.

### 5.1.2 - L'impact de la situation économique sur la carrière

- La situation économique des « **professionnels** » offre...
  - » une **sérénité** propice à l'engagement dans la carrière et aux performances sportives ;
  - » la possibilité aux athlètes d'être **sélectifs dans le choix des meetings** ;
  - » la possibilité de **capitaliser** leurs **performances en améliorant leur médiatisation**, tout en prenant soin que cette dernière ne soit pas nuisible (1 entraîneur).
- La situation économique des « **précaires** » engendre...
  - » une **remise en question** du projet sportif pour **4 athlètes** qui peut accélérer la fin de carrière, notamment en raison de la perte d'un partenaire financier ;
  - » à l'inverse, la volonté de **ne pas interrompre la carrière** pour performer et retrouver une situation financière qui serait plus profitable ;
  - » l'**obligation d'exercer un métier en parallèle**, qui peut avoir des effets délétères sur le niveau de performance et, par conséquent, empêcher une **professionnalisation** sportive ;
  - » une baisse potentielle des performances ;
  - » des **choix d'inscription à des compétitions** guidés par des **raisons économiques** et non de performance ;
  - » des difficultés **personnelles** dans la vie de couple.

### 5.1.3 - Les stratégies pour viser la stabilité des revenus et assurer l'après-carrière

- Plusieurs stratégies mises en œuvre par les athlètes peuvent être repérées pour améliorer la stabilité des revenus sur le long terme et assurer l'après-carrière :
  - » **l'investissement immobilier**, entrepreneurial ;
  - » l'obtention d'une **CIP ou CAE** ;
  - » la valorisation de son image, au-delà de la performance, en recherchant des **partenariats locaux** par exemple pour les athlètes de niveau élite ou les pratiquants de spécialités peu médiatisées ;
  - » la limitation des frais en logeant au sein d'une structure fédérale ou en retournant vivre auprès de sa famille, pour les plus **précaires**.

### 5.1.4 - Les problèmes structurels au sport de haute performance et au statut d'entrepreneur libéral

- Les **acteurs** rapportent différentes **difficultés** inhérentes au sport de haute performance :
  - » des trajectoires sportives **fulgurantes**, dans la réussite comme dans l'échec ;
  - » des gains perçus à un âge où le sportif n'est **pas préparé** à les gérer ;
  - » 1 acteur de confiance susceptible de **conseiller l'athlète** dans la gestion de ses gains manque souvent au sein du staff selon **2 agents** qui refusent d'endosser cette fonction. 2 entraîneurs ont joué ou jouent ce rôle ;
  - » la **complexité du statut d'entrepreneur libéral** et des spécificités relatives au **régime fiscal** correspondant.

## 5.2 LA PLACE DE L'IMAGE ET DES RÉSEAUX SOCIAUX DANS LA PERFORMANCE

### 5.2.1 - Les réseaux sociaux

- Les **réseaux sociaux** et la gestion de **l'image médiatique** occupent une place plus ou moins importante dans la vie des sportifs. Ces derniers ne considèrent pas toujours cette fonction de communicant comme un **levier essentiel** à la pérennité de leur carrière. Plusieurs profils peuvent être identifiés :
  - » **les « geeks »**. Ils utilisent les **réseaux sociaux** pour toucher un public plus large et/ou compenser le manque d'exposition dans les médias traditionnels. Ils le font pour honorer leurs **partenaires**, pour être « inspirants » et générer des **vocations**. Ils peuvent être conseillés pour **construire leur visibilité médiatique**, conscients que le montant de leurs contrats dépend du nombre de leurs « **followers** ». La plupart des « geeks » se charge de communiquer eux-mêmes sur les réseaux sociaux pour plus « **d'authenticité** » ou délèguent parfois à un community manager. Certains athlètes sont devenus des **influenceurs** et soulignent que la bonne maîtrise de cette activité peut être « **plus rentable** » que la performance sportive en elle-même. On retrouve ici de nombreux « **professionnels** » ;

- » **ceux qui « jouent le jeu »**. Ils considèrent que **cela fait partie du « job »** mais ils ne s'y investissent pas outre mesure et posent leurs **limites**. Par exemple, certaines athlètes ne souhaitent pas renforcer des stéréotypes féminins en jouant le jeu de la féminité. Cela concerne tant des « **professionnels** » que des « **précaires** » ;
- » **les « moins intéressés »**. Ce sont majoritairement les **sportifs les moins performants** et, de fait, les **moins exposés médiatiquement**. On retrouve ici la majorité des « **précaires** » mais aussi quelques **sportifs Elite**. Certains le vivent comme une contrainte, n'envient pas la notoriété des autres. Cette attitude peut s'expliquer par les commentaires **hostiles** reçus sur les réseaux sociaux.

### 5.2.2 - Les risques

- Si la plupart des sportifs a pu bénéficier de **formations** en media training, ils s'estiment **insuffisamment formés** face à la vitesse à laquelle ils peuvent devenir médiatiques.
- Cette **exposition médiatique** peut générer une **pression supplémentaire**, notamment chez les femmes, surtout si leur physique ne correspond pas aux standards féminins (les lanceuses), ou en période d'échec sportif. Pour cette raison, une athlète indique qu'elle a envisagé **d'interrompre** sa carrière.
- Selon **1 acteur et 1 athlète**, l'athlète est en situation de non-maîtrise face à une possible **surmédiatisation** ce qui peut affecter son quotidien, allant jusqu'à la menace de mort.
- Le **manque de formation** et/ou d'un staff formé à ce sujet peut **renforcer la fragilité** des **athlètes**. Dans le même temps, pour les **plus exposés** médiatiquement, l'utilisation des réseaux sociaux permet de **contenir** les sollicitations des médias, selon **1 acteur**.

### 5.2.3 - La place des entraîneurs

- **2 entraîneurs** expliquent se sentir parfois dépassés par la **place** que les athlètes accordent à la **gestion** de leur image.
- Certains entraîneurs perçoivent dans les réseaux sociaux et la médiatisation des athlètes de possibles **freins** à leur réussite sportive du fait :
  - » d'une **omniprésence** du téléphone **portable** à l'entraînement ;
  - » d'une **pression des réseaux sociaux** relative à l'accès aux contenus des séances d'entraînement au sujet desquelles l'entraîneur ne souhaite pas toujours communiquer ;
  - » d'un **manque de contrôle** qui peut avoir une incidence sur la **gestion** de la charge d'entraînement. Par exemple, un entraîneur découvre par hasard qu'un des athlètes qu'il entraîne, censé être au repos, s'entraîne pour satisfaire les attentes d'un partenaire.
- Toutefois, **2 entraîneurs** reconnaissent que la **gestion des réseaux sociaux** fait partie du **métier** de sportif de haute performance.

## 5.3 DES SITUATIONS DÉFAVORABLES À L'OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE : LE CUMUL DES INÉGALITÉS

### 5.3.1 - Des inégalités territoriales

- Dans l'ensemble, il ressort des entretiens avec les athlètes des **inégalités** relatives à :
  - » **l'enclavement de certains territoires** : les DROM-COM (DOM-TOM) et plus généralement des **structures d'entraînement** peu reliées par les transports. Cela a pour effet un coût supplémentaire (déplacements en compétition, hébergement, etc.), le **manque d'alternatives** possibles si les infrastructures sont déficientes ou en cours de rénovation, un **éloignement** vis-à-vis des **médias** engendrant des déplacements supplémentaires (donc une adaptation de l'entraînement), un projet de **formation plus complexe** à poursuivre ;
  - » **des conditions d'entraînement et de vie** qui sont **moins optimales en club** par rapport aux structures fédérales voire entre les structures elles-mêmes. En club, l'accès à un réseau médical n'est pas toujours aisé. Les structures telles que **l'INSEP** peuvent proposer un **hébergement** pris en charge ce qui est crucial pour les plus précaires. Le départ d'une structure comme l'INSEP peut engendrer des problèmes financiers. S'entraîner en région parisienne peut néanmoins aussi être plus difficile en raison du **temps de transport** et du **coût de la vie**.

### 5.3.2 - Des inégalités en fonction des spécialités

- En fonction des disciplines, plusieurs **inégalités** ont été avancées par les athlètes :
  - » les **lancers** : les lanceurs font état de **primes moindres**, d'une difficulté à participer à des meetings réputés et d'un **manque de partenaires financiers**, le tout associé à une médiatisation moins importante. La plupart des lanceurs sont donc **« amateurs »**, en raison de leurs difficultés à attirer ces partenaires financiers. **1 athlète** rapporte qu'un agent aurait refusé de travailler pour lui considérant qu'il n'aurait pas suffisamment de retour sur investissement. Certains athlètes évoquent un **cercle vicieux** : le manque de moyens a des effets sur le **niveau** de performance, sur la **densité** du niveau national et renforce le **manque de visibilité** ce qui, en retour, conforte les partenaires financiers dans leur choix de **ne pas s'engager** auprès des sportifs ;
  - » les **relais** : lorsque le niveau de performance individuel n'est pas aussi élevé que celui atteint collectivement, les relayeuses confient rencontrer **d'importantes difficultés financières** ou parviennent à **vivre de peu**. L'une d'elle estime paradoxal que la FFA attende de leur part un investissement professionnel, donc exclusif, afin qu'ils soient performants sur la scène internationale, mais qu'ils ne bénéficient pas des conditions financières adéquates.
  - » **2 acteurs** évoluant dans le secteur privé marchand confirment des **écarts de rémunération** entre les **spécialités**. Les équipementiers investissent dans les disciplines populaires - c'est-à-dire suscitant un engouement de la population - telles que le sprint, le 1 500 mètres, le marathon - ainsi que sur les « stars » internationales.

## 5.4 DES ÉLÉMENTS SPÉCIFIQUES AU GENRE ?

- Au regard des leviers activés pour négocier financièrement la performance sportive, le fait d'être une femme peut constituer :
  - » **Un atout** :
    - » si **l'apparence physique** de l'athlète femme **correspond aux standards féminins** et si elle accepte de s'y conformer, dans une certaine mesure ;
    - » si le **niveau** féminin est **moins dense** que chez les hommes ce qui peut permettre d'être la seule athlète identifiée par les partenaires financiers ;
    - » si elle sait **construire son image** et **adapter sa communication** en fonction des attentes sociales. Le fait d'être une femme devient alors une **opportunité** pour capter certains contrats financiers en communiquant, par exemple, dans le domaine du bien-être, de la santé, du fitness, etc.
  - » **Un désavantage** :
    - » si l'athlète pratique une **discipline peu médiatisée** ;
    - » si l'athlète pratique une discipline dans laquelle le **niveau masculin est bien supérieur** ;
    - » si l'athlète ne correspond pas aux **standards féminins** de la « beauté » ;
    - » si l'athlète ne peut s'appuyer sur les **compétences d'un staff qualifié**.

Le risque est d'autant plus élevé lorsque les désavantages se cumulent, creusant les inégalités de condition dans l'accès et le maintien à la plus haute performance.

- **La variable sexe est ainsi nuancée** par :
  - » les différences de **médiatisation** des disciplines ;
  - » la capacité du sportif et/ou de son staff à **capitaliser** sur sa **performance** par divers moyens ;
  - » le **niveau sportif**.
- Cependant, des inégalités structurelles persistent :
  - » à niveau de performance équivalent, un athlète homme perçoit généralement plus de gains. En effet, si les **primes selon le niveau de performance** sont les mêmes, les **primes d'engagement**, indexées selon la notoriété, sont à l'avantage des athlètes hommes ;
  - » or non seulement les grandes stars mondiales sont masculines, mais les grandes stars françaises le sont aussi ;
  - » une **grossesse** génère un manque à gagner important, notamment en raison d'une possible perte de **l'équipementier**, même si elle n'est pas systématique ;
  - » selon **2 acteurs**, **l'apparence féminine** reste un **critère plus décisif que l'apparence masculine** dans l'obtention d'un contrat. Cependant, les **stratégies des équipementiers sont variables** : le critère de la beauté est plus déterminant pour certains équipementiers que pour d'autres.

L'exposition médiatique, parfois recherchée par les athlètes et/ou leurs sponsors pour capitaliser leurs performances, peut générer une pression supplémentaire, notamment chez les femmes, surtout si leur physique ne correspond pas aux standards féminins de la « beauté ».

Si globalement le marché athlétique n'est pas à l'avantage des femmes, il ne faut cependant pas nier la capacité d'empowerment de certaines d'entre elles lorsqu'elles en ont l'opportunité.

A noter des injonctions contradictoires entre :

- une manière d'être « masculine » incitant des femmes à accepter des transformations corporelles et à perdre, ou changer de « féminité » au nom de la performance ;
- l'obtention de contrats de partenaires privés fortement liée à l'image de l'athlète féminine incitant à cultiver une « féminité traditionnelle ».

Se pose ainsi la question des manières de collaborer entre les différents acteurs, qu'ils relèvent du secteur fédéral ou privé.

## 6 | Les choix stratégiques dans la carrière

### 6.1 LES CHANGEMENTS ORGANISATIONNELS

- En majorité, les athlètes quittent leur **première structure d'entraînement** lorsqu'ils la jugent obsolète au regard du niveau de performance visé. Les raisons avancées sont multiples et peuvent se cumuler : suivi médical défaillant, infrastructures inadaptées, manque de ressources financières, formation incompatible, souhait de changement d'entraîneur et/ou de groupe d'entraînement et/ou de lieu de vie.
- Différents profils d'athlètes ont été identifiés dans la manière dont sont gérés ces changements. En **fonction du moment de leur carrière**, les athlètes peuvent **passer d'un profil à un autre** :
  - » Les athlètes « **acteurs de leur projet sportif** » :
    - Les athlètes « **mobiles** » changent régulièrement de structure. Leur départ peut être motivé par un besoin d'autonomie, le souhait de se sentir « **conducteurs de la voiture** » (**3 athlètes**). Ces départs peuvent également être motivés par des mésententes, par une volonté de changer de technique ou de spécialité, voire de structure. Les contre-performances et/ou des blessures ne sont pas systématiquement invoquées.
    - Les athlètes « **fidèles** » dont les rares changements d'entraîneur **s'inscrivent dans la continuité**. Ils poursuivent leurs carrières avec le même entraîneur (**3 athlètes**), s'associent à son assistant, voire à un ancien athlète de l'entraîneur (**3 athlètes**) ou encore s'orientent vers un entraîneur qui accepte de s'inscrire dans la **continuité** du travail engagé. En revanche, pour une athlète femme, cette continuité est davantage imputable à un **manque** de connaissance de l'offre d'entraîneurs sur le territoire.
  - » Les athlètes « **plus attentistes** », qui s'associent à l'entraîneur qui leur est attribué par exemple, ou au gré des rencontres. Il y a ceux qui **subissent** le départ d'un entraîneur (**4 athlètes**) pour des raisons professionnelles, des conflits d'intérêt, etc. et le vivent comme une **épreuve**. Les athlètes dont les changements ne résultent pas d'une stratégie personnelle, jugés finalement non optimaux, peuvent alors le regretter (**2 athlètes**). Enfin, il y a ceux pour qui ce choix s'insère dans un projet de vie.
- Des athlètes peuvent « **choisir** » de rester dans une situation pourtant jugée non optimale (entraînement à distance, entraîneur sanctionné, entraîneur aux marges de l'institution fédérale, relations conflictuelles) et malgré tout être **performants, et ce quel que soit leur niveau de performance ou sexe**. Ils peuvent aussi, pendant une longue période, s'inscrire dans une certaine continuité puis décider d'un **changement radical** en partant dans une autre région voire un autre pays, et/ou connaître une période plus instable avec de **multiples** changements.
- Certains athlètes changent aisément de région et de structure quand d'autres sont moins mobiles ou ces **changements** ne se font pas sans difficultés. Au cours d'une même carrière, certains changements peuvent s'avérer **faciles et propices** à la performance, quand **d'autres** le sont **moins**.

## 6.2 LE RÔLE DE LA FFA DANS CES CHANGEMENTS D'ORGANISATION

- Selon les athlètes et les acteurs, l'équipe de la DTN, notamment le manager de la discipline, joue parfois le rôle de **conseil**, pour orienter l'athlète dans son choix d'entraîneur, lui proposer des solutions, voire même ses services. Un athlète rapporte qu'il s'est vu refuser le choix d'un entraîneur et qu'il a dû choisir parmi une liste d'entraîneurs.
- Un acteur rapporte créer les conditions de ce changement voulu par le sportif, quitte à se mettre en **porte-à-faux avec l'entraîneur quitté**, puisque cela se fait à sa discrétion.
- Les acteurs identifient deux types d'athlètes : ceux qui sont **acteurs** de leur projet et ceux qui le **subissent**. Le modèle de la **fidélité** à l'entraîneur, alors qu'il serait traditionnellement défendu par les entraîneurs, selon **1 acteur**, est considéré comme discutable.

## 6.3 LES FACTEURS D'OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE

### 6.3.1 - Savoir comment optimiser la performance

- Les athlètes mettent en avant différents éléments concourant à une préparation sportive **optimale** :
  - » les **stages** sont des moments d'exclusivité dédiés à la pratique. Selon **4 athlètes**, ils sont l'occasion de rencontrer la concurrence, de profiter de conditions d'entraînement et climatiques jugées optimales ;
  - » la **préparation mentale** et/ou le **suivi psychologique** sont également jugés déterminants dans la réussite sportive, en tant qu'ils permettent l'activation de dispositions mentales. Ce point est évoqué par **6 athlètes hommes et 8 athlètes femmes**. Ce travail est jugé nécessaire pour aborder la compétition mais aussi pour entretenir la motivation malgré des cas de **dopage** parmi la concurrence par exemple ou encore pour être accompagné lors d'une **dépression** ;
  - » l'accès à un **parcours de soin** de qualité, gratuit et rapide est jugé essentiel dans la préparation sportive ;
  - » des **infrastructures de qualité** adaptées aux besoins spécifiques des spécialités sont perçues comme centrales.
- La question du **groupe d'entraînement** est considérée comme importante par les athlètes, mais leurs attentes sont très variables : mixte ou non, hétérogène en matière de niveau de performance ou non, conséquent ou non, offrant des situations de concurrence directe ou non. Quoi qu'il en soit, les athlètes mettent en avant l'importance d'une **dynamique positive**. En fonction des contextes, le groupe peut autant être vécu comme un poids qu'être perçu comme un moteur de performance. **7 athlètes** mentionnent la nécessité de côtoyer et de se former au contact des **meilleurs** et des plus **expérimentés**.

- L'importance accordée à la **professionnalisation** et à l'**équilibre de vie** global est partagée par les **athlètes** comme les **acteurs**. Tous mettent en avant la nécessité de bénéficier d'un staff compétent, de solliciter des **acteurs supplémentaires** (avocat, agent, manager, etc.), afin de faciliter l'accès aux meetings internationaux, d'accompagner la gestion de l'image et des partenaires, et de tout mettre en œuvre pour acquérir et maintenir **une situation économique stable**. La question de la **place** et du **rôle** de l'athlète comme de l'entraîneur dans cette organisation constitue un enjeu essentiel :
  - » dans la **relation entraîné-entraîneur**, la capacité d'adaptation de l'un comme de l'autre est centrale ;
  - » l'**hygiène de vie** est un élément incontournable d'une préparation optimale, faisant partie intégrante du métier. Une attention est portée à la récupération, au sommeil, à l'alimentation, mais aussi aux compléments alimentaires ;
  - » l'**accompagnement scientifique de la performance** est aussi perçu comme un levier pour la haute performance.

### 6.3.2 - Les limites

- S'ils sont tous en mesure d'énoncer les différents éléments concourant à une préparation athlétique optimale, les athlètes se heurtent toutefois à des **obstacles** :
  - » le manque de **ressources économiques** limite l'accès à un **parcours de soin** de qualité. Le suivi fédéral et les moyens mis à disposition des athlètes sont considérés insuffisants. En conséquence, les athlètes indiquent faire appel à un **réseau privé** complémentaire. Mais les difficultés économiques vécues par les « **précaires** » les empêchent de s'entourer des services d'un ostéopathe, d'un préparateur mental, d'un kinésithérapeute ou encore d'être soignés à l'**étranger**. Les athlètes ont conscience qu'ils n'ont pas les moyens de s'entourer d'un staff, donc de mettre en place des conditions de performance dignes de sportifs **professionnels**. Les athlètes concernés ici sont les « **bricoleurs** » et certains en **fin de carrière** ;
  - » tous n'ont pas acquis les **compétences** leur permettant de s'entourer de personnes **qualifiées**, susceptibles de les accompagner vers la haute performance, et ce par manque de **connaissance** du milieu et/ou par manque d'**autonomie** en raison d'une entrée tardive dans la pratique (2F HN). Selon des acteurs, cela n'est pour autant pas le propre des athlètes haut niveau mais peut aussi concerner des athlètes hommes Top Elite ou Elite 1. Soit les athlètes restent **dépendants** d'un entraîneur qui est le seul décideur, soit ils « **bricolent** » un staff jugé peu compétent par l'entraîneur (un agent décrié, un préparateur mental sans compétences avérées, etc.) ;
  - » Certains athlètes évoquent le **manque de concurrence** dans leur spécialité et/ou de confrontation à l'entraînement et ses effets délétères sur la performance.
- Par ailleurs, certains athlètes (**2H HN**) critiquent une approche fédérale de la performance reposant sur une maturité tardive et une professionnalisation progressive. A l'inverse, **1 actrice** explique qu'il est difficile de tempérer l'empressement des jeunes athlètes dans l'accès à la haute performance.

### 6.3.3 - La prise en charge médicale

- Tous les athlètes rapportent des blessures **physiques** qui ont pu engendrer de longues périodes d'interruption de la pratique – jusqu'à trois ans. Les blessures « **psychologiques** » prenant la forme de **dépansions** (2F HN et 1F TE) ou de **burn out** (2H E1 et 1F E1) sont également rapportées.
- Les blessures physiques sont particulièrement **mal vécues** pour la plupart des athlètes. Ils mettent en avant la difficulté de les gérer **psychologiquement** et leurs **répercussions financières importantes** voire **graves**. Ces effets négatifs peuvent retarder l'accès à la plus haute performance, en raison :
  - » d'une sensation **d'isolement**, d'un manque de soutien de l'entourage (sportif, fédéral, des partenaires, familial) ;
  - » des retards dans la prise en charge des soins, des erreurs de diagnostics ;
  - » d'une remise en question de la carrière sportive ;
  - » d'épisodes dépressifs, de troubles de l'anxiété, de burn out ;
  - » d'une prise de poids, qui peut être consécutive à une dépression.
- En revanche, certains athlètes évoquent les **aspects positifs des blessures**, à la condition d'une prise en charge de qualité :
  - » l'occasion de se ressourcer en s'éloignant du milieu sportif et en retrouvant son cercle **familial** ;
  - » détermine une prise de conscience de la place et de **l'importance** de la pratique **sportive** ;
  - » renforce la **connaissance** de son corps et ses limites ;
  - » l'occasion de prioriser le **projet de formation** et de le mener à bien ;
  - » une remise en question de l'entraînement débouchant sur de nouvelles pistes d'amélioration de l'entraînement (**prophylaxie**), de **techniques** et la collaboration avec de **nouveaux acteurs** (préparateur physique ou entraîneur).

## 6.4 LA PARENTALITÉ : MATERNITÉ VERSUS PATERNITÉ

- Parmi l'échantillon des 30 athlètes, sont comptabilisés **6 pères et 5 mères** dont une dont la grossesse a coïncidé avec sa fin de carrière. Il est à noter le **niveau sportif supérieur** des athlètes **pères** par rapport à celui des athlètes **mères**.
  - » Concernant les **hommes athlètes** :
    - pour 4 athlètes **hommes Top Elite**, la **paternité n'est pas incompatible avec le sport de haut niveau** voire, au contraire, peut représenter une force supplémentaire (selon 2 pères) ;
    - pour 1 père **Top Elite**, la **paternité** peut à l'inverse constituer un **frein**. 2 athlètes hommes ont choisi de ne pas vivre avec leur famille en semaine, en raison d'un lieu d'entraînement trop éloigné du logement familial. Il en va de même pour 1 athlète femme ;
    - selon 1 **acteur**, anciennement sportif de haut niveau, si les athlètes hommes sont prêts à avoir des enfants, **leur carrière sportive les empêche en revanche de s'en occuper**. Mais, selon 1 autre acteur, d'autres pères souhaitent s'investir pleinement dans leur paternité, quitte même parfois à perturber leur préparation athlétique ;

- parmi les **6 athlètes pères**, la **compagne de 4 d'entre eux n'exerce pas de profession** ou a pris un congé parental. Les revenus du foyer sont donc principalement ceux du père sportif. Un père évoque la manière dont la famille s'adapte à ses contraintes sportives, en l'accompagnant en compétition ou en stage.

- » Concernant les **femmes athlètes** :

- selon **7 femmes**, dont 2 qui ont ou vont avoir un enfant, la maternité est **incompatible** avec la carrière sportive de haute performance et est ainsi envisagée en fin de carrière. Pour l'1 d'entre elles, cela représente un **sacrifice**, surtout dans une spécialité à maturité tardive. Une athlète femme explique être prête à ne pas pouvoir avoir d'enfant car elle souhaite prioriser sa carrière sportive. Les raisons invoquées par les femmes athlètes sont le **difficile retour** au plus haut niveau et la **perte financière** que représente l'**arrêt** de la carrière pour une durée incertaine ;

- cependant, pour les **2 meilleures athlètes** parmi les mères, la maternité est envisagée **positivement**, à condition qu'elle soit **programmée** et qu'elles aient l'assurance d'un soutien de la part de leurs partenaires. Cela suppose ainsi des conditions sereines, garantissant des ressources **financières** afin que la maternité ne soit pas considérée comme une **prise de risque** ;

- **1 athlète femme** évoque la responsabilité d'un enfant comme moteur pour se **professionnaliser** et nourrir **plus d'attentes** ;

- parmi les athlètes mères, **4** sont en couple et 1 a la charge exclusive de son enfant. 4 d'entre elles évoquent le **soutien financier** du **conjoint** qui bénéficie d'une situation professionnelle plus stable ou des **parents**.

- » Ainsi, si les **athlètes pères assument financièrement seuls** ou presque le foyer, il n'en est pas de même des **athlètes mères** qui comptent au contraire sur leur conjoint pour compenser les pertes financières engendrées par un tel choix.

- » Cependant, **2 pères** confient ressentir une **pression** supplémentaire, en fin de carrière, et ont connu des **difficultés financières**. Pour l'un, il s'agit de rechercher à être encore plus performant, pour l'autre cela peut le pousser à interrompre sa carrière. L'un d'eux s'est séparé de sa compagne en raison de son projet sportif. 1 athlète femme s'apprête à mettre un terme à sa carrière car elle ne souhaite **pas être en situation de dépendance** financière vis-à-vis de son conjoint.

- » Par ailleurs, 3 athlètes femmes et un acteur ancien sportif de haut niveau estiment que **la vie en couple n'est pas réellement compatible avec le sport de haute performance** car le sportif « **serait égoïste** ». Une athlète reconnaît toutefois que la vie conjugale peut apporter une certaine stabilité propice à la performance. Une **actrice** précise que ce n'est pas tant le sportif qui est égoïste mais sa carrière sportive qui l'oblige à **être égoïste** (en raison de l'attention prêtée à l'hygiène de vie, etc.).

## 6.5 DES ÉLÉMENTS SPÉCIFIQUES AU GENRE ?

- Les groupes d'entraînement : deux visions différentes, marquées par le genre
  - » Le regard des athlètes masculins :
    - **Trois athlètes hommes ne sont pas favorables aux groupes d'entraînement mixtes** : ils **critiquent le faible investissement** des athlètes **femmes**, les jugent **plus**

difficiles à entraîner et considèrent qu'elles **génèrent des conflits** au sein des groupes. Un **autre athlète homme a un avis plus partagé : il défend la mixité** en tant qu'elle peut instaurer une rivalité saine. Il distingue deux catégories de femmes athlètes : « celles qui en fonction de leur niveau de performance seront prêtes à s'investir, à accepter leur transformation corporelle, et les autres ». Certains acteurs abondent en ce sens (voir partie B. 2.6. Acteurs) ;

- En revanche, **3 athlètes hommes** estiment qu'il n'y a **pas de différence** entre les athlètes hommes et les femmes **dans leur investissement**.
- » Le regard des athlètes féminines :
  - A l'inverse, **la majorité des athlètes femmes (9 femmes)**, tous niveaux confondus, expriment un **besoin de mixité** nécessaire à **l'émulation** mais à la condition de se sentir **acceptées** par les athlètes hommes. Selon ces athlètes, l'entraînement **seule** ou sans adversité peut s'avérer **délétère** pour la performance, mais il en va de même si l'athlète féminine se sent **marginalisée** par les **athlètes hommes** du groupe d'entraînement. Cependant, une athlète indique également qu'un **écart de performance** trop important dans **une même spécialité** peut engendrer des différences de traitement au détriment des athlètes femmes ;
  - La **mixité** au sein des groupes est parfois visée et jugée positivement, mais les expériences de mixité ne sont **pas toujours positives** pour les athlètes femmes. Une actrice considère que les femmes subissent un **modèle sportif masculin** auquel elles doivent se conformer pour se sentir intégrées.
- » La relation athlète-entraîneur :
  - **2 athlètes hommes, 1 athlète femme et 1 acteur** évoquent un cas de harcèlement, associé au fait que les entraîneurs étant presque exclusivement des hommes, les **femmes** sont **potentiellement plus sujettes** à des formes de **harcèlement**. 1 actrice évoque également le cas d'une entraîneuse qui entretiendrait des **relations ambiguës** ;
  - Des **athlètes femmes** s'étant **entraînées avec une femme**, confient que l'expérience ne s'est **pas avérée positive**, ces athlètes jugeant l'entraîneuse plus dure avec elles qu'avec les athlètes hommes. Un acteur confirme cette expérience.

- La moitié des athlètes femmes interrogées estiment que la maternité est incompatible avec la carrière sportive de haute performance. Si les athlètes pères assument financièrement seuls ou presque le foyer, il n'en est pas de même des athlètes mères qui comptent au contraire sur leur conjoint pour compenser les pertes financières engendrées par un tel choix. Seuls les plus performants font le choix de la paternité/maternité et, dans le cas des femmes Top Elite, ne la considèrent pas comme pénalisante.
- La majorité des athlètes femmes, tous niveaux confondus, exprime un souhait de mixité nécessaire à l'émulation. Les athlètes hommes s'expriment moins sur le sujet. Si 3 d'entre eux y sont favorables, 3 autres ne le sont pas et ont une vision assez négative des athlètes femmes. Ils leur prêtent des particularités mentales plutôt jugées négativement et/ou vues comme des freins à la haute performance. A l'inverse, les athlètes femmes interrogées n'ont pas de vision négative des athlètes hommes.

## 7 | Les carrières des acteurs interrogés

### 7.1 L'ENGAGEMENT DANS UNE CARRIÈRE EN ATHLÉTISME

#### 7.1.1 - Une majorité d'anciens athlètes

- **11 des 22 acteurs** interrogés ont été sportifs de haut niveau en athlétisme.
- Le fait d'avoir **pratiqué au préalable l'athlétisme** est perçu comme un **atout** associé à la **connaissance** de différents rouages du milieu. Cela est également perçu comme engendrant parfois une **difficulté à se décentrer de sa carrière d'athlète**. Par exemple, **2 entraîneurs** indiquent avoir « commencé à entraîner comme ils s'entraînaient ».
- **Concernant les entraîneurs, deux parcours**, qui parfois **se rejoignent**, ont été repérés : celui **d'athlète de haut niveau** et celui d'étudiant en **Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS)**.

#### 7.1.2 - Un engagement social et éducatif

- 8 entraîneurs **revendiquent** un **engagement socio-éducatif** qui s'appuie sur leurs **formations** et expériences antérieures : **6** des entraîneurs interrogés sont d'anciens **professeurs d'EPS**.
- **11 des 22 acteurs** interrogés, dont **8 entraîneurs**, mettent en avant les **bienfaits de leur engagement socio-éducatif** auprès des athlètes pour leurs projets de **performance**.

#### 7.1.3 - La situation professionnelle

- Parmi les **22 acteurs** interrogés, **deux profils distincts** ont été identifiés :
  - » les **entraîneurs devenus managers** mais dont l'activité principale reste l'entraînement et le management du staff associé ;
  - » les acteurs, dont certains sont entraîneurs, qui **cumulent de nombreuses fonctions voire statuts** (saliés, bénévoles), la plupart du temps dans le monde de l'athlétisme. La richesse qui se dégage de ces **investissements multiples** est le développement du **réseau** et l'accès à des **ressources** ; les freins sont associés à un temps très contraint notamment dédié à des **fonctions administratives voire managériales**.

## 7.1.4 - Le parcours professionnel

### 7.1.4.1. Des durées de carrières différentes

- Tous les acteurs interrogés sont **passionnés par leur métier**, aucun ne remet en cause son engagement dans sa carrière. Toutefois, **5** acteurs évoquent un **sentiment d'épuisement professionnel** qu'ils associent à la **furtivité** de la performance et aux **contraintes du métier** (charge de travail élevée, nombreux déplacements, crainte de la blessure) voire du **fonctionnement fédéral** (relations professionnelles parfois jugées négatives, sentiment de manque de reconnaissance). Cet épuisement est considéré comme un **perturbateur important de l'équilibre de vie familiale**.
- En conséquence de cet épuisement ou pour l'éviter, **3** entraîneurs expliquent faire le choix de **ne plus être systématiquement présents aux compétitions** et associent à ce souhait le **besoin** pour les **athlètes** de gagner en **autonomie**.
- Enfin, **3** entraîneurs évoquent avec **nostalgie** leurs relations avec les **anciennes générations** d'entraîneurs, qu'ils estimaient comme facilitatrices dans l'optimisation de la performance par leur volonté de **transmission**.

### 7.1.4.2. Les conditions économiques

- **5 entraîneurs** ne sont pas satisfaits de la **reconnaissance symbolique et économique** de leur métier.
- **2 entraîneurs** entraînent **bénévolement** 1 ou plusieurs athlètes.
- **1 entraîneur** évoque des **contrats équipementiers** qu'il juge **insuffisamment conséquents pour lui-même**.

### 7.1.4.2. La question de l'équilibre entre engagement professionnel et vie de famille

- **5 entraîneurs** font part de leurs **difficultés à préserver** un **équilibre** entre leur **vie de famille** et leur **vie professionnelle**.
- **5 entraîneurs** expliquent **cloisonner** leur investissement et **alterner** entre **investissements** conséquents dans leur **vie professionnelle** et dans leur **vie de famille**.

- Des acteurs qualifient le sport de « milieu d'hommes » où les entraîneurs femmes font face à certains athlètes et acteurs qui leur accorderaient moins de confiance qu'aux entraîneurs hommes.
- Deux moyens sont avancés pour que les femmes actrices puissent s'imposer dans ce milieu : par leur palmarès ou par l'appropriation de codes masculins.

# 8 | Les acteurs dans l'exercice de leur métier

## 8.1 LES RELATIONS DES ACTEURS AVEC LA FÉDÉRATION

- Les **relations** entre les acteurs interrogés et la FFA sont **hétérogènes**.
- La **moitié** des acteurs estime être dans une **relation de confiance** et/ou avoir **peu de liens** avec l'institution fédérale.
- L'autre **moitié** émet un **discours négatif**. Les problèmes rapportés sont :
  - » le **manque de moyens** pour mener à bien les missions confiées ;
  - » des difficultés de **communication** ;
  - » des **désaccords** quant au duo **entraîneur/athlète** (au regard du niveau de certains athlètes qui serait insuffisant mais aussi d'une hyper confiance accordée à des entraîneurs en l'absence de performance des athlètes qu'ils entraînent) ;
  - » des **désaccords** dans l'organisation des **stages** ;
  - » un **manque de reconnaissance des entraîneurs** ressenti notamment à travers un **manque de sollicitation** quant à la transmission de leur savoir.
- Se dégagent également, d'un point de vue plus global, des difficultés dans la **constitution d'un réseau** fédéral qui permettrait de participer à **l'orientation** des **AHN** vers des personnes compétentes, associées à la **difficulté de contrôler** des **acteurs** qui « **échappent** » au système fédéral.

## 8.2 LE « CHOIX » DU STAFF

- Les acteurs mettent en évidence les **aspects positifs** du travail en équipe :
  - » la **collaboration** avec des spécialistes extérieurs (préparation mentale, etc.) ;
  - » la **fonction de protection et/ou de facilitateur de vie** et/ou de « **formation continue** » du staff pour le sportif (**4 acteurs**).
- Mais les entraîneurs évoquent aussi de **nombreux risques et obstacles** au fonctionnement quotidien :
  - » la **dilution de la relation** entraîneur-entraîné ;
  - » le **sentiment de perte de contrôle** de l'entraîneur qui n'est pas toujours formé à devenir un « entraîneur manager », ce qui peut engendrer son **désinvestissement** ;
  - » la difficulté de **partager les retombées** des performances des athlètes ;
  - » une **proximité insuffisante** avec le service médical de l'INSEP ;

- » des **difficultés à travailler avec des personnes extérieures**, proposées ou imposées par l'athlète tel que l'agent ou le préparateur mental. Si les entraîneurs expliquent qu'ils ne peuvent faire sans, certains agents sont très décriés et accusés de « profiter » des athlètes qu'ils entraînent. Ces derniers peuvent faire bénéficier au sportif d'un **autre réseau**, ce qui n'est pas toujours perçu **positivement** par l'entraîneur voire la fédération.

■ Plusieurs **organisations** sont observées :

- » des entraîneurs **qui s'entourent d'un adjoint** dont les fonctions divergent d'un groupe d'athlètes à l'autre et qui peut aussi être le préparateur physique. Le niveau de rémunération de l'adjoint peut parfois poser problème ;
- » des entraîneurs qui **constituent leur réseau** et le mettent à la disposition des athlètes voire le leur **imposent** ;
- » des entraîneurs qui **constituent leur réseau** et le mettent à la disposition des athlètes qui restent libres de le mobiliser ou de constituer le leur.

■ **La communication entre les différents acteurs** est fondamentale selon ces derniers (fonctionnement en réseau) mais elle n'est **pas toujours jugée optimale**, en particulier au sein d'un « double staff » (fédéral et privé) dans lequel un manque de communication peut avoir une incidence sur **l'efficacité de la prise en charge** de l'athlète.

■ Au-delà du staff, l'entraîneur est en contact avec d'autres interlocuteurs, comme le **référént de la spécialité** et la FFA en la personne de **l'accompagnateur de la performance** pour la **Top Elite**. Cela peut générer des **tensions**.

### 8.3 LA RELATION AUX ATHLÈTES

■ **Les entraîneurs**

- » il ressort une **réelle préoccupation** pour le **bien-être des athlètes** qu'ils entraînent, voire de **l'inquiétude** face aux situations de certains d'entre eux mais, dans le même temps, ils expriment la volonté de poser des **limites** en n'étant pas trop intrusif ni incontournable ;
- » **4 entraîneurs** font part de la manière dont ils ont **cheminé au cours de leur carrière** pour gérer au mieux cette relation. 2 d'entre eux s'avèrent plus **paternalistes**, soucieux des personnes « fragiles », souhaitant être attentifs à la part très importante de « l'humain » dans la performance ;
- » **2 des entraîneurs** confie la nécessité **d'être lui-même** « équilibré » pour éviter de créer une source de stress supplémentaire à l'athlète. Différentes **stratégies** sont mises en place : fonctionner en binôme avec le staff de l'équipe de France pendant une compétition (1 entraîneur), maintenir des loisirs hors du cadre de l'athlétisme (1 entraîneur), etc.

■ **Les acteurs**

- » le sentiment de **manquer de moyens**, humains et financiers, pour accompagner les athlètes peut être source de frustrations voire de burn out ;
- » les acteurs disent mettre tout en œuvre pour contribuer à **l'équilibre général de l'athlète** en créant un **environnement propice à la performance**, en jouant le rôle de conseil et de soutien. A ce titre, une actrice défend l'idée de **la centralité du staff plutôt que celle de l'athlète**. Selon cette dernière, le milieu du sport de haute performance étant structurellement instable, l'athlète doit être particulièrement stable et équilibré. Le staff permet de créer une **bulle de sérénité**.

- » Selon l'avis d'**1 actrice**, les sportifs n'abordent pas toujours correctement le sport de haut niveau (pression, manque de plaisir) et c'est à **l'entourage** (fédéral, staff, etc.) de les **sensibiliser**. Cependant, si la qualité du staff peut réellement « réparer » le sportif, les relations qui s'y nouent sont fragiles, selon **1 actrice**.

### 8.4 LA CONSTITUTION DU GROUPE D'ATHLÈTES ET SA GESTION

#### 8.4.1 - La constitution du groupe d'athlètes

■ **4 entraîneurs** mettent en avant l'implication de la FFA dans le choix des athlètes à intégrer un groupe :

- » 1 entraîneur n'apprécie pas avoir le sentiment que des athlètes lui soient **imposés** ou au contraire **refusés** ;
- » 1 autre indique que cela peut représenter une **opportunité** même s'il s'estimait insuffisamment expérimenté ;
- » 1 autre approuve le rôle de la FFA dans **l'orientation** des athlètes, au risque sinon que chaque entraîneur « fasse son marché ». **2 entraîneurs** revendiquent une **éthique** dans ces démarches, afin de ne pas nuire à leurs relations ;
- » 1 entraîneur non CTS et qui se qualifie « d'extérieur au corps des CTS » explique accepter voire **démarcher** des athlètes avec ou sans l'accord de leur entraîneur du moment ;
- » lors du changement d'entraîneur, certains entraîneurs cherchent à **entretenir un lien** avec le précédent entraîneur de l'athlète afin de faciliter la transition.

■ Des organisations spécifiques :

- » 2 entraîneurs bénéficient d'un **adjoint** ce qui leur permet de s'organiser en gérant par exemple les athlètes les plus performants quand l'adjoint s'occupe des autres ;
- » le **leader** du groupe d'athlètes peut être **consulté** par l'entraîneur vis-à-vis de l'arrivée de nouveaux athlètes dans le groupe ;
- » chaque nouvelle entrée d'athlète suppose une attention accordée à **l'équilibre** du groupe. L'entraîneur compose son groupe pour en garantir sa **pérennité**. Au sein du groupe, la relation entraîneur-entraîné est essentielle.

■ Certains éléments sont susceptibles de menacer la **pérennité** du groupe : 5 entraîneurs évoquent des **jalousies** au sein de leur groupe, un manque de cohésion en raison d'un **individualisme exacerbé** et d'un excès de concurrence.

#### 8.4.2 - La gestion du groupe d'athlètes

■ **Un acteur** soulève les bénéfices à ce que des athlètes s'entraînent avec un athlète très performant (réseau, etc.) mais aussi des **risques**, pour les outsiders du groupe, de se sentir « **écrasés** ».

■ Les solutions avancées par les entraîneurs pour aider à la **cohésion** et favoriser une **émulation** propice à la performance en tenant compte des leaders sont :

- » le **compagnonnage** entre les anciens et les nouveaux athlètes ;

- » le choix réfléchi de la **composition du groupe et de sa taille**, donnant lieu à des possibilités variées :
  - rechercher une **mixité** et une **hétérogénéité** de niveau et d'origine (ethnique, sociale) qui doit profiter aux leaders et atténuer les jalousies ;
  - **refuser d'entraîner un groupe conséquent** afin de ne pas être surmené face aux besoins des athlètes ;
  - entraîner **un groupe réduit d'athlètes** composé d'un leader et de partenaires qui servent le projet du leader ;
  - **gérer le projet d'un sportif leader** au sein d'un groupe important.

## 8.5 L'INDIVIDUALISATION DES ENTRAÎNEMENTS

- Les entraîneurs expliquent **individualiser les entraînements** mais mettent également en avant la complexité de la tâche qui ne garantit pas toujours l'adhésion des athlètes. Par individualiser, 1 entraîneur entend aussi **s'adapter aux demandes d'athlètes**, en mettant parfois de côté **ses propres convictions**. A l'inverse, 2 entraîneurs indiquent que la charge d'entraînement est souvent déterminée par l'athlète **leader**.
- La **question de l'individualisation** de la charge d'entraînement s'avère d'autant plus importante dans le cas des sportifs fréquemment blessés. Il s'agit d'adapter le travail physique en tenant compte des problématiques de chacun. Cela peut amener l'entraîneur à solliciter les services de **personnes extérieures** pour perfectionner l'approche **prophylactique** (préparateur physique, chercheurs de l'INSEP, etc.).
- Le sexe n'est **pas pris en compte dans l'individualisation** de l'entraînement.

## 8.6 DES ÉLÉMENTS SPÉCIFIQUES AU GENRE ?

- Certains acteurs (hommes et femmes) partagent un **point de vue assez négatif sur les athlètes femmes** :
  - » ils qualifient ces dernières de moins « **guerrières** », qui poseraient trop de questions ce qui obligerait l'entraîneur à se justifier (**3 acteurs**), du fait que l'émulation dans un groupe d'athlètes femmes se **transformerait** rapidement en **concurrence nocive**, qu'elles seraient **jalouses**, plus **difficiles à gérer**, s'investiraient trop dans leurs études, auraient un instinct de survie plus développé **limitant** la prise de risque, donc le niveau de performance (**1 acteur**) ;
  - » **2 entraîneurs** ont fait le choix de **ne plus entraîner d'athlètes femmes**. L'un d'eux le justifie par les **contraintes organisationnelles** de la discipline qu'il entraîne, auxquelles il ne souhaite plus s'adapter.
  - » **3 entraîneurs** affirment que la **mixité** femmes hommes est propice à **l'émulation**. Ils estiment que les **différences entre les athlètes ne doivent pas être associées au sexe** mais aux parcours de chacun.

■ Des « **particularités** » féminines rapportée par des acteurs :

- » **3 acteurs** posent le problème de la séduction entre des athlètes femmes et des entraîneurs hommes et **1 actrice** dénonce certains comportements d'encadrants déplacés mais tolérés dans le monde du sport dans son ensemble ;
- » Les femmes auraient davantage besoin de **comprendre ce qu'elles exécutent**, ce qui est mal perçu par les entraîneurs ;
- » Selon **2 actrices**, le coaching devrait être plus « subtil » avec **certaines** athlètes femmes. Selon l'une d'elle, le « coaching » repose sur les valeurs de la **virilité** et devrait donc évoluer, ce qui serait **bénéfique** tant pour les femmes que pour les hommes ;
- » **3 acteurs** évoquent deux **problèmes propres aux femmes** que sont les **menstruations** et **l'alimentation** ;
- » 1 actrice estime que les femmes sont **moins conseillées** dans leur choix d'étude et leur projet sportif que les hommes.

- Certains des acteurs, hommes et femmes, partagent un point de vue assez négatif sur les athlètes femmes (« moins guerrières », « plus jalouses », « plus difficiles à gérer », « séductrices »). A l'inverse, d'autres (3 entraîneurs) affirment que la mixité femmes-hommes est propice à l'émulation au sein des groupes. Ces derniers estiment que les différences entre les athlètes ne doivent pas être associées au sexe mais aux parcours de chacun.
- En revanche, certaines spécificités physiologiques (cycle menstruel notamment) ne semblent pas prises en considération.

# CONCLUSION

Lors des 3 derniers JO, la France est la **seule** des 9 premières nations, **tous sports confondus**, à obtenir une **sous-représentation significative de médailles remportées par les femmes**. Cette sous-représentation significative a **également été constatée en athlétisme**.

## 1. L'engagement dans une carrière en athlétisme

La découverte de la **pratique sportive** est quasi-exclusivement **familiale**.

La **spécialisation en athlétisme** des **femmes** est **fortement dépendante du milieu scolaire** - le rôle des **professeurs d'Éducation Physique et Sportive**, également **entraîneurs d'athlétisme est décisif** -, ce qui **n'est pas le cas des hommes** pour qui la **spécialisation en athlétisme est familiale**. En revanche, les **3 seules athlètes femmes Top Elite** interrogées ont bénéficié d'une **socialisation familiale précoce** à l'athlétisme et de **conditions** géographiques et matérielles jugées **optimales**. Elles ont aussi toutes les 3 été **médaillees** en championnat international jeune.

## 2. La place de la carrière sportive dans le projet de vie

La **compatibilité des études** avec la pratique sportive intensive varie en fonction du moment de la carrière mais reste pour la majorité des athlètes **difficile**, voire parfois impossible à organiser. Cette difficulté est découverte et/ou réalisée le plus souvent **après coup**.

Les propos rapportés par les athlètes ne permettent **pas de mettre en évidence des éléments spécifiques** au genre quant à leurs **investissements** dans leur **double projet**. **Pourtant, 9 acteurs** qualifient de « **besoin** », pour les athlètes femmes, de réaliser un double projet, notamment dans un objectif de recherche de **stabilité sociale et économique**. Ce besoin n'est **pas** rapporté pour les athlètes hommes qui sont jugés plus à même de prendre des « **risques** » économiques et sociaux.

## 3. La découverte puis navigation dans le « marché athlétique »

La **majorité des athlètes** rapporte des méconnaissances au sujet de **tout ce qui ne concerne pas directement** la production d'une performance sportive mais qu'il faut **savoir maîtriser pour évoluer et se maintenir au plus haut niveau** (recherche de partenaires et d'aides publiques, gestion du statut **d'entrepreneur libéral**, stratégies d'accès en meeting, constitution d'un staff, etc.).

Aucun **élément spécifique au genre** n'a été relevé sur le thème de la découverte puis de la « **navigation** » dans le marché de l'athlétisme. Cependant, il apparaît des **différences** dans les **organisations plus ou moins professionnelles** mises en place autour du sportif : il y a ceux qui bénéficient d'un staff conséquent, **structuré** et ceux qui **bricolent**.

## 4. Performance sportive... performance économique

**16 des athlètes interrogés**, dont **9 hommes et 7 femmes**, disent bénéficier d'une **stabilité financière** quand **14**, dont **8 femmes et 6 hommes**, s'estiment dans une **situation de précarité financière**, de manière **périodique** ou **constante**.

Les **femmes** de l'échantillon sont **majoritairement** en situation de **précarité** quand les **hommes** sont majoritairement en situation de **stabilité** financière. Cela **reflète** l'écart de niveau entre hommes et femmes observé dans la **typologie** établie à partir du nombre total des athlètes interrogés : **12 hommes** ont remporté une médaille en Championnat International senior contre **9 femmes**.

Le passage d'amateur à professionnel est **plus** ou **moins progressif** – il peut être **graduel** voire constituer un tournant pour ceux dont les performances sont les plus fulgurantes – et est **réversible**.

La réussite **économique** n'est pas indexée systématiquement sur la réussite **sportive**. Ainsi, la capacité à **transformer une performance sportive** en performance **économique** suppose des **compétences spécifiques**, à acquérir par l'intermédiaire d'un **environnement expert**. Il devient alors nécessaire que le sportif **travaille son image médiatique**, afin de devenir un **communicant performant**. Le problème n'est pas tant de se vendre mais de choisir à qui l'on se vend, c'est-à-dire de s'entourer de **partenaires cohérents** au regard de **l'image que l'on promet**.

L'**exposition médiatique**, parfois recherchée par les athlètes et/ou leurs sponsors pour capitaliser leurs performances, peut générer une **pression supplémentaire**, notamment chez les femmes, surtout si leur **physique** ne correspond pas aux **standards féminins de la « beauté »**. Si globalement le marché athlétique n'est pas à l'avantage des femmes, il ne faut cependant pas nier la capacité **d'empowerment** de certaines d'entre elles lorsqu'elles en ont l'opportunité.

A noter des **injonctions contradictoires** entre :

- une manière d'être « **masculine** » incitant des femmes à accepter des **transformations corporelles** et à perdre, ou changer de « **féminité** » au nom de la **performance** ;
- l'obtention de contrats de partenaires privés fortement liée à l'image de l'athlète féminine incitant à cultiver une « **féminité traditionnelle** ».

Se pose la question des **manières de collaborer** entre les différents **acteurs**, qu'ils relèvent du secteur **fédéral** ou **privé**.

## 5. Les choix stratégiques dans la carrière

En majorité, les athlètes quittent leur **première structure d'entraînement** lorsqu'ils la jugent obsolète au regard du **niveau de performance visé**.

Les façons dont les athlètes rapportent ces changements de structure et/ou d'entraîneur permettent de caractériser le **rôle qu'ils y tiennent** – **plus ou moins proactifs** – en fonction de la temporalité dans leur carrière et de leurs connaissances et représentations de **ce que signifie être athlète de haute performance et des stratégies identifiées pour atteindre ce niveau**.

Nous n'avons donc pas constaté de différence **de niveau ou de sexe** dans l'attitude plus ou moins **proactive** dans les **choix stratégiques** : **il semblerait qu'il n'y ait pas de modèle unique de performance.**

**La moitié des athlètes femmes interrogées** estime que la **maternité** est **incompatible** avec la carrière sportive de haute performance.

Si les **athlètes pères** font partie des plus performants et **assument financièrement seuls** ou presque le foyer, il n'en est pas de même des **athlètes mères**. Leur niveau de performance est plus hétérogène et elles comptent au contraire sur leur conjoint ou leur **famille** pour compenser les pertes financières engendrées par un tel choix. Seules les deux mères les plus performantes disent ne pas avoir connu de pertes financières liées à leur maternité.

**La majorité des athlètes femmes**, tous niveaux confondus, exprime un **souhait de mixité** nécessaire à **l'émulation** au sein des groupes d'entraînement à condition d'être acceptées par les hommes. Les **athlètes hommes s'expriment moins sur le sujet. Si 1 n'y est pas défavorable, 3 y sont défavorables et critiquent le faible investissement** des athlètes **femmes qu'ils jugent plus difficiles à entraîner**. La **mixité** au sein des groupes peut donc poser **problème**.

## **6. Les relations entraîneurs - athlètes**

Certains des acteurs, hommes et femmes, partagent un point de vue assez négatif sur les **athlètes femmes** (« moins guerrières », « plus jalouses », « plus difficiles à gérer », « séductrices »). A l'inverse, d'autres (3 entraîneurs) **affirment** que la **mixité** femmes-hommes est propice à **l'émulation** au sein des groupes. Ces derniers estiment que les **différences entre les athlètes ne doivent pas être associées au sexe** mais aux parcours de chacun.

# PISTES DE REFLEXION

Au regard de ces résultats, il ressort un certain nombre de propositions susceptibles d'appuyer des décisions fédérales.

## 1. Les athlètes

### ■ L'accès à la pratique de l'athlétisme des filles et femmes :

- » poursuivre les **actions fédérales** pour développer la pratique féminine de l'athlétisme au sein des systèmes **scolaire et périscolaire** ;
- » renforcer le **maillage du territoire** au niveau de l'articulation entre le système scolaire - professeurs d'EPS et animateurs - et les **clubs sportifs**, en identifiant notamment une **communauté** de professeurs (d'EPS) entraîneurs d'athlétisme ;
- » poursuivre des **actions de communication** destinées aux **parents**, sur l'intérêt de la pratique de l'athlétisme des enfants, filles et garçons ;
- » poursuivre la réalisation d'**animations** destinées aux **familles** pendant l'organisation de courses hors stade : **pratiques ludiques** associées à des **supports de communication** tels que des interviews de championnes explicitant leurs parcours, de leur engagement dans l'athlétisme vers les succès internationaux puis leur reconversion.

### ■ Le développement de l'expertise « physique » et économique :

- » renforcer les collaborations avec les autres fédérations pour **créer des programmes de transfert de talents** ;
- » **renforcer** le suivi des athlètes avec des **moyens humains et/ou matériels supplémentaires** pour anticiper et accompagner leurs choix de vie (structure d'entraînement, choix d'études, aménagements) au regard de l'**évolution** de leur **niveau de performance** ; associé à un renforcement de la **communication** sur les formations et les acteurs mobilisables sur un territoire donné (mission locale, etc.) ;
- » renforcer le **parrainage/mentoring** de sportifs de haut niveau par des sportifs de très haute performance.

### ■ Créer des modules de **formation hybrides** (distanciel et présentiel) portant sur la **dimension entrepreneuriale du métier d'athlète de haute performance**, au sein d'une « **École de la haute performance** », en partenariat avec une **université – tel que management d'une carrière de sportif professionnel – et la cellule formation de l'INSEP**, et mobilisant **Alumni Athlé** (athlètes, acteurs de la haute performance et professionnels du secteur privé). Exemples de thématiques identifiées :

- » les différentes **phases du sport de haute performance** : de la réalisation d'excellentes performances permettant de représenter son pays aux succès internationaux répétés (cf. modèle FTEM) ;
- » les **attentes et modalités du sport de haute performance** à travers les **droits et devoirs des athlètes et du staff** ;
- » les **ressources** possibles (humaines, matérielles, financières) ;
- » les liens entre le **secteur fédéral et privé** ;

- » la **gestion de l'image** (dans les médias et les réseaux sociaux) et la réalisation d'un **pressbook** et autres outils permettant la valorisation de l'athlète en recherche de **partenaires** (solliciter une Mission Locale, une Direction Régionale, le Grand INSEP) à associer à la réalisation d'un CV et d'un bilan de compétences ;

- » la gestion de la **visibilité des athlètes femmes** en partenariat avec des associations telles que Ladies are Just Amazing (LJA/Sports) ;

- » la création d'un **réseau de femmes athlètes** sur le modèle de ce qui est proposé pour les dirigeantes (formations spécifiques proposées par Dirigeantes, Fémix'Sports) ;

- » la **préparation de la reconversion** : renforcer le soutien financier, généraliser le bilan de compétences, renforcer les liens avec les acteurs du monde professionnel (club entreprises, INSEP, etc.).

### ■ Une **communication soutenue** quant aux **critères d'attribution** des aides de la LNA et de la FFA, au regard d'une **stratégie partagée** ; avec un **renforcement des aides** à indexer non seulement sur le **niveau de performance** mais aussi sur les **inégalités de médiatisation** entre les spécialités.

### ■ Un **renforcement** de la cellule dédiée à la gestion des **aspects entrepreneuriaux de la carrière sportive** : référencement de personnes compétentes en matière juridique, gestion comptable, etc. ; associé au **développement** des relations **publiques et privées** afin de contribuer à un écosystème harmonieux :

- » en fédéralisant les staffs personnels ;
- » en renforçant les relations avec les sportifs et entraîneurs « hors système ».

### ■ Une **prise en charge psychologique de la blessure** et des stratégies pour lutter contre l'isolement des sportifs.

## 2. Les acteurs

### ■ Les **parcours** des **acteurs** font échos à ceux des athlètes. Ils nécessitent un **accompagnement socio-professionnel** pour **agir positivement sur l'entourage du sportif** par exemple au travers :

- » d'ateliers sur le **coaching des athlètes femmes** (aspects physiologiques, psychologiques et sociologiques), sur la **gestion de la mixité** au sein des groupes d'entraînement, prenant la forme d'**ateliers d'analyses de pratique** ;

- » encourager la **prise de responsabilité** des femmes, au sein de la FFA, en s'appuyant sur des collaborations avec des chargés de la féminisation des fédérations sportives tels le programme Dirigeantes ou encore la formation Hauts Potentiels de Fémix'Sports ;

- » de la **création de modules de formation**, accessibles en ligne et/ou en présentiel sur les **aspects managériaux** du métier d'entraîneur, les différentes facettes du métier de sportif de haute performance (gestion de l'image, gestion financière, etc.).

- » la **création d'un réseau d'entraîneurs** passés et actuels reposant sur le principe du parrainage/mentoring afin de renforcer la transmission des savoirs.

