

Concilier
carrière sportive
et
préparation de la reconversion

*Une difficulté objective,
et pas insurmontable*

Si une autre vie professionnelle
ne peut réellement démarrer
qu'à la fin de la carrière sportive,

elle peut très souvent
se préparer
pendant la pratique sportive...

Pourquoi beaucoup de sportifs
de haut niveau
en arrivent à *occulter*
un sujet aussi délicat
que celui de leur reconversion ?

Plusieurs raisons :

- ✓ Ils ne savent pas comment ***concrètement*** résoudre ce problème.
- ✓ Ils ne savent pas quelle ***orientation*** choisir
- ✓ Ils estiment n'avoir aucune possibilité de dégager du ***temps*** pour penser à ce sujet.
- ✓ Ils craignent la ***réaction*** de leur entraîneur ou manager
- ✓

Témoignages

« je repoussais, année après année, cette question tout en sachant pertinemment que je fuyais le problème, alors qu'il devenait de plus en plus important et qu'il me « rongait » de plus en plus. Ma passion du sport, le manque d'appui et d'informations m'ont fait oublier un temps certaines choses essentielles. J'étais enfermé dans un environnement de sportifs n'ayant en point de mire que la performance sportive... ».

« j'étais enfermé dans l'idée que le temps que je passerais à préparer ma reconversion n'était pas compatible avec la pratique du sport de haut niveau... une excuse pour fuir devant cette responsabilité ».

Pour rester fidèle à l'image
du sportif fort, confiant,
entièrement engagé à la réussite de la performance,
il va alors ignorer le sujet de sa reconversion,
jusqu'à en faire un tabou.



Le sportif est toujours susceptible de devoir mettre
une fin anticipée à sa carrière, en raison du
risque de blessure notamment.

PESSIMISME

- ↳ sa carrière est porteuse de nombreuses
opportunités pour préparer cette reconversion,
- ↳ il existe des niches de temps à consacrer à cette
réflexion.

Certains sportifs arrivent pourtant à

- ✓ anticiper leur reconversion,
- ✓ visualiser un projet clair
- ✓ valider leur formation par un diplôme.

Des questions se posent néanmoins pour eux aussi:

Comment valoriser le diplôme obtenu et progresser dans la préparation de la reconversion tout en poursuivant la carrière sportive ?

- ↪ Comment passer du projet à sa concrétisation et utiliser la carrière sportive comme levier pour le réaliser ?
- ↪ Comment mettre à jour un projet ou une formation quand 10 ans après les ambitions professionnelles et le sportif lui-même ne sont plus tout à fait les mêmes ?



Pourquoi
anticiper et préparer sa reconversion
s'avère être une difficulté
que partage la plupart des sportifs de
haut niveau ?

**la recherche de la performance
sportive et la réunion quotidienne des
conditions qui y conduisent,
sont paradoxalement le premier frein à
leur projection sur un autre avenir...**

C'est pourquoi le sportif (en activité ou en fin de carrière) doit, à un moment donné, se mettre en situation **d'affronter ce problème** et de répondre à ces questions.

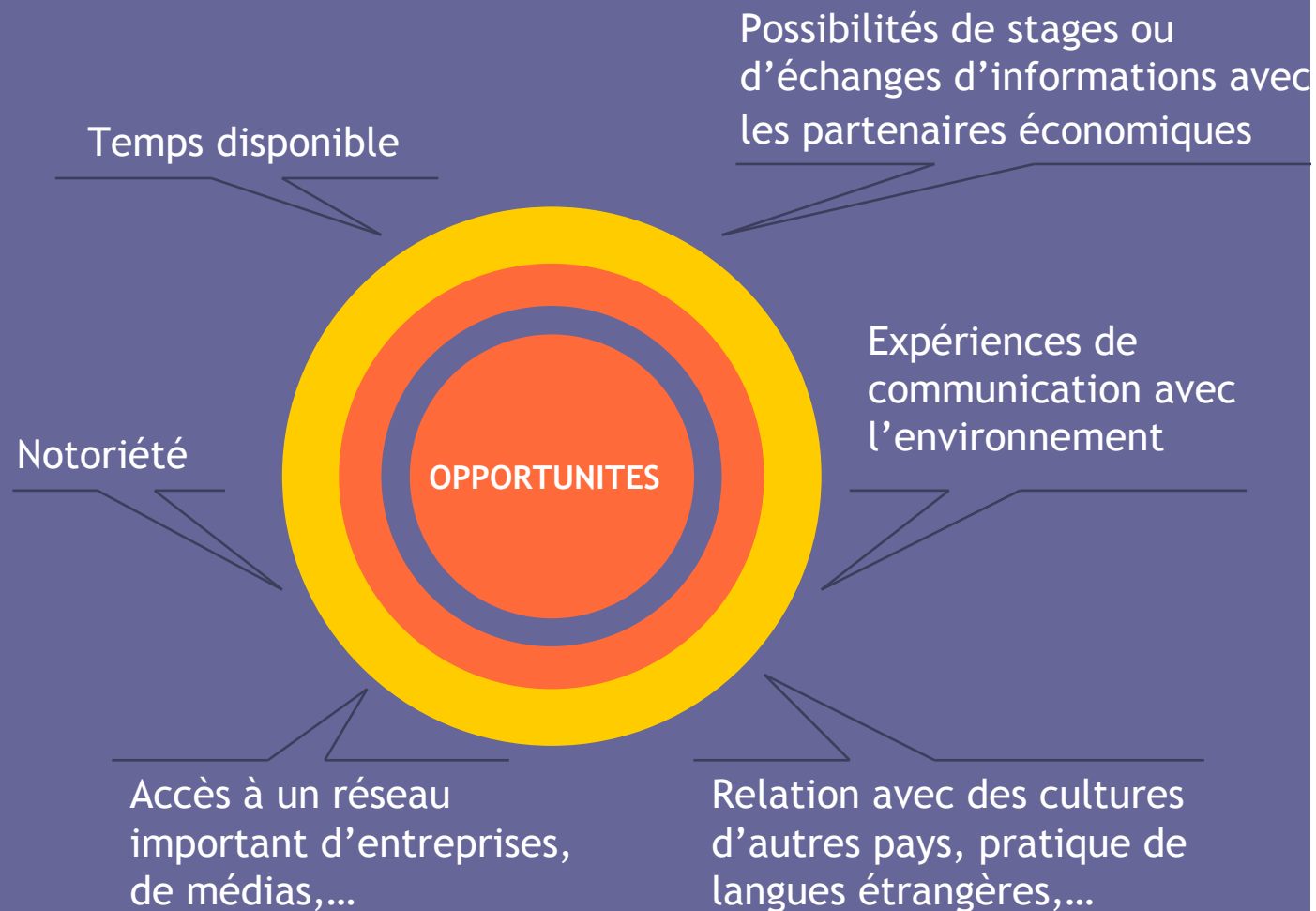
Cette réflexion peut et doit être posée en parfaite **conciliation** avec son activité sportive et son investissement dans la recherche de sa performance.

Elle doit l'aider à prendre conscience de toutes les **opportunités** présentes dans son environnement.

Témoignages

« Ce travail m'a permis d'envisager ma vie non plus sous l'angle exclusivement sportif mais aussi professionnel. Me poser les bonnes questions m'a permis d'apporter les vraies réponses à ma vie. Je me suis rendu compte qu'il est possible de concilier projet sportif et projet professionnel. Cette réflexion a déclenché chez moi un processus, une motivation pour un vrai projet professionnel dans lequel je me retrouve complètement. »

« A présent, je suis convaincu qu'avec un but précis de reconversion et une organisation claire des plages libres de ma carrière, je peux préparer mon avenir sans trop d'encombres... »



Témoignages

« j'essaie aujourd'hui de me rapprocher des secteurs d'activité qui m'intéressent le plus dans mon entourage mais aussi dans l'entourage de mon club. Toutes ces personnes sont ravies de pouvoir parler de leur travail. J'ai découvert que j'évoluais dans un milieu très ouvert où les portes ne sont jamais fermées... »

« ... Je me suis fixé des projets et des objectifs concrets sans cesse alimentés par mes rencontres »

Une démarche en 5 temps

- ↪ Accepter la situation sans regretter les choix passés.
- ↪ Faire le bilan des expériences et des apprentissages réalisés tout au long de la carrière sportive, des « potentiels » du sportif.
- ↪ Prendre en compte les traits de personnalité, les goûts et aspirations professionnelles du sportif
- ↪ Identifier 2 ou 3 pistes de reconversion à fouiller selon un plan de travail défini conjointement, jusqu'à définir un « projet ».
- ↪ Mettre en œuvre une démarche de préparation de la reconversion, adaptée à la situation sportive et personnelle de l'athlète, utilisant les opportunités présentes dans son environnement.

À l'issue de la démarche, le sportif sait
quoi faire pour préparer sa reconversion
et
comment le faire

Il s'est défini un projet :

- ↳ qui n'est pas un projet de reconversion par défaut,
- ↳ qui capitalise sur **ses qualités, son dynamisme,**
- ↳ qui répond à **ses attentes, à ses choix personnels.**

Témoignages

« Non seulement je n'ai plus cette angoisse du « quoi faire après », car ce projet me correspond et donc me motive, mais j'ai trouvé dans cette démarche un véritable équilibre qui manquait à ma vie de sportif ».

Le sportif peut alors

- ✓ *aller vers l'entreprise,*
- ✓ *exposer son projet et sa motivation de façon claire et convaincante,*
- ✓ *mettre en avant ses qualités, son potentiel, ses valeurs dont il a pris pleinement conscience, mais aussi ses éventuelles lacunes qu'il sait devoir combler.*

L'entreprise pour sa part

recruter une véritable ressource dont les atouts et les manques sont clarifiés, et à qui elle va pouvoir confier une mission dont elle sait qu'elle lui convient réellement.

**La rencontre du sportif et de l'entreprise
s'inscrit alors dans la durée
et gagne en efficacité.**