



87 boulevard de Grenelle – 75738 PARIS CEDEX 15

☎ 01 44 31 73 55

Courriel : ahamimi@fff.fr

Site Internet : <https://unecatef.fr/>

LA LETTRE – JANVIER 2021 - n° 4

Quels mots pour soigner les maux d'une année 2020 maudite. Se lamenter ? Les rasades de colère dans l'amer breuvage de l'inactivité dures à avaler se suffisent à elle-même pour ressasser la frustration ressentie par toutes et tous depuis des mois : entraîneur(e)s, joueurs(ses), dirigeant(e)s, bénévoles et partenaires.

L'UNECATEF souhaite que l'année 2021 soit celle d'une liberté retrouvée, de l'exigence de la solidarité et d'une vitalité sportive qui permettent à chacun(e) de s'épanouir et renouer avec une dynamique de vie essentielle à notre bien-être. De notre côté, il sera primordial pour nous de construire des réponses modernes et adaptées à la profession. Toute notre énergie sera donc connectée à donner de la valeur au présent, renforcer votre protection, à travailler ensemble pour vous accompagner, vous conseiller et vous aidez à créer ou découvrir des horizons professionnels nouveaux.

UNECATEF EN LIBERTE.....2021 SAGESSE ? LUCIDITE ?

Parfois la mémoire se mélange avec les effets du temps. Beaucoup se lance à la poursuite d'une mémoire qui fuit en balisant leurs chemins de leurs pensées de post-it encombrants mais ô combien précieux pour ne pas oublier. Mais nul besoin de post-it pour ceux qui nous ont quittés de Michel Hidalgo à Gérard Houllier avec tant d'autres tout aussi essentiels à notre métier d'entraîneur. Ils sont bien ancrés dans notre mémoire.

Bien au contraire, au cœur d'une situation sanitaire et sportive aussi frêle que la flamme qui vacille et s'éteint aussi vite qu'une bougie sous un ventilateur, ils auraient été les premiers à nous expliquer qu'en 2021 les pensées négatives doivent perdre de leur toxicité. Que nous devons nous réinventer pour vivre ensemble, communiquer, échanger pour partager notre passion et être acteur de notre avenir. A nous dire que la souffrance est une fidèle compagne de la réussite. Que les éléments de désordre contribuent à créer des ordres nouveaux et à prendre des décisions parfois difficiles mais essentielles pour l'avenir.

Le hic c'est que dans notre sport favori les « décisions parfois difficiles mais essentielles » concerne à de rares exceptions près, souvent les entraîneurs. Il y a des bonhommes en mousse qui aiment le pouvoir et qui veulent l'exercer dans tous les domaines y compris ceux dans lesquels ils ne comprennent rien.

Fin décembre 2020, déjà plus de 25% des entraîneurs de Ligue 1 et Ligue 2, plumés avec le goudron, ont été invités à déménager leurs cartons. A ce rythme, on pourrait craindre une inflation en 2021 surtout si l'on pense à ceux qui, actuellement, jouent les funambules pour ne pas tomber.

Si l'on connaît les risques du métier, qui font le bonheur d'un collègue en manque de banc, ce n'est jamais plaisant d'être emporté par les courants et tourbillons de la contre-performance. Ces derniers temps beaucoup se sont inquiétés de la santé des entraîneurs face à la rigueur et l'exigence du métier. C'est d'ailleurs paradoxal, puisque la majorité des censeurs sont par leurs critiques, remarques acerbes et acérées, souvent dénués de tous fondements, les premiers à savonner la planche dès lors que le style de jeu et/ou les résultats ne sont pas conformes aux ou à leurs attentes. Il est d'ailleurs effarant de compter le nombre croissant de girouettes et de caméléons à la conviction flexible dès lors que la courbe des résultats s'inverse et qu'elle fait le bonheur éphémère d'un entraîneur passionné.

Ne pas voir autre chose que les défauts (à quelques exceptions près) engendrent à l'évidence une opinion publique crédule qui déverse à son tour son lot de sarcasmes et autres au café du commerce ou sur les réseaux sociaux à l'encontre du futur banni. Il faut craindre ces bougres qui pensent que le football a commencé avec eux et qui secouent les entraîneurs en difficulté comme de vieux tapis poussiéreux. Aucun respect pour la passion d'un homme que l'on pousse à bout, qui connaît le stress permanent 24h/24 et qui préférerait s'épanouir et vivre sa passion avec l'eustress. Sans compter, les décideurs, à la compétence reconnue depuis deux ans, sensibles aux commentaires et empressés de concrétiser les conseils "avisés" des spécialistes et de la vindicte populaire.

La crise 2020 nous offre un formidable défi en 2021. Se lancer avec énergie et conviction pour établir des stratégies nouvelles, fixer des objectifs raisonnables et raisonnés et saisir les opportunités pour faire le plein du réservoir de la confiance. Sans oublier que « **PATIENCE** est mère de sureté » y compris pour le sort des entraîneurs.

UNECATEF – INFORMATIONS UTILES

ASSEMBLEE GENERALE ELECTIVE

01 MARS 2021



Le Comité Directeur de l'UNECATEF s'est réuni en visio le lundi 18 janvier 2021 pour préparer dans les meilleures conditions l'Assemblée Générale électorale qui se déroulera le lundi 01 mars 2021 en visioconférence. Toutes les informations concernant l'organisation et le déroulement de cette assemblée parviendront prochainement à l'ensemble des adhérents à jour de leur cotisation au 31 décembre 2020. Pour tous renseignements, vous pourrez prendre contact directement avec l'UNECATEF à l'adresse mail ahamimi@fff.fr



Candidatures au Comité Directeur 2021 – 2024

Retrouvez ci-dessous la liste des candidats à l'élection au nouveau Comité Directeur de l'UNECATEF à compter du 01 mars 2021. Sont concernés par cette élection les collègues :

- des entraîneurs du monde professionnel ;
- des entraîneurs du monde amateur ;
- des cadres techniques.

COLLEGE PROFESSIONNELS 12 Postes		COLLEGE AMATEURS 6 postes dont 1 femme		COLLEGE CADRES TECHNIQUES 2 postes	
Noms	Nés	Noms	Nés	Noms	Nés
Claude LE ROY	06-févr-48	Amandine MIQUEL	08-avr-84	Meddy CHAUVINEAU	3-mars-82
Farès BOUZID	01-mai-81	André BODJI	22-févr-50	Stéphane ADAMIETZ	04-août-73
Franck TRIQUENEAUX	28-août-67	Bertrand REBOURS	25-janv-72	William MONTECOT	12-oct.-82
Hervé GAUTHIER	28-mai-49	Didier LACOMBE	05-août-64		
Jacky BONNEVAY	01-juin-61	Emmanuel TREGOAT	26-sept-62		
Jacky ROCHE	31-mai-45	Jean-Philippe SECHET	16-juil-65		
Jean Marc FURLAN	20-nov-57	Mohamed Kamal KAADA	15-mars-50		
Nasser LARGUET	06-oct-58	Pierre HENOC	20-sept-51		
Philippe MONTANIER	15-nov-64	Ridha ABBASI	13-mai-79		
Pierre REPELLINI	27-oct-50	Stéphane SMAGUE	14-juin-70		
Raymond DOMENECH	24-janv-52				
Richard DEZIRE	24-sept-72				
Roland GRANSART	01-janv-54				

ACTIVITÉ PARTIELLE LES NOUVELLES MESURES POUR 2021

A partir du 1^{er} janvier 2021, les salariés en activité partielle ne devaient toucher plus que 60% de leur salaire brut au lieu des 70% auparavant. Avec la prolongation de la crise sanitaire, un ensemble de décrets et d'ordonnances ont prévu que :

- **tous les salariés placés en activité partielle continueront de toucher 70% de leur salaire brut au moins jusqu'au 1er février 2021.**
- les entreprises de certains secteurs protégés, dont le sport fait partie, ainsi que celles touchées par une fermeture administrative à cause de la crise sanitaire, seront toujours indemnisées à 100% par l'État, dans la limite de 4,5 SMIC, au moins jusqu'au 31 janvier 2021. Pour les autres, il prend en charge 85% de l'activité partielle.

A partir du 1^{er} février 2021, et étapes par étapes, l'activité partielle devrait tout de même être moins généreuse pour les salariés comme pour les employeurs.

Ainsi, concernant l'indemnité d'activité partielle :

- les salariés ne devraient toucher plus que 60% de leur salaire brut (au lieu de 70% actuellement) soit 72% de leur salaire net (au lieu de 84% aujourd'hui) ;
- **toutefois, les salariés appartenant à une entreprise faisant partie d'un secteur protégé, dont le sport fait partie, ou faisant partie d'une entreprise connexe, qui dépend des secteurs touchés et qui a une forte baisse de son chiffre d'affaire, continueront de toucher 70% de leur salaire brut jusqu'au 31 mars 2021. Ce n'est qu'à partir du 1^{er} avril 2021 que ces salariés ne devraient toucher plus que 60% de leur rémunération brute et basculeraient ainsi dans le cas général ;**
- les salariés des entreprises qui accueillent du public et qui font l'objet d'une fermeture administrative, les salariés d'entreprises qui subissent une forte baisse du chiffre d'affaires en raison de restrictions territoriales (si confinement local), continueront de toucher 70% de leur salaire brut jusqu'au 30 juin 2021. Ce n'est qu'à partir du 1^{er} juillet 2021 que ces salariés ne devraient toucher plus que 60% de leur rémunération brute et basculeraient ainsi dans le cas général.

Ainsi, concernant l'allocation d'activité partielle :

- l'État ne devrait prendre en charge plus que 51% de l'indemnité d'activité partielle, ce qui équivaut à une allocation égale à 36% de l'indemnité versée au salarié ;
- pour les secteurs protégés, l'État prend en charge 100% de l'indemnité d'activité partielle jusqu'au 31 janvier 2021, puis devrait prendre en charge 85% jusqu'au 31 mars 2021, puis 51% à partir du 1^{er} avril 2021 ;
- pour les entreprises fermées administrativement, ou situées sur un territoire soumis à des restrictions particulières, l'État prend en charge 100% de l'indemnité d'activité partielle jusqu'au 30 juin 2021, puis devrait prendre en charge 51% à partir du 1^{er} juillet 2021.



ARRÊT MALADIE LIÉ À LA COVID-19 ASSOUPLISSEMENT DES CONDITIONS D'OUVERTURE DE DROIT AUX INDEMNITÉS

Dès le 1^{er} février 2020, les salariés exposés à la Covid-19 qui faisaient l'objet d'une mesure d'isolement, d'éviction ou de maintien à domicile en raison notamment d'un contact avec une personne malade du coronavirus ou après avoir séjourné dans une zone concernée par un foyer épidémique, bénéficiaient des Indemnités Journalières de Sécurité Sociale (IJSS). Ce dispositif exceptionnel devait prendre fin le 31 décembre 2020. Toutefois un décret, publié le 9 janvier 2021 au Journal Officiel de la République Française, confirme sa prolongation et l'élargit à de nouveaux motifs.

Depuis le 1^{er} janvier 2021, quelle que soit la date du premier jour de l'arrêt de travail, les personnes qui se trouvent dans l'impossibilité de travailler, même à distance, peuvent bénéficier des IJSS. C'est le cas pour les motifs suivants :

- personne vulnérable présentant un risque de développer une forme grave d'infection au virus et qui ne peut pas être placée en activité partielle ;
- parent d'un enfant de moins de 16 ans ou d'une personne en situation de handicap faisant l'objet d'une mesure d'isolement, d'éviction ou de maintien à domicile et qui ne peut pas être placé en position d'activité partielle ;
- personne faisant l'objet d'une mesure d'isolement en tant que cas contact à risque de contamination ;
- personne faisant l'objet d'une mesure de placement en isolement ou de mise en quarantaine à son arrivée en Guadeloupe, en Guyane, en Martinique, à Mayotte, en Nouvelle-Calédonie, en Polynésie française, à La Réunion, à Saint-Barthélemy, à Saint-Martin, ou à Saint-Pierre-et-Miquelon.

Deux nouveaux motifs permettent de bénéficier des IJSS, pour les personnes dont l'arrêt de travail débute à compter du 10 janvier 2021. Cela concerne :

- le salarié qui présente le résultat d'un test concluant à une contamination par la Covid-19 ;
- le salarié qui s'isole en raison de l'apparition des symptômes liés à l'infection au virus et qui attend les résultats de son test de détection de la Covid-19..

Afin d'inciter au maximum les personnes qui ont été exposées ou présentent des symptômes de la Covid-19 à rester isolées à leur domicile, la procédure d'arrêt de travail a été revue !

Il n'est plus nécessaire de se rendre chez son médecin traitant pour obtenir un arrêt de travail. Il suffit de se déclarer sur le site declare.ameli.fr (ou declare.msa.fr) et c'est l'Assurance maladie qui établit l'arrêt de travail. Un récépissé est fourni suite à cette déclaration et c'est ce document qui permet de justifier de l'absence auprès de son employeur.



PLAFOND DE LA SÉCURITÉ SOCIALE POUR 2021

Par arrêté du 22 décembre 2020, à compter du 1^{er} janvier 2021, les valeurs mensuelle et journalière du plafond de la sécurité sociale sont les suivantes :

- valeur mensuelle : 3 428,00 € ;
- valeur journalière : 189,00 €.

Pour rappel, le plafond de la sécurité sociale est utilisé comme base de calcul de certaines prestations sociales. Il est réactualisé chaque année par les pouvoirs publics pour une date d'effet au 1^{er} janvier.

Le **plafond de la sécurité sociale** est un montant de référence (barème) pris en compte pour le calcul du montant maximal de certaines prestations sociales comme :

- les indemnités journalières (IJ) pour maladie, accident du travail, maternité, paternité ;
- les pensions d'invalidité ;
- les pensions d'assurance vieillesse du régime général.

Il est calculé par :

Montant du plafond de la sécurité sociale du 01/01/2021 au 31/12/2021	
Nature du plafond	Plafond
Annuel (PASS – Plafond Annuel de Sécurité Sociale)	41 136,00 €
Trimestriel	10 284,00 €
Mensuel (PMSS – Plafond Mensuel de Sécurité Sociale)	3 428,00 €
Hebdomadaire	791,00 €
Journalier (PJSS – Plafond Journalier de Sécurité Sociale)	189,00 €
Horaire	26,00 €



Expatriation et Retraite

Dans les précédents numéros de la lettre de l'UNECATEF, Jacky ROCHE évoquait les différentes situations générées par une expatriation au regard de Pole Emploi, de la fiscalité et des cotisations sociales dont la retraite (Lettre de l'UNECATEF n°3 de Décembre 2020). Dans ce numéro de Janvier, il revient plus en détail sur les **Droits à la retraite pour les activités effectuées à l'étranger.**

L'entraîneur expatrié relève du régime obligatoire de retraite local et doit cotiser dans cet Etat. Ces périodes d'activité peuvent permettre de bénéficier d'une retraite auprès du régime local. Dans ce cas il y aura perception d'une retraite française (si activité cotisée avant ou après l'expatriation) et d'une retraite étrangère.

3 situations possibles :

- expatriation dans un des Etats membres de l'Union Européenne + la Norvège, l'Islande, le Liechtenstein, et la Suisse ;
- expatriation dans un pays ayant signé un accord bilatéral de sécurité sociale avec la France ;
- expatriation dans un pays n'appartenant pas aux 2 premières catégories

a) Expatriation dans un des Etats membres de l'Union Européenne + la Norvège, l'Islande, le Liechtenstein, et la Suisse

Les temps de cotisations aux régimes des pays concernés seront cumulés au temps de cotisation en France au moment de la liquidation de votre retraite (Règlement européen de protection sociale 883/2004).

Chacun des pays totalise l'intégralité des trimestres cotisés dans l'ensemble des pays pour le calcul de la durée d'assurance requise.

Les périodes accomplies dans un autre Etat sont prises en compte comme si elles avaient été accomplies en France.

Chaque état verse la part de retraite qui le concerne dans l'Etat de résidence

b) Expatriation dans un pays ayant signé un accord bilatéral de sécurité sociale avec la France

Etats concernés : Algérie, Andorre, Argentine, Bénin, Bosnie-Herzégovine, Brésil, Cameroun, Canada, Cap Vert, Chili, Congo, Corée du Sud, Côte d'Ivoire, Etats-Unis, Gabon, Guernesey, Ile de Man, Inde, Israël, Japon, Jersey, Kosovo, Macédoine, Mali, Maroc, Mauritanie, Monaco, Monténégro, Niger, Nouvelle-Calédonie, Philippines, Polynésie Française, Québec, Saint-Martin, Saint-Pierre-et-Miquelon, Sénégal, Serbie, Togo, Tunisie, Turquie, Uruguay.

Les accords prévoient la prise en compte, pour le calcul de la retraite française, des périodes d'activité effectuées dans l'autre Etat

Mais on ne peut faire valoir qu'une seule convention pour toute sa carrière. Si on a travaillé quatre ans au Maroc et trois ans en Algérie, il faut choisir une seule des deux conventions : les périodes travaillées dans l'autre pays seront perdues pour la validation de la durée d'assurance retraite.

c) Expatriation dans un pays n'appartenant pas aux 2 premières catégories

Les droits à la retraite seront examinés séparément par chacun des Etats et les trimestres travaillés et cotisés à l'étranger ne seront pas pris en compte pour la retraite française. Dans le meilleur des cas le pays d'expatriation calculera une pension de retraite en fonction des années travaillées sur son sol.

Attention : Certains de ces pays réservent le versement de cette pension à leurs seuls résidents, d'où l'intérêt de cotiser en parallèle volontairement auprès de la Caisse des Français de l'Etranger (C. F. E.) et de la C.R.E.- IRCAFEX pour la retraite complémentaire.

UNECATEF ACCOMPAGNEMENT & FORMATION



Dix Mois Vers l'Emploi 2021

Reporté à deux reprises, les incertitudes sanitaires ont conduit à l'annulation pour cette saison du programme Dix Mois Vers l'Emploi 2021 (DMVE). Une décision difficile mais raisonnée. Il eut été, en effet, impossible pour des raisons logistiques d'être constamment dans l'attente et la dépendance des orientations sanitaires prises par les autorités, pour organiser les sessions. A l'issue de l'assemblée générale électorale de mars 2021, l'UNECATEF ne manquera pas d'envisager la saison DMVE 2022 sous de meilleurs auspices et toujours dans la perspective d'une utilité et efficacité reconnues et partagées par tous.



Formation continue entraîneurs à l'étranger Inscriptions pour la 2^{ème} session

La Direction Technique Nationale (DTN) et l'Institut Formation de Football (IFF) annoncent l'ouverture des inscriptions pour la deuxième session de classe virtuelle à destination des entraîneurs actuellement en poste à l'étranger.

Ci-dessous, le calendrier et les thématiques qui seront abordées durant cette deuxième

session de formation professionnelle continue à distance 2020-2021. La date limite de dépôt des dossiers auprès de l'IFF est fixée au **15 février 2021**.

1. bloc 1 – Cadrage, inclusion fonctionnement : entre le 15 et 17 mars 2021 ;
2. bloc 2 – Evolution et connaissance du jeu : entre le 06 et 08 avril 2021 ;
3. bloc 3 – La préparation physique au service de la performance : entre le 26 et 28 avril 2021 ;
4. bloc 4 – L'optimisation mentale au service de la performance : entre le 03 et 05 mai 2021 ;
5. bloc 5 – Pédagogie et performance : entre le 25 et 27 mai 2021 ;
6. bloc 6 – L'évolution du cadre réglementaire en France et en Europe : entre le 07 et 09 juin 2021.

Pour obtenir le dossier d'inscription, vous pouvez contacter :

- L'Institut de Formation du Football (IFF) : INSTITUT-DE-FORMATION@FFF.FR
- Le service Entraîneurs (DTN) : educateurs@fff.fr

UNECATEF..... RENCONTRE AVEC CECILE TRAVERSE

Docteur d'Université en STAPS
Intervenante en Psychologie du Sport

Depuis plusieurs saisons, la multiplicité des formations et des appellations des intervenants (psychologue du sport, préparateur mental, coach, sophrologue, profileur...) est devenue un véritable business économique et contribue à obscurcir le véritable statut et rôle de ce professionnel. Que ce soit en présentiel ou à distance, une multitude d'organismes de formations nouvellement créés s'est engouffré dans la brèche. Des formations qui s'apparentent à la mousse de l'écume pour les rois des artifices, les magiciens de l'impossible et les princes du flou. Faiseurs de miracles peut-être : « on peut toujours le croire ».

Forte de son expérience auprès de sportifs, tous disciplines confondues, Cécile Traverse, Docteur d'Université en STAPS, conférencière et intervenante en Psychologie du Sport, accompagne à titre collectif ou individuel, depuis de nombreuses années, des footballeurs professionnels. Pour la lettre de l'UNECATEF, elle nous fait part de son point de vue sur ce sujet qui interroge et qui interpelle.

L'athlète de haut niveau et la préparation psychologique et mentale Une histoire de liberté



Il serait confortable d'imaginer l'athlète de haut niveau comme le dernier gladiateur des temps modernes, amoureux de sa discipline, conscient de ses projets, aux commandes d'une vie qu'il aurait dès son plus jeune âge choisi. Quel plaisir de l'accompagner dans sa quête de trophées sur les terrains du monde entier, d'être le témoin de l'accomplissement de ses rêves. Nous aimons ces destins d'hommes et de femmes dont l'entourage souligne le désir de devenir champions, dès l'enfance. Pourquoi s'en priver puisque l'histoire est belle ?

Pour autant, est-ce toujours lucide ? Ne serait-ce pas là une vision quelque peu « romancée » d'une toute autre réalité ? En effet, comment ne pas considérer en premier lieu que le talent dont le sportif fait preuve décide pour lui ? Quoi de plus normal me direz-vous ? Comment nier un talent dans un milieu dont la légitimité dépend de sa quête ? Les racines de l'histoire ne sont, par conséquent, pas toujours aussi idéalistes que nous le croyons. Et les athlètes semblent pour

certaines prêts à en témoigner¹, quitte à désacraliser ce que nous nous plaisions à imaginer.

Difficile d'oublier la « confession » de ce joueur de football de renom, ayant évolué dans les clubs les plus prestigieux, m'avouant, gêné, que sa présence n'avait rien à voir avec la passion du foot : à l'origine, le centre de formation avait été « la clé » pour permettre

à ses parents de payer les hautes études de son grand frère et de le savoir, lui, pris en charge. Si ici, le sens apparaît clair, il est fréquent de constater que ce n'est pas « la règle ». Le sens de leur pratique, de leur engagement au quotidien, le « pourquoi ils agissent » ne s'avèrent pas toujours aussi limpides que nous aimerions le croire pour nos champions. Rassurons-nous en considérant que ces derniers ne correspondent pas à la majorité. Seulement, admettons que parmi les athlètes réellement aux commandes de leur projet et de leur avenir, en existent d'autres presque présents malgré eux. Le jeune sportif doué, détecté, puis recruté se voit alors « happé » par un environnement où tout est déterminé, huilé, planifié pour lui à l'avance. Tout est structuré afin qu'il suive le chemin que certains s'appliquent à tracer pour lui dans un objectif de performance. Comment survit la passion dans cette organisation ?

Pour cette raison, la présence d'un intervenant en psychologie du sport me paraît incontournable dans l'encadrement d'un sportif qui s'apprête à suivre une carrière de haut niveau. Et il faut bien reconnaître que la France n'est pas vraiment la meilleure élève sur ce point. Si certains arguments semblent « recevables » pour justifier cette carence, d'autres paraissent plus inquiétants. Se former sur les aspects mentaux de la performance fait de l'athlète de haut niveau un homme libre. Un peu fort ? Point de vue utopique de l'intervenante passionnée que je suis ? Rien n'est moins sûr à mes yeux.

Lorsqu'un athlète amorce un travail de préparation psychologique et mentale, il s'engage vers une meilleure connaissance de lui-même, de ses valeurs, de ses croyances. Il prend le temps de s'interroger sur sa relation à sa pratique, à la performance. Il clarifie ce qu'il cherche à accomplir à travers elle, ce qu'elle lui apporte. Il décrypte ses ambitions, découvre ses habiletés mentales, apprivoise ses émotions comme en témoigne Blaise Matuidi : « Cécile (...) s'occupait de la préparation mentale au sein du club. (...) J'en ressentais vraiment les effets bénéfiques. Après chaque séance de relaxation, j'étais débarrassé d'un maximum de stress, et ça me soulageait car, à mes débuts, j'avais tendance à l'accumuler. » (« Au bout de mes rêves », 2016, p. 178).

Par ce cheminement, les prises de conscience qu'il fait naître, les connaissances qu'il dispense, l'athlète de haut niveau adopte un engagement moins robotisé. Il enquête sur lui-même, cherche, remet en question : il devient moins facile de lui imposer des comportements, des engagements sans pouvoir les justifier. La quête de sens devient pour lui une notion essentielle, si bien qu'il s'avère plus complexe de le « manipuler ». En effet, plus l'athlète se découvre par ce travail, plus il accueille son individualité et s'engage dans un projet qui avant tout lui appartient. Il ne récite pas, il décide, il vit son programme. Il n'incarne plus ce corps machine destiné à exécuter sans penser ce qui induit un fonctionnement plus démocratique avec son entourage dans son entier.

Pour ces raisons, nous pouvons affirmer que le travail de préparation psychologique et mentale fait de l'athlète un homme libre. Libre de s'engager dans sa tâche au quotidien, libre de lui attribuer le sens, la place qu'il désire. Libre de donner son avis sur son programme, sur sa gestion de carrière. Libre de ses choix, libre d'imaginer sa vie d'après. Par conséquent libre d'être l'athlète, le champion, la femme ou l'homme qu'il désire et d'exister pour lui-même et à sa manière. A mes yeux, c'est dans ces circonstances que nous pouvons prendre du plaisir à les regarder performer sur les terrains du monde entier.

Cécile TRAVERSE
Docteur d'Université en STAPS
Intervenante en Psychologie du Sport

¹ Pour les plus curieux, consulter : André Agassi, « Open », 2009 ; Richard Gasquet, *Sport & Style*, 19 Mai 2014 ; Laure Manaudou, « Entre les lignes », 2014, p.10 ; Raphaël Poulain, *L'Equipe Mag*, 17/09/2011, p.97 & « Quand j'étais Superman », 2011.



Site internet www.unecatef.fr

Courriel ahamimi@fff.fr



NOS PARTENAIRES

