

Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin
Band: 55 (1998)
Heft: 4

Artikel: La fin de carrière dans le sport : un problème resté longtemps ignoré
Autor: Schilling, Guido
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-998776>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 29.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

La fin de carrière dans le sport

Un problème resté longtemps ignoré

Guido Schilling

Traduction: Jean-Paul Gremion

Photos: Daniel Käsermann



Beat Cattaruzza, hier sportif de haut niveau...

Une carrière dans le sport de haut niveau est une période d'incertitude dans la vie d'une personne. Les responsables directs, mais aussi la société en général portent une large part de responsabilité dans la manière de faire face à cette incertitude. Après une rétrospective, l'auteur soulève des interrogations et formule des besoins.

En Suisse, la santé publique et l'éducation physique ont été pendant longtemps presque exclusivement réservées au sexe masculin. La gymnastique et le sport dans les écoles de notre pays – non obli-

gatoires pour les filles jusque dans les années 70 – et ce que l'on appelait l'«Instruction préparatoire» avaient pour but de préparer physiquement les jeunes hommes au service militaire après leur scola-

rité obligatoire. Aussi, la revue de l'Ecole de sport de Macolin portait-elle à l'époque le titre «Jeunesse forte – Peuple libre».

La création de Jeunesse + Sport a mis tout à coup les filles sur un pied d'égalité, bien que jusqu'à fin 1983 le sport soit demeuré aux mains du Département militaire fédéral (DMF)... avant d'être rattaché depuis le 1^{er} janvier de cette année au Département fédéral de la défense, de la protection de la population et des sports (DDPS). L'Institution Jeunesse + Sport est pour de nombreux jeunes gens un moyen d'accéder à une carrière sportive. Même si les deux sexes sont bien représentés parmi les jeunes sportifs ainsi que chez les athlètes actifs, force est de constater que les hommes sont pratiquement les seuls à faire carrière dans des fonctions dirigeantes du sport, non seulement en Suisse mais dans de nombreux pays!

Le sport moderne de compétition

Emanant à la fois du sport de loisir, qui servait essentiellement à l'éducation physique, et du sport de compétition pratiqué dans les écoles anglo-américaines, le sport de compétition occidental s'est développé à pas de géant dans ces dernières décennies. «Citius, altius, fortius», la devise des Jeux olympiques, signifie toujours «plus vite, plus haut, plus fort», mais en réalité le sport évolue plutôt vers «plus commercial, plus grossier, plus rude»! Pratiqué sous cette forme, le sport de haute compétition a-t-il vraiment un avenir?!

Le retour des pays de l'Est européen dans l'arène olympique a largement favorisé cette évolution douteuse. On s'est servi (abusivement) du sport comme moyen de démontrer la force d'un système de société. «Coûte que coûte» figurait sans doute au cœur des principes de promotion du sport d'Etat² en Europe de l'Est après la Deuxième Guerre mondiale. Pour toutes les nations intéressées au développement du sport, la fin justifiait souvent les moyens. Les pays socialistes

Docteur ès lettres avec psychologie en branche principale, *Guido Schilling* (1939) possède également un diplôme de maître d'éducation physique de l'Ecole polytechnique fédérale de Zurich (EPFZ). Il travaille dans divers domaines de la formation (sélection des pilotes, formation des entraîneurs), dans le domaine de la santé ainsi que de la formation des personnes exerçant des fonctions dans le sport. A l'EFSM, il a dirigé la Section de l'information en qualité de sous-directeur. Il est depuis 10 ans professeur de pédagogie, de psychologie et de psychologie du sport à l'EPFZ.

n'avaient (n'ont) pas l'exclusivité du do-
page!

Heureusement, la chute du Mur de Berlin en 1989 a mis fin à la lutte, tant insensée sur le plan économique qu'inhumaine sur le plan sportif, à laquelle se livraient l'Est et l'Ouest dans le sport de compétition.

Comme ils l'ont toujours fait, les médias jouent le rôle de promoteur de certains sports de compétition modernes. Grâce au progrès technique, le reportage sportif a conquis une place privilégiée dans la communication de masse. Aux simples communiqués de résultats en dernières pages des quotidiens sont venus s'ajouter des reportages radiophoniques en direct du lieu même des manifestations. Le reportage sportif télévisé a connu un essor plus fulgurant encore. Alors que les images filmées des Jeux olympiques de Tokyo en 1964 ont encore emprunté l'avion avant d'être diffusées chez nous en noir et blanc, pour la première fois, les Jeux olympiques de Mexico en 1968 ont été directement retransmis en couleur. Aux Jeux olympiques d'Atlanta en 1996, les chaînes de télévision ont rivalisé pour offrir de véritables spectacles télévisuels, de longue durée et mobilisant d'importants moyens. Ainsi, nous avons pu admirer à domicile, en direct des USA, un gros plan du champion olympique suisse d'aviron en train de franchir la ligne d'arrivée. *From motion to emotion!* Les taux d'écoute attestent que nous sommes tout aussi sensibles à l'émotion d'un Suisse d'origine chinoise versant des larmes à l'écoute de l'hymne national suisse qu'à sa prestation sportive au cheval-arçons.

A star is born

Tous les médias – et pas seulement la presse à sensation – ont compris que les à-côtés du sport sont tout aussi intéressants que la prestation sportive elle-même. Comment une personne douée pour le sport devient-elle une vedette? Comment gère-t-elle son succès? Qui soutient les jeunes athlètes avant, pendant et après la phase de compétition sportive? On admet depuis longtemps que l'entraîneur joue un rôle primordial dans les sports impliquant des jeunes. Dans ce contexte, des médecins, des entraîneurs et des enseignants ont élaboré, lors d'une table ronde³ qui se déroulait en novembre 1973 à Macolin, cinq thèses sur le sport de haute compétition pratiqué par des jeunes. La dernière de ces thèses met en relief la responsabilité qu'endosse quiconque se lance avec des jeunes dans un sport de haute compétition et en fait des vedettes⁴:

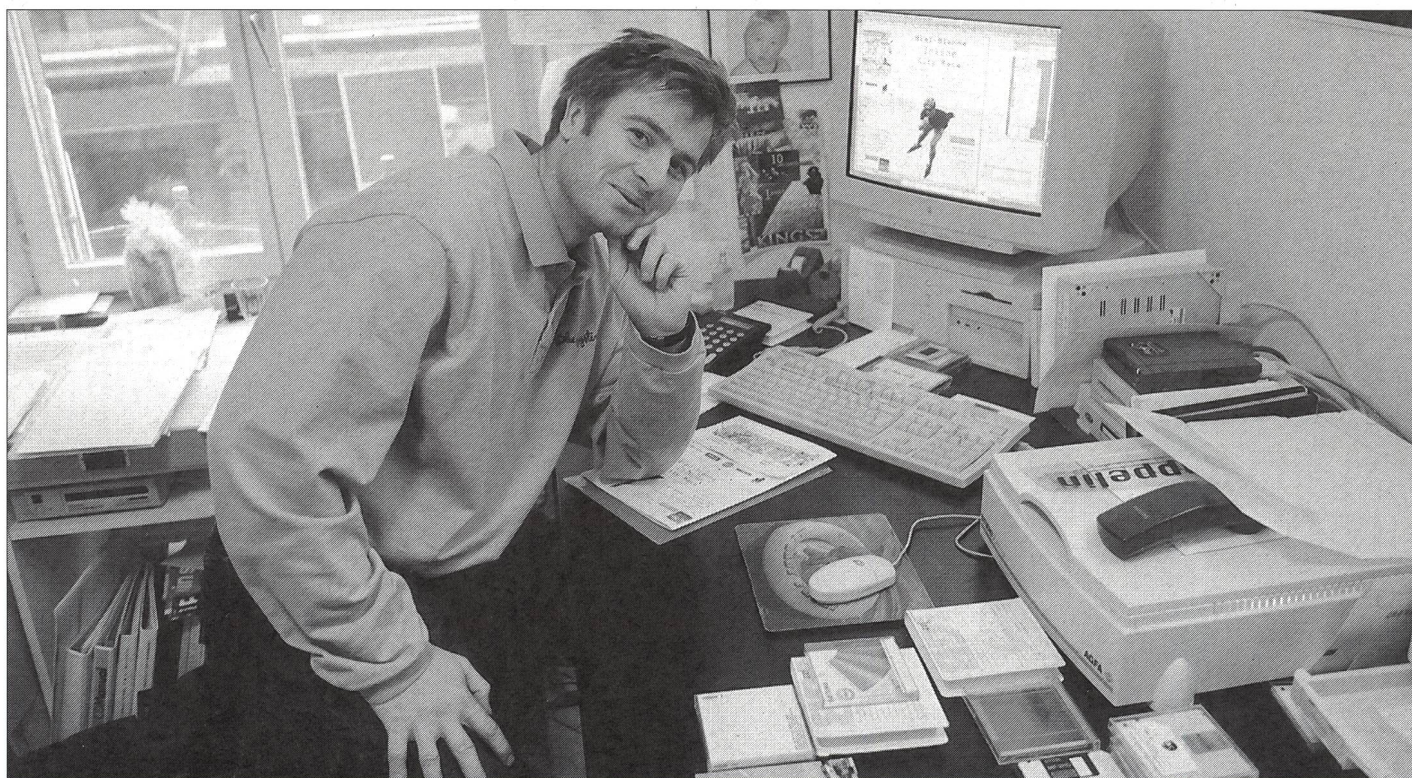
«Les entraîneurs doivent réfléchir à leurs responsabilités, à leur mission et à leurs protégés. Le sport moderne de haute compétition, mélange de jeu et de travail, peut contribuer au développement du jeune, mais il peut aussi le priver de son enfance. Ne sommes-nous pas dans la même situation que Saint-Exupéry? Dans *Terre des hommes*, il écrit: *Je m'assis en face d'un couple. Entre l'homme et la femme, l'enfant, tant bien que mal, avait fait son creux, et il dormait. Mais il se retourna dans le sommeil, et son visage m'apparut sous la veilleuse. Ah! quel adorable visage! Il était né de ce couple – à une sorte de fruit doré. Il était né de ces lourdes hardes cette réussite de charme et de grâce. Je me penchai sur ce front*

lisse, sur cette douce moue des lèvres, et je dis: voici un visage de musicien, voici Mozart enfant, voici une belle promesse de la vie. Les petits princes des légendes n'étaient point différents de lui: protégé, entouré, cultivé, que ne saurait-il devenir! Quand il naît par mutation dans les jardins une rose nouvelle, voilà tous les jardiniers qui s'émeuvent! On isole la rose, on cultive la rose, on la favorise. Mais il n'est point de jardinier pour les hommes. Mozart enfant sera marqué comme les autres par la machine à emboutir. Mozart fera ses plus hautes joies de musique pourrie, dans la puanteur des cafés-concert.

Le sport d'élite est-il un bon génie prenant le plus grand soin des jeunes qui lui sont confiés ou bien est-il un mauvais génie qui les esquite? Entraîneurs et moniteurs de sports de haute compétition impliquant des jeunes se chargent de lourdes responsabilités.»

«Amateur» professionnel

Tout jeune qui ambitionne les premières places dans le sport d'élite contemporain doit s'adonner au sport très tôt pour pouvoir faire fructifier ses talents. Mais il peut être très difficile pour les jeunes élèves de concilier école et sport. C'est pourquoi on pense de plus en plus, en Suisse aussi, à multiplier les classes spéciales donnant la possibilité de faire du sport pendant les heures d'école, à l'exemple de l'école expérimentale municipale Art et Sport (K+S Versuchsschule) de Zurich. Depuis quelque temps déjà, des écoles moyennes privées offrent des programmes spéciaux permet-



... à aujourd'hui son propre atelier d'arts graphiques.

tant de mieux concilier école et sport de compétition.

Quiconque vise les premiers rangs dans le sport de compétition contemporain ne peut se contenter d'aimer le sport, c'est-à-dire d'être un «amateur» (du latin amator, qui aime); il doit faire de son passe-temps sa profession, c'est-à-dire devenir un professionnel (du latin professio, déclaration publique d'une activité), au plus tard à la fin de sa formation de base (scolarité ou apprentissage). Et c'est précisément ce qui était en contradiction, il y a peu de temps encore, avec l'idée de base de l'olympisme, selon laquelle seuls des amateurs en étaient dignes. Dans l'Europe de l'Est de l'après-guerre, on contournait cette exigence en intégrant des sportifs dans la fonction publique, autrement dit en en faisant des «amateurs-employés d'Etat». Les hautes écoles américaines ont elles aussi offert d'intéressantes possibilités aux sportifs doués en leur allouant des bourses d'études. En Suisse, on a tenté d'aider les «amateurs» en leur octroyant du temps d'entraînement compensé par des subsides de l'«Aide sportive suisse». Pour la première fois, de véritables professionnels du sport cycliste ont été admis dans l'équipe «Suisse» aux Jeux olympiques d'Atlanta. Tous les sportifs qui font (doivent faire) du sport leur profession n'engrangent pas forcément les sommes d'argent que gagnent certains cyclistes. A part dans le football et le hockey sur glace, peu nombreux sont les sportifs et sportives suisses qui peuvent tirer un revenu suffisant d'une profession exercée dans leur sport. Pour beaucoup, le sport de compétition est, pour une période du moins, l'occupation principale de leur vie.

La vie après

Longtemps, on ne s'est vraiment préoccupé que de la période d'activité dans le sport d'élite et de la période de préparation. Mais qu'en est-il de la phase de vie qui suit la période de haute compétition? On sait par expérience que la préparation au sport d'élite demande de 5 à 10 ans. La tranche de vie en sport d'élite proprement dite dure approximativement le même nombre d'années. Que fait-on après s'être

retiré du sport d'élite à l'âge de 30 ans par exemple? Que fait-on lorsque, blessé, on se voit contraint plus tôt que prévu à l'abandon? Peut-on rester dans le domaine du sport comme entraîneur? Doit-on commencer une nouvelle carrière professionnelle? Peut-on renouer avec la profession apprise?

Entraîneurs et scientifiques du sport (médecins, psychologues, pédagogues) s'intéressent en priorité à la préparation et à l'accomplissement de la prestation sportive proprement dite. Comment aménager l'entraînement à court et à long termes pour atteindre l'exploit sportif maximal?

Pour les entraîneurs et les moniteurs, le problème de la fin de carrière des athlètes a été longtemps laissé de côté. En parcourant les rapports de l'International society of sport psychology (ISSP), qui organise tous les quatre ans un Congrès mondial de la psychologie du sport, on constate que c'est en 1981 que le thème de la fin de carrière dans le sport a été traité pour la première fois. Dans le Module V⁵ «Retirement and detraining», la question des athlètes qui quittent le sport est abordée. B. Svoboda et M. Vanek⁶ décrivent le cas des «amateurs-employés d'Etat» qui quittent le sport de compétition. Pour eux aussi, la reconversion est un traumatisme psychique, même lorsqu'elle a été préparée et qu'elle ne suscitait aucune crainte.

Depuis lors, «Career Transition» figure régulièrement au programme, comme l'ont montré D. Levallee, P. Wylleman et D.A. Sinclair au 9^e Congrès mondial de psychologie du sport qui s'est tenu en été 1997 en Israël⁷ (voir *tableau ci-dessous*).

Depuis 1995, P. Wylleman dirige une «Task Force» constituée de collègues intéressés par ce sujet; ils présenteront un «bilan» relatif au problème du «départ» au terme d'une carrière dans le sport de haute compétition lors du Congrès européen de la psychologie du sport, qui se tiendra en été 1999 à Prague.

Le nouveau départ

Au début des années 90, J.B. Dupont, à l'époque professeur de psychologie appli-

quée à l'Université de Lausanne, a lancé un projet de recherche consacré à la reconversion des professionnel(le)s du sport et de la danse. Le projet avait pour ambition première de montrer quels instruments se prêtent, dans l'optique de l'orientation professionnelle, à conseiller les jeunes gens, aussi bien lorsqu'ils entament une carrière dans le sport ou la danse que dans l'optique de leur reconversion post-sportive dans une nouvelle profession. Disposons-nous d'instruments de test suffisants? D'autres pays disposent-ils de méthodes ayant fait leurs preuves? J.B. Dupont a présenté le projet⁸ au Symposium de Macolin en 1992. Ce projet a contribué à familiariser également les orienteurs professionnels suisses avec le problème du sport en tant que profession principale exercée pendant un certain laps de temps. S'il est possible aux jeunes Suisses et Suissesses de s'adonner pleinement au sport pendant une partie de leur vie, voire d'en faire temporairement leur profession, la population suisse tiendra le sport en plus haute estime. Et cela répond à un besoin. Ce n'est qu'en bénéficiant de l'estime de leurs concitoyens que les jeunes Suisses peuvent rencontrer le succès dans le sport international. Et cela aussi répond à un besoin, afin de donner aux Suisses et aux Suissesses, notamment aux jeunes, davantage confiance en l'avenir, et pas seulement en l'avenir du sport.

Références

¹ Voir également: Anders, G.; Schilling, G. (éd.): Quel est l'avenir du sport de haut niveau? Rapport du 23^e Symposium de Macolin 1984, EFSM, Macolin 1985.

² Voir également: Vogel, Ch.; Würsch, L.: Staats-Sport. Am Beispiel der Deutschen Demokratischen Republik. GFS-Schriften N° 10, EPFZ, Zurich 1993.

³ Participants: Mmes H. Adolph (Francfort), D^r U. Weiss (Macolin), M. Zimmermann (Dietikon) et MM. W. Ammann (Berne), J. Egli (Lucerne), E. Hahn (Bad Neuenahr), D^r H. Howald (Macolin), D^r L. Komadel (Bratislava), L. Martschini (Lucerne), D^r B. Segesser (Unterseen), D^r J. Tintera (Prague), A. Ulrich (Genève), R. Quinche (Allschwil). Direction: G. Schilling (Macolin).

⁴ Voir également: Information - Entraîneur N° 8, Psychologie du développement, EFSM, 1^{re} édition 1977.

⁵ Voir également: Botterill, C.: What «endings» tell us about «beginnings», in: T. Orlick, J.T. Partington & J.H. Salmela (Eds.), Mental training: for coaches and athletes (pp. 164-166, 1982). Ottawa: Coaching Association of Canada and Sport in Perspective Inc.

⁶ Svoboda, B.; Vanek, M.: Retirement from high level competition, in: T. Orlick, J.T. Partington & J.H. Salmela (Eds.), Mental training: for coaches and athletes (pp. 166-175, 1982).

⁷ Voir également: Lidor, R.; Bar-Eli, M. (Eds): Proceedings of the IXth World Congress of Sport Psychology (Vol. 1, pp. 65-67). Netanya, Israël: International Society of Sport Psychology (ISSP).

⁸ Dupont, J.B.; Schilling, G.: Le problème de la reconversion chez les professionnel(le)s du sport et de la danse, in: Strähl, E. (éd.); Anders, G.: Le sportif de haut niveau: héros et victime (pp. 100-120). 31^e Symposium de Macolin 1992, EFSM, Macolin 1993. ■

Type de référence	65-69	70-79	80-89	90-97	Total
Exposés lors de conférences	1	2	23	42	68
Articles de presse	1	3	18	22	44
Chapitres de livres/livres	0	2	12	10	24
Monographies/rapports	0	0	5	6	11
Dissertations/thèses	0	3	5	15	23
Autres	0	0	15	8	23
Total	2	10	78	103	193

Tableau: Evolution dans le temps du nombre de références relatives au thème de la reconversion après une carrière sportive.