

POUVOIR

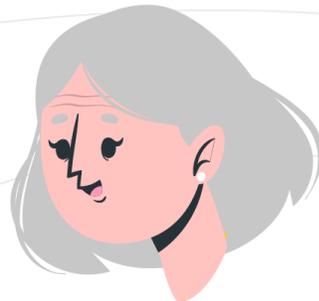


abusant

Exemple

Annika, cyclisme:

Le président du club, ancien athlète professionnel et coureur de jupons, est très tactile avec les jeunes cyclistes féminines. On raconte à présent qu'il entretient une «relation» sexuelle avec Annika, une cycliste de 15 ans.



exploitant

Exemple

Andrea, pentathlon:

Andrea, 15 ans, s'investit à fond dans ses entraînements. Comme elle signe de bons résultats, sa fédération parvient à décrocher de nombreux sponsors. Dans la foulée, les fonctionnaires de fédération se versent un gros bonus. Le responsable du domaine Finances de sa fédération lui a même déclaré: «Viens plutôt chez moi si tu veux gagner un peu d'argent. Nous pourrions passer du bon temps tous les deux dans ma jolie petite maison de vacances. Tu es tellement sportive et sexy.»



violent

Exemple

Helena, camp de sport pour personnes avec un handicap:

Comme elle souffre d'un handicap, Helena a besoin d'aide pour se changer. Un membre du personnel encadrant lui touche systématiquement la poitrine, les parties intimes et les fesses. Dans un premier temps, Helena pense que ces gestes sont involontaires. Mais lorsque cette même personne lui impose un baiser avec la langue, elle a la certitude que les autres abus n'ont pas non plus été le fruit du hasard.



décourageant

Exemple

Antonietta, club d'échecs:

Antonietta, une joueuse d'échecs de 25 ans en fauteuil roulant, est abordée par un membre de l'organisation qui utilise avec elle un langage enfantin, bien qu'elle soit déjà adulte. Au moment de décider qui participera à un week-end d'échecs, ce membre de l'organisation s'immisce dans la conversation et tranche sur son cas: «Elle, elle ne vient pas. Ce serait beaucoup trop pénible pour nous.»



harcelant

Exemple

Leo, natation:

De temps en temps, Leo «oublie» son slip de bain et rentre beaucoup trop tôt à la maison après l'entraînement. Il finit par ne plus vouloir aller s'entraîner du tout. Interrogé, il raconte qu'il est harcelé depuis des mois au club de natation. Les autres garçons le traitent par exemple de «tapette» ou l'appellent «Léonie». Un jour, Leo s'est plaint et la responsable lui a rétorqué: «Les chochottes n'ont pas leur place dans la natation.»



manipulant

Exemple

Nando, football:

Dans un cas flagrant d'ingérence (on lui a fait miroiter un futur poste), l'entraîneur est prêt à aider l'équipe adverse en alignant délibérément des joueuses et des joueurs plus faibles ou en donnant à son équipe des instructions contre-productives en cours de match. A la surprise générale, Nando (un joueur brillant) reste ainsi sur le banc de touche durant tout le match.



menaçant

Exemple

Mike, motocyclisme:

Le jeune Mike ne vit que pour le motocyclisme. Dans les virages, il fait preuve à la fois de prudence et de concentration. Connus pour ses colères, le directeur du club souligne à chaque occasion qu'il investit beaucoup d'argent pour financer les succès du sport de la relève. Les échecs le rendent furieux. Il en vient à hurler sur Mike: «Arrête de te traîner dans les virages!» Il menace même de le renvoyer du club.



opprimant

Exemple

Carol, pom-pom girls:

Bien alignés, les enfants doivent défiler en restant sur une ligne précise, au pas, en suivant les instructions militaires et bruyantes de la chorégraphe. Les enfants pleurent souvent à l'entraînement, car ce ton menaçant les effraie. Carol n'est plus enjouée. Elle se sent juste petite et réprimée.



sexiste

Exemple

Rachel, fléchettes:

Le commentateur sportif remarque que les femmes – et parmi elles, la talentueuse Rachel – pourraient battre leurs adversaires masculins aux CM de fléchettes si elles choisissaient habilement leur tenue. Selon lui en effet, plus elles seraient sexy, plus elles auraient de chances, car les hommes ne pourraient plus se concentrer de la même façon.



dévalorisant

Exemple

Jan, lacrosse:

Jan, le médecin mandaté par la fédération, est extrêmement mal payé. Comme il le dit lui-même: «D'autres médecins feraient ce travail s'il était mieux rémunéré.» Il transmet cette attitude négative aux athlètes en leur disant notamment: «Vous n'êtes pas particulièrement doués.» A chaque examen, il déverse sur les athlètes la frustration que lui inspire son maigre salaire.



arrogant

Exemple

Manon, golf:

Après l'entraînement, la responsable de la performance convoque Manon, qui s'attend à une nouvelle confrontation. Et elle ne se trompe pas. La responsable de la performance reproche à Manon de saboter son autorité. «Ici, ce n'est pas toi la cheffe, c'est moi! Si je demande quelque chose, même sans l'avoir annoncé au préalable, j'ai toujours une bonne raison pour le faire. Et toi, tu dois obéir!»



contrôlant

Exemple

Dean, biathlon:

A l'internat pour sportifs, la directrice s'occupe aussi du programme-cadre du temps libre. Elle n'est jamais bien loin et contrôle notamment ce que les athlètes mangent.

Dean se sent à l'étroit et sa maison lui manque.



narcissique

Exemple

Eike, tir à la corde:

Une entraîneure a un caractère très dominant. Elle s'attribue les victoires du groupe et se vante d'avoir sauvé l'équipe plus d'une fois. Pendant les manifestations sportives, elle se met en avant sans vergogne et relègue tous les autres en l'arrière-plan. En revanche, si elle est critiquée ou si l'équipe perd, elle s'emporte et ne parle plus aux athlètes pendant des jours. Elle en veut toujours tout particulièrement à Eike, qu'elle considère plus coupable que les autres.

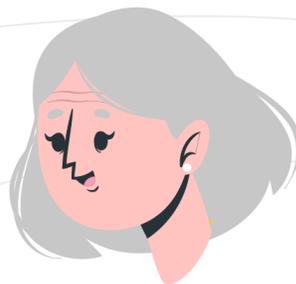


obéissant

Exemple

Andraina, équitation:

Andraina, une cavalière de 15 ans, a des parents très stricts. Après l'entraînement, ses copines sortent. La jeune fille, elle, entend la voix de ses parents dans sa tête: «Ne t'égare pas dans des choses inutiles. Concentre-toi sur le sport. Rien d'autre ne compte pendant la saison.»



paternaliste

Exemple

Hannah, ballet:

Le risque d'accident étant beaucoup trop élevé, la directrice créative interdit à Hannah, une danseuse adulte, de pratiquer un autre sport. Cette règle, qui inclut le vélo, est compliquée à suivre pour Hannah, car le vélo est son moyen de transport.



égalitaire

Exemple

Andrea, vol libre:

La fédération privilégie le partage des fonctions au niveau des cadres, gage de davantage de flexibilité. Ce fractionnement permet aux nombreuses jeunes mères et aux jeunes pères de concilier eux aussi tâches familiales et poste de direction en travaillant à temps partiel. Andrea attend son deuxième enfant. Sa motivation reste intacte, mais elle est ravie de pouvoir profiter de ce modèle de temps de travail flexible.



habitant

Exemple

Achmed, quilles sportives:

La fédération cherche aussi à cibler explicitement les jeunes issus de l'immigration. Nouveau venu, Achmed est enthousiaste. Il traduit immédiatement les informations essentielles dans sa langue maternelle, afin que d'autres personnes de son pays d'origine se sentent intégrées.



participatif

Exemple

Gina, voile:

Au sein du club, conformément à la volonté de toute l'équipe, hommes et femmes doivent être représentés à parts égales. Cependant, comme certains hommes occupent les mêmes postes au comité directeur depuis des années et ne sont guère enclins à céder leur place, des discussions constructives ont lieu. Le club décide d'introduire une limitation de la durée des mandats. Gina est d'ores et déjà intéressée par une participation active, ce qui lui permet d'être intégrée au domaine d'activité de son choix.



responsable

Exemple

Louise, billard:

Un système de parrains/marraines est en place dans le club afin que des joueuses et joueurs d'expérience puissent transmettre leurs astuces aux plus jeunes. Ils sont également disponibles en cas de problème. De cette façon, tout ne passe pas par les entraîneurs: d'autres personnes sont responsables.



transparent

Exemple

Timéo, rugby:

Le club a élaboré de façon participative un code de conduite consacré aux situations délicates dans les relations de pouvoir et de dépendance. L'équipe aborde souvent ce code. Elle cherche ce faisant à obtenir une certaine sécurité, notamment dans la gestion de la proximité et de la distance. Nouvel entraîneur, Timéo apprécie la culture de l'ouverture d'esprit: il doute et craint le soupçon généralisé qui pourrait peser sur lui parce que c'est un homme.



décentralisé

Exemple

Norin, Parlement du sport:

Une partie des fonds de l'Association faîtière peut être allouée à différents projets.

De cette façon, des décisions plus décentralisées peuvent être prises au sein des fédérations. Norin, directrice de l'Association faîtière, plaide pour que des projets de collaboration entre les fédérations soient notamment encouragés.



modeste

Exemple

Allessio, tennis:

Même si l'entraîneur affiche une carrière prestigieuse, il prend le temps de saluer tous les athlètes à chaque entraînement en leur serrant la main et en leur demandant comment ils vont. Il pousse sans cesse tous les athlètes, tout en apprenant aussi en permanence d'eux. Malgré ses succès, il n'est pas prétentieux et adopte une attitude pleine de retenue.



réservé

Exemple

Ashi, Association faîtière:

Par une sensibilisation en interne à la stratégie climatique, l'équipe est de plus en plus consciente de son pouvoir et de sa responsabilité à l'égard de la nature et des générations futures. Aussi l'Association faîtière a-t-elle décidé de réduire le nombre de voyages en avion dans le cadre du sport. Quantité de sites sont accessibles en train, et les heures passées dans un wagon de première classe peuvent être mises à profit comme temps de travail. La directrice Ashi fait les mêmes choix. Elle privilégie désormais les autres moyens de transport et a complètement arrêté de prendre des vols court-courrier.



chaotique

Exemple

Lilou, fête sportive:

Une fois la fête terminée, le site ressemble à un champ de bataille – emballages de fast-food, paquets de chips et canettes de boissons sont éparpillés à l'intérieur comme à l'extérieur. Un véritable chaos pour la propriétaire.



imprudent

Exemple

Hakim, randonnées en montagne:

En guise de préparation à la randonnée, le guide évoque le parcours avec les personnes participantes. Ce faisant, il ne précise pas qu'à un moment, il faudra passer sur une échelle en fer et qu'il est impératif de ne pas avoir le vertige. Hakim participe pour la première fois et n'est pas tout à fait immunisé contre le vertige. De fait, une fois devant l'échelle, la peur le paralyse. Le guide parvient de justesse à le motiver à monter. Un peu plus et tout le groupe devait faire demi-tour.



insouciant

Exemple

Lia, ski:

Les faibles quantités de neige obligent à recourir à de la neige artificielle, qui vient envahir des espaces naturels. Mobilisée dans le Mouvement des jeunes pour le climat, la jeune skieuse Lia ne peut plus s'identifier à son sport, alors qu'elle aime le ski par-dessus tout. Elle en souffre.



peu clair

Exemple

Hannes, lutte suisse:

Hannes n'a pas été sélectionné pour la compétition. Il est très déçu, car il croyait avoir de bonnes chances – sans compter que son entraîneur lui avait toujours envoyé les signaux positifs correspondants. Les critères de sélection sont extrêmement vagues. Hannes ne sait pas vraiment pourquoi il a raté le coche. Il est démotivé.



arbitraire

Exemple

Jérôme, aviron:

Jérôme et d'autres athlètes en ont assez de l'aviron. Selon eux, la sélection est arbitraire et les critères sont loin d'être transparents, tandis que dans le même temps, l'entraîneur-chef et la fédération enchaînent les manœuvres sournoises et prennent des décisions difficiles à comprendre. Jérôme ne parvient pas à se qualifier pour les Jeux Olympiques en bateau de quatre. Beaucoup parlent d'éliminations injustes et opaques.



dépendant

Exemple

Jana, tennis:

Une masseuse sportive dépend des résultats d'un joueur. En effet, le club lui a déjà fait savoir que son poste ne pourrait être conservé que si le succès était au rendez-vous. Elle est donc stressée et se demande comment optimiser encore la performance de Jana.



précaire

Exemple

Mia, triathlon:

Les responsables du sport de performance investissent beaucoup dans l'athlète Zeno, qualifié pour les CM. Son entraînement est extrêmement intensif, si bien que la physiothérapeute Mia se concentre sur lui et renonce à ses autres mandats. Hélas, Zeno est victime d'un accident inattendu et doit faire une longue pause. Mia perd son emploi dans des circonstances non couvertes par le droit du travail.



sous influence

Exemple

Lilly, ski de fond:

On reproche au staff d'entraîneurs d'avoir aidé les athlètes à se doper et de leur avoir fourni des substances illicites, parmi lesquelles des hormones de croissance, de la testostérone et de l'albumine humaine. Lilly, une athlète, a cédé à la pression et a pris des produits interdits. Pourtant, ils ne lui ont pas permis d'obtenir de bons résultats. A présent, elle ne sait plus du tout où elle se situe réellement en termes de performances.



impuissant

Exemple

Nico, handball:

Du jour au lendemain, l'entraîneur Nico est renvoyé. Ce licenciement n'est pas justifié et n'a pas fait l'objet d'un entretien en bonne et due forme. Interrogé à ce sujet, le président du club lui déclare qu'il a du mal à accepter son attitude critique – un thème qui n'a cependant été abordé dans aucun entretien entre l'employeur et son collaborateur. L'entraîneur a une famille à nourrir. L'avenir le préoccupe.



méprisant

Exemple

Florian, tir à la corde:

Les données relatives à la santé de toute l'équipe sont communiquées sans censure sur le chat de l'équipe. De l'avis de Florian, cette divulgation va à l'encontre de ses droits individuels et de la loi sur la protection des données. A raison. Ce commentaire lui vaut toutefois d'être critiqué à son tour et traité de compliqué.



calomnie

Exemple

Ousmane, boules:

Une rumeur circule dans le club: Ousmane aurait volé de l'argent dans la caisse. Migrant originaire d'Afrique de l'Ouest et en provenance du centre d'asile, Ousmane s'engage avec beaucoup d'abnégation au club-house, au grand dam du président, qui a toujours été contre ce centre d'asile. Vérification faite, il s'avère qu'il manque seulement 10 francs dans la caisse et que le président a lancé cette rumeur sans aucune preuve. Mais pour le citer: «Il vaut mieux tuer le mal dans l'œuf!»



corrompu

Exemple

Ron, football:

L'arbitre et quatre joueuses/joueurs conviennent de disputer un match truqué, car ils veulent gagner un pari sportif. Il y a beaucoup d'argent en jeu. Tous les quatre, ils décident de faire exprès de mal jouer pour faire gagner l'équipe adverse. Le reste de l'équipe, dont l'ambitieux Ron, n'est au courant de rien.



corrupteur

Exemple

Jasmin, plongeur:

Lors d'une compétition, une athlète obtient une note très élevée. A la fois agacés et stupéfaits, les entraîneurs de l'autre club trouvent que cette note n'est pas méritée.

A leur avis, le juge n'a probablement pas bien regardé. Or il s'avère que le juge et l'entraîneur de l'athlète se connaissent. Après avoir été témoin d'une remise d'argent avant la compétition, une personne de confiance du club parle de corruption



illégal

Exemple

Rolf, escrime:

Rolf a été testé positif à un contrôle antidopage. La direction de la fédération rédige une prise de position qui minimise et banalise la situation: «Les substances interdites sont possibles partout, pas seulement en escrime.»

IDÉAUX



gênant

Exemple

Ira, natation:

Ira sait que des nageuses et nageurs doivent parfois monter et descendre les 14 marches des tribunes pendant 20 minutes après la pesée – une punition lorsque la balance affiche un poids trop élevé. Des remarques acerbes fusent également: «Misère, tu n’es pas du tout en forme! Qu’est-ce que tu veux qu’on fasse avec un gros derrière pareil?» Il peut même y avoir quelques petites claques sur les fesses.



extrême

Exemple

Madelaina, ski de fond:

Madelaina, une athlète déjà extrêmement maigre, termine troisième d'une compétition de ski de fond. Sa conseillère en nutrition lui déclare: «Si tu avais été encore plus légère, tu aurais gagné.» Toutes deux évoquent les quelques kilos que Madelaina, pourtant déjà clairement en sous-poids, pourrait encore perdre. Pour y parvenir, Madelaina prend des laxatifs.



intimidant

Exemple

Sandra, natation artistique:

Le groupe s'entraîne à retenir son souffle en nageant 50 m sous l'eau sans respirer. Dès que quelqu'un remonte trop tôt à la surface, tout le groupe doit recommencer à zéro, en guise de punition et d'intimidation. Sandra a peur de cet exercice, parce qu'elle ne veut pas être celle qui fait échouer tout le groupe, et aussi parce qu'il n'y a pas longtemps, elle a perdu connaissance sous l'eau.



intransigent

Exemple

Bente, athlétisme:

Le médecin de la fédération déclare à Bente: «Participer aux Jeux Olympiques, c'est l'objectif ultime. Tout le monde donne tout pour l'atteindre.» Il sait que Bente a des problèmes cardiaques, mais il est d'avis qu'il doit «jouer le tout pour le tout» pour pouvoir concrétiser ce rêve olympique. Bente se sent mal, mais cette chance n'arrive qu'une fois dans une vie. Les Jeux Olympiques sont au-dessus de tout.



menaçant

Exemple

Mike, motocyclisme:

Le jeune Mike ne vit que pour le motocyclisme. Dans les virages, il fait preuve à la fois de prudence et de concentration. Connus pour ses colères, le directeur du club souligne à chaque occasion qu'il investit beaucoup d'argent pour financer les succès du sport de la relève. Les échecs le rendent furieux. Il en vient à hurler sur Mike: «Arrête de te traîner dans les virages!» Il menace même de le renvoyer du club.



inhumain

Exemple

Kay, natation artistique:

Afin de détecter les talents particuliers, les enfants sont mesurés individuellement par le coach. La distance entre le talon tendu et le sol ainsi que la longueur du cou sont ainsi des paramètres particulièrement importants. Kay a le cou trop court. Elle pleure pendant des heures et se sent impuissante. Elle trouve injuste d'être privée de Talent Card pour cette raison.



obsessionnel

Exemple

Adamin, saut à ski:

Adamin, déjà en sous-poids, se pèse tous les jours et s'inflige des régimes extrêmes.

Il s'entraîne de manière obsessionnelle. D'autres membres de son équipe lui conseillent de revêtir une combinaison de sudation pour maintenir son corps encore plus en forme. Il se met alors à se peser trois fois par jour et augmente son volume d'entraînement. Son entraîneure l'encourage dans cette démarche et lui demande tous les jours où en est son poids.



au régime

Exemple

Maximillian, ju-jitsu:

Pendant la période estivale, Maximillian s'est vu prescrire un régime afin de pouvoir concourir dans une autre catégorie de poids. Il s'y tient – même s'il passe de temps à autre par des épisodes d'hyperphagie boulimique. Malgré tout, il perd du poids.

Son nutritionniste s'en réjouit et le complimente.



sous-alimenté

Exemple

Henrice, escalade sportive:

Pendant les repas d'un camp d'entraînement, Henrice fait semblant de manger les quelques grains de riz que contient sa fourchette, avant de les cacher dans sa serviette de table. Plusieurs personnes le voient faire et se moquent de son comportement alimentaire dans son dos, mais elles n'agissent pas. Le poids de Henrice est très insuffisant. Peu après le camp, les membres du club apprennent qu'il a été admis dans une clinique des troubles du comportement alimentaire et qu'il est nourri par sonde. Tout le monde est choqué de constater que personne au club n'a mesuré la gravité de la situation.



chronophage

Exemple

Anne-Sophie, trampoline:

Anne-Sophie, 9 ans, a reçu une Talent Card. La carte est toutefois liée à des entraînements supplémentaires. En termes de temps, cela devient difficilement gérable, car elle a d'autres hobbies. Mais de l'avis du responsable de la relève: «Que ne sacrifierait-on pas pour le sport!»



banalisant

Exemple

Chloé, freeride:

Chloé fait une chute dans le pipe. Ses épaules et son dos la font souffrir. L'entraîneuse dit à Chloé qu'il n'y a rien de grave et qu'elle doit poursuivre l'entraînement. Les chutes sont monnaie courante. On part du principe que quelqu'un qui n'est pas prêt à accepter cette réalité n'est pas fait pour ce sport.



destructeur

Exemple

Sam, course d'orientation:

Pour réussir, il faut s'entraîner dur. C'est un principe. C'est la raison pour laquelle Sam n'ose pas dire qu'il a mal à la hanche depuis la dernière course d'orientation. Il a serré les dents jusqu'à la fin de la course. Hélas, les douleurs ne disparaissent pas la semaine suivante. En allant chez son médecin, il comprend pourquoi: il souffre d'une synovite aiguë transitoire (ou rhume de hanche). A cette occasion, sa doctoresse constate que l'inflammation est très avancée.



critique envers le physique

Exemple

Miranda, roue acrobatique:

La physiothérapeute fait remarquer à Miranda, 9 ans, qu'elle est en surpoids. La fillette se sent alors «beaucoup trop grosse» et souhaite maigrir. Depuis, elle a tiré un trait sur le sucre. Quand elle s'offre tout de même un dessert, elle pleure et a mauvaise conscience.

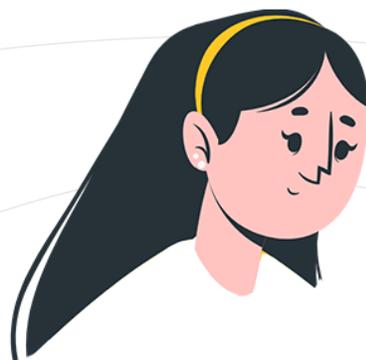


parfait

Exemple

Franziska, danse sportive:

A l'occasion d'une fête, danseuses et danseurs sont invités à faire une démonstration. Tous les âges sont représentés. Cependant, peu avant la représentation, Franziska, une danseuse plus âgée, est priée de se placer tout au fond afin de ne pas ruiner «l'image parfaite» du groupe.



obsédé par le sport

Exemple

Kimuna, athlétisme:

Kimuna, 15 ans, a un chagrin d'amour. Chez elle, elle explique que son coach mental lui a dit que si elle voulait briller en athlétisme, elle ferait mieux de mettre un terme à son histoire d'amour pour pouvoir mieux se concentrer sur son sport.



acceptant

Exemple

Benja, saut à la perche:

Au sein du club, les fluctuations des performance sont acceptées et considérées comme normales. On pourrait imputer certaines de ces variations au cycle menstruel – «pourrait», parce qu'aucune athlète n'est obligée de communiquer ce genre d'informations intimes. Benja est heureuse de pouvoir décider elle-même si elle souhaite aborder des thèmes spécifiquement féminins avec l'équipe.



diversifié

Exemple

Aisha, boxe:

Aisha, une jeune fille issue de l'immigration, commence à pratiquer la boxe en cachette. Elle craint que sa famille ne le lui interdise. Mais son secret est découvert quand elle décroche ses premiers succès. Une fois les premières réticences passées et après avoir assisté à un entraînement, sa famille accepte qu'elle continue. Une seule condition: Aisha devra boxer avec son foulard. Foulard ou pas, tout le monde se réjouit de ses succès.



holistique

Exemple

Himo, curling:

Au sein de la fédération, les carrières duales sont encouragées. De même, il est important pour l'entraîneure que la carrière soit duale et que la charge de travail des athlètes reste globalement équilibrée. Autrement dit, les carrières duales ne doivent pas représenter une double charge qui empêcherait de prendre soin de soi.

Himo a aussi besoin de temps pour son réseau en dehors du cadre sportif.



sain

Exemple

Ramon, lutte:

Pour optimiser leurs chances, les athlètes s'affament pour perdre jusqu'à trois kilos juste avant la compétition et pouvoir ainsi concourir dans une catégorie de poids inférieure. Mais cette habitude peut entraîner des troubles alimentaires. Pour lutter contre ce phénomène, on encourage les athlètes – ou, dans certains cas, on les oblige – à s'aligner dans une catégorie de poids supérieure. Le club promet ainsi un comportement alimentaire sain.



cultivant

Exemple

Massimo, course à pied:

L'équipe de course à pied est un groupe d'adultes d'âges différents. Les styles varient énormément. L'entraîneuse ne donne jamais de feedback sur ces styles de course à pied et ne les corrige pas. Elle laisse chacun courir suivant ses sensations corporelles. Avec cette approche, les athlètes réussissent de beaux résultats.

Massimo se sent même épanoui.



humain

Exemple

Philippe, judo:

Le judoka a un point faible: ses épaules. L'entraîneur a recours à des méthodes créatives pour lui apporter son soutien, afin qu'il puisse tout de même atteindre ses objectifs individuels. Les techniques de projection peuvent être exécutées avec succès si on compense avec d'autres parties du corps.



démotivant

Exemple

Mika, natation:

Cet ancien nageur de 40 ans a de nouveau du temps à consacrer au sport. Il souhaite replonger dans le bain de la compétition. Ses coéquipiers plus jeunes le lui déconseillent en lui faisant remarquer qu'à partir d'un certain âge, il faut renoncer à espérer réussir de belles performances.



pétri de clichés

Exemple

Tony, football américain:

Dans le football américain, la masculinité est incarnée par des idéaux clairs: un homme, un vrai, est grand, musclé et n'a pas peur d'encaisser les coups ou de les donner. Il martèle aussi des phrases toutes faites, et aussi des «blagues sur les blondes». Avec ses longs cheveux blonds, Tony se sent de plus en plus mal à l'aise.



stéréotypé

Exemple

Lionel, handball:

Au sein du club, un langage plein de stéréotypes est d'usage. Par exemple, si quelqu'un lance le ballon de façon imprécise, on lui dira qu'il «tire comme une fille». Par conséquent, Lionel, qui manque souvent de précision, est très stressé par ses lancers de balle.



unilatéral

Exemple

Helen, hockey sur glace:

Depuis de nombreuses années, Helen, une adolescente, donne la priorité absolue à ses talents de hockeyeuse. Jusqu'à présent, tout le monde l'a toujours encouragée à y aller à fond: son entraîneur, ses parents, son club. Elle se rêve «joueuse professionnelle» et rien d'autre. Mais à 18 ans, elle est désélectionnée et on décide qu'elle va rejoindre un club de niveau inférieur. Son monde s'écroule.



stigmatisant

Exemple

Suleyman, plongée libre:

Suleyman révèle qu'il souffre d'une maladie psychique: la dépression. Dans le sillage de cette information, son contrat n'est plus renouvelé et il perd le soutien financier des sponsors. Comme si les maladies psychiques n'étaient pas compatibles avec le sport de performance.



minimisant

Exemple

Léa, gymnastique rythmique:

Avec leur tenue moulante, leurs tresses et leur sourire permanent, les gymnastes doivent avant tout être «des petites filles». Indépendamment de l'évolution biologique, on essaie de conserver le plus longtemps possible ce côté enfantin et girly. Léa commence tôt sa puberté. Elle est contrariée de voir qu'elle ne semble plus correspondre à cet idéal.



mis à l'écart

Exemple

Andrin, volleyball:

Andrin a un retard de croissance. Selon la direction de son club, il sera bientôt désélectionné malgré son talent si sa croissance ne s'accélère pas. Andrin fait preuve de plus en plus d'agressivité envers lui-même. Il commence à se scarifier et passe son temps à chercher sur Google des moyens d'accélérer sa croissance.



discriminatoire

Exemple

Airin, club de gymnastique:

Airin est un jeune homme trans. Il souhaite participer au tournoi amateur chez les hommes. L'entraîneur fulmine haut et fort contre «l'idéologie du genre» et le fait savoir à Airin. Ainsi, quand Airin rate le ballon, il s'exclame: «Tu vois, tu ne pourras jamais rivaliser avec la force d'un vrai homme.»



homophobe

Exemple

Kaya, balle au poing:

Un entraîneur déclare publiquement: «Mon équipe doit être composée de vrais mecs. Aucun homosexuel ne peut jouer dans mon équipe – à la limite, dans l'équipe adverse. Il me faut 10 secondes pour reconnaître un style de jeu homo.» Cette attitude homophobe choque Kaya, qui est gay mais n'a pas fait son coming out.



raciste

Exemple

Aldo, hockey sur glace:

Contrarié par la défaite de son équipe favorite, un journaliste traite le gardien de but noir Aldo de «cueilleur de bananes» et l'insulte en utilisant «le mot qui commence par un N».



calomnie

Exemple

Ousmane, boules:

Une rumeur circule dans le club: Ousmane aurait volé de l'argent dans la caisse. Migrant originaire d'Afrique de l'Ouest et en provenance du centre d'asile, Ousmane s'engage avec beaucoup d'abnégation au club-house, au grand dam du président, qui a toujours été contre ce centre d'asile. Vérification faite, il s'avère qu'il manque seulement 10 francs dans la caisse et que le président a lancé cette rumeur sans aucune preuve. Mais pour le citer: «Il vaut mieux tuer le mal dans l'œuf!»

PROXIMITÉ



abusant

Exemple

Annika, cyclisme:

Le président du club, ancien athlète professionnel et coureur de jupons, est très tactile avec les jeunes cyclistes féminines. On raconte à présent qu'il entretient une «relation» sexuelle avec Annika, une cycliste de 15 ans.



agressant

Exemple

Stefano, futsal:

Une encadrante demande à Stefano, un jeune homme timide de 17 ans, ce qu'il sait déjà de la sexualité et lui parle librement de sa première fois. Comme un week-end approche, elle réserve une chambre double avec Stefano et lui déclare: «Il est temps que tu deviennes un homme.» Durant ce week-end, ils ont des relations sexuelles. Stefano est déstabilisé par les agissements de l'encadrante.

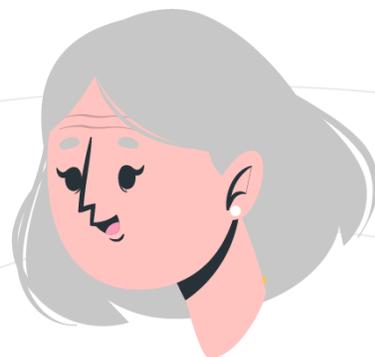


déranger

Exemple

Medea, escrime:

Le responsable du club (45 ans) trouve la nouvelle jeune entraîneure Medea (25 ans) très attirante. Il lui fait des compliments sur son physique et son charme, et ne cesse d'insister lourdement pour l'inviter chez lui en lui promettant un «dîner aux chandelles suivi d'un programme romantique». Medea est mal à l'aise et se sent harcelée sur son lieu de travail.



exploitant

Exemple

Andrea, pentathlon:

Andrea, 15 ans, s'investit à fond dans ses entraînements. Comme elle signe de bons résultats, sa fédération parvient à décrocher de nombreux sponsors. Dans la foulée, les fonctionnaires de fédération se versent un gros bonus. Le responsable du domaine Finances de sa fédération lui a même déclaré: «Viens plutôt chez moi si tu veux gagner un peu d'argent. Nous pourrions passer du bon temps tous les deux dans ma jolie petite maison de vacances. Tu es tellement sportive et sexy.»



gênant

Exemple

Ira, natation:

Ira sait que des nageuses et nageurs doivent parfois monter et descendre les 14 marches des tribunes pendant 20 minutes après la pesée – une punition lorsque la balance affiche un poids trop élevé. Des remarques acerbes fusent également: «Misère, tu n'es pas du tout en forme! Qu'est-ce que tu veux qu'on fasse avec un gros derrière pareil?» Il peut même y avoir quelques petites claques sur les fesses.



portant atteint à l'honneur

Exemple

Manfred, hockey sur gazon:

Manfred fait confiance à la directrice du club, qui prend toujours le temps de s'occuper de lui. Il lui confie qu'il a eu des problèmes relationnels dans le passé et qu'il a bien failli avoir des ennuis avec la justice. La directrice en parle ensuite à tous les entraîneurs, ajoutant que Manfred a probablement été en prison et qu'ils feraient bien de se méfier de lui. L'histoire fait rapidement le tour du village. Peu de temps après, on entend dire que Manfred aurait autrefois harcelé sexuellement quelqu'un.



punissable

Exemple

Ginevra, patinage de vitesse:

Cette jeune athlète de 16 ans a le même entraîneur depuis ses 9 ans. Depuis qu'elle a fêté son 16e anniversaire, celui-ci ne se contente plus de commentaires d'encouragement. Il lui jette des regards pénétrants, lui tient la main et lui donne souvent des baisers en cachette, y compris avec la langue, et plus encore.



violent

Exemple

Helena, camp de sport pour personnes avec un handicap:

Comme elle souffre d'un handicap, Helena a besoin d'aide pour se changer. Un membre du personnel encadrant lui touche systématiquement la poitrine, les parties intimes et les fesses. Dans un premier temps, Helena pense que ces gestes sont involontaires. Mais lorsque cette même personne lui impose un baiser avec la langue, elle a la certitude que les autres abus n'ont pas non plus été le fruit du hasard.



partial

Exemple

Reza, VTT:

La fédération reçoit une plainte de Reza, qui affirme avoir été harcelé sexuellement sur son lieu de travail. La personne de contact, une amie de l'accusé, propose une confrontation et déclare par ailleurs: «Je connais l'accusé depuis des années. Rien de tel ne s'est jamais produit auparavant, et je mettrais ma main au feu pour lui.»



importun

Exemple

Raphaella, unihockey:

L'entraîneur propose un petit massage de la nuque aux athlètes dans la salle commune, et notamment à Raphaella, afin «d'évacuer la tension avant la compétition». Il propose ensuite de le poursuivre dans sa chambre d'hôtel.



infantilisé

Exemple

Jan, tennis:

Les joueuses et les joueurs doivent toujours demander la permission pour aller aux toilettes ou boire. Pour les toilettes, le coach cède généralement. Pour se désaltérer, tout dépend de son humeur. En revanche, il n'est absolument pas question de manger quelque chose, même pour les plus jeunes. Jan en souffre.



sexiste

Exemple

Rachel, fléchettes:

Le commentateur sportif remarque que les femmes – et parmi elles, la talentueuse Rachel – pourraient battre leurs adversaires masculins aux CM de fléchettes si elles choisissaient habilement leur tenue. Selon lui en effet, plus elles seraient sexy, plus elles auraient de chances, car les hommes ne pourraient plus se concentrer de la même façon.



sexualisé

Exemple

Harry, baseball:

Harry parle de sa nouvelle copine, et un coéquipier lui dit: «Tu es tellement gros que tu ne peux même plus voir tes couilles. Ce n'est pas comme cela que tu vas la satisfaire!» Tout le monde rit et il surenchérit: «Vas-y, entraîne-toi déjà avec le ballon!» Il caresse le ballon de foot, pousse des gémissements et simule un va-et-vient avec les hanches.



à l'étroit

Exemple

Maria, club de gymnastique:

Un week-end, Maria (11 ans) se présente à l'improviste à la porte du gardien. Celui-ci l'invite à entrer dans son appartement et lui fait visiter les lieux. Tandis qu'il lui montre la chambre à coucher, il se place «tout contre elle». Des rumeurs se mettent ensuite à circuler dans le club: il paraît que Maria aurait même pu utiliser le jacuzzi dans le jardin du gardien.



ambigu

Exemple

Ralph, freeride:

La sponsor du club invite toujours les entraîneurs dans son luxueux appartement. La plupart d'entre eux se contentent de refuser poliment, mais Ralph est mal à l'aise et il aborde le sujet lors de la réunion des entraîneurs. Il apparaît alors que la sponsor n'invite que les entraîneurs hommes. Les femmes, elles, n'ont jamais été conviées.



indiscret

Exemple

Nils, hockey sur monocycle:

La physiothérapeute interroge Nils sur sa vie: ses préférences alimentaires, ses loisirs, ses amis et, surtout, ses goûts en matière de femmes. Curieuse, elle veut aussi tout savoir sur sa vie sentimentale. Comme ses questions deviennent de plus en plus indiscrètes, Nils interrompt prématurément la séance.

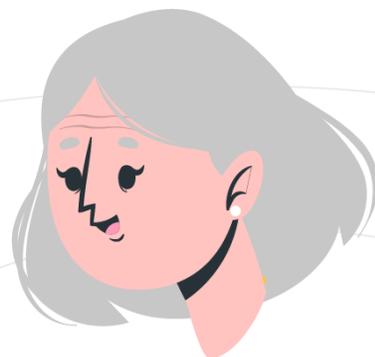


sans respect

Exemple

Louis, quadball:

L'entraîneure a instauré un rituel avec le groupe: à chaque victoire, elle prend un par un ses joueurs dans ses bras. La plupart d'entre eux n'ont aucun problème avec ce geste. Mais Louis si, et il le fait clairement savoir: «Arrête, je ne veux pas de ce genre d'accolade.» L'entraîneure recommence néanmoins lors du match suivant, sans tenir compte du mouvement de recul de Louis.



flou

Exemple

Mona, tennis:

En marge de son activité sur un court de tennis, l'entraîneuse a une entreprise privée de pédagogie par l'expérience. Elle cherche constamment à inciter les enfants à participer à des week-ends payants dédiés à ce thème. Le père de Mona la remercie, mais déplore: «L'entraîneuse s'écarte de son rôle en proposant ces week-ends. Ce n'est pas ce que nous souhaitons.»



inapproprié

Exemple

Agostino, camp sportif scolaire:

Pendant le camp d'entraînement, les enfants peuvent regarder des vidéos sur le canapé dans la chambre des monitrices/moniteurs. Un soir, deux enfants passent la nuit sur le canapé, trop fatigués pour aller jusqu'à leur lit. Une monitrice/un moniteur dort dans le lit situé dans l'autre coin de la pièce. Après le camp, le père inquiet d'Agostino en informe la direction du club.



irritant

Exemple

Lara, luge:

Alors qu'il est derrière Lara, un membre du personnel encadrant se penche vers l'athlète de 13 ans pour lui expliquer un exercice et lui effleure un sein.



non professionnel

Exemple

Kuno, squash:

Au terme d'un camp d'entraînement, le jeune physiothérapeute auxiliaire, 24 ans, est submergé de demandes sur les réseaux sociaux. Il les accepte toutes et commente de nombreuses photos: «Trop sympa!», «Wow!», etc.



spontané

Exemple

Emily, athlétisme:

Emily, 15 ans, est en larmes parce qu'elle ne parvient pas à sortir d'une spirale de mauvais résultats. L'entraîneur, un père de famille au grand cœur, la prend spontanément dans ses bras de manière paternelle et lui caresse la tête. Sur le chemin du retour, il se demande s'il n'a pas agi de façon trop immédiate et impulsive.



à sa place

Exemple

Simone, natation scolaire:

Les enfants mettent plus de temps que d'habitude dans les vestiaires et sous la douche. La surveillante entend Simone pleurer à chaudes larmes dans le vestiaire. Elle frappe à la porte, s'annonce puis entre dans le vestiaire pour voir ce qui se passe.



attentionné

Exemple

Milena, plongeon acrobatique:

Milena, 10 ans, se cogne le genou au bord du bassin et se met à pleurer. La formatrice la console, puis part chercher des pansements pour soigner la blessure.



empathique

Exemple

Fabienne, tennis de table:

Fabienne, 18 ans, n'est pas concentrée. Elle a des problèmes relationnels. Lorsque son coach mental lui demande ce qui ne va pas, elle se confie à lui. Il l'écoute, puis cherche à savoir ce qui lui ferait du bien. Tous deux décident alors d'aller prendre l'air.



plein de tact

Exemple

Lisa, association de jeunesse:

Pendant un camp, Lisa, 12 ans, tombe amoureuse du moniteur de 18 ans. Une fois le camp terminé, elle lui écrit une lettre d'amour. Le moniteur la remercie, salue sa franchise et son honnêteté, mais précise qu'il a déjà une copine et qu'en tant que moniteur et qu'adulte, il est beaucoup trop vieux pour elle – et surtout, il est son moniteur. Lisa est heureuse d'avoir reçu ces explications. Peu après, elle fait la connaissance de Tim, 13 ans.



professionnel

Exemple

Jules, escalade:

L'entraîneuse présente aux enfants toutes les sécurités et leur explique à quel point elles sont importantes. Elle ajoute qu'elles peuvent occasionner des frottements parfois désagréables. Par conséquent, précise-t-elle, si les enfants ne se sentent pas à l'aise, ils ne doivent pas hésiter à le lui dire. Jules aimerait en savoir plus sur les techniques autour de ces sécurités.

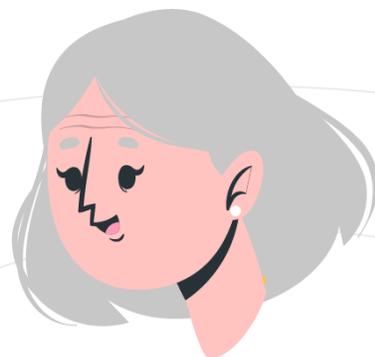


respectueux

Exemple

Diego, football:

Diego, 8 ans, adore son entraîneur. A la fin des vacances, il est si heureux de le revoir qu'il se précipite vers lui pour l'embrasser. Pris au dépourvu, l'entraîneur s'écarte rapidement pour éviter cette étreinte et tend la main à l'enfant à la place: «Hey, high five!» La mère de Diego observe la scène avec le sourire.

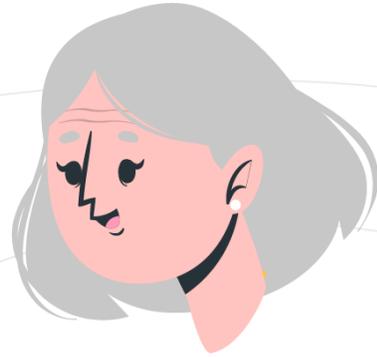


distant

Exemple

Rita, fonctionnaire de fédération:

La fonctionnaire du sport est informée qu'à son retour de congé maternité, il n'est pas certain qu'elle puisse retrouver son poste à un taux d'occupation réduit. En effet, seuls des taux d'occupation à partir de 60% sont prévus et Rita ne souhaiterait travailler qu'à 50% afin d'avoir du temps pour son enfant. L'employeur s'en moque.



froid

Exemple

Helga, wushu:

Contrairement à l'ancienne entraîneuse, la nouvelle recrue est assez froide et n'aborde pas beaucoup de sujets personnels avec les athlètes. Pendant l'entraînement, elle est toutefois extrêmement concentrée et inspirée pour proposer de bonnes idées. Ses feedback sont pertinents, mais l'atmosphère reste froide.



interchangeable

Exemple

Fanny, volleyball:

La nouvelle responsable de la relève établit une règle: «Quiconque fera une erreur sur le terrain sera remplacé». Reste à voir si elle va vraiment l'appliquer.



exclu

Exemple

Fabiola, patinage artistique:

Un gardien remarque que Fabiola s'entraîne toujours dans un coin, à l'écart du groupe. Interrogée, l'entraîneure explique que Fabiola n'est pas assez souple, qu'elle s'entraîne donc «différemment» et qu'elle ne fait pas partie du groupe.



excluant

Exemple

Mandy, cricket:

Mandy est ignorée et exclue par tout le groupe de personnes son âge – et on la critique dans son dos. L'équipe du club ne fait rien pour remédier à cette mauvaise ambiance, car tout le monde trouve que Mandy n'est de toute façon pas à sa place dans le groupe.



hostile

Exemple

Tim, badminton:

Tim, 8 ans, ne veut pas participer à un exercice dans lequel il ne se sent pas à l'aise. Il s'assied sur le côté et observe. Sans lui, les groupes sont déséquilibrés et son groupe perd. Les enfants de son groupe sont en colère et l'évitent à la fin de l'entraînement.



indifférent

Exemple

Stefanie, snowboard:

Stefanie, 10 ans, manque l'avant-dernière porte de sa course de slalom géant et est donc disqualifiée. Elle pleure dans l'aire d'arrivée mais personne ne s'occupe d'elle.

Une demi-heure plus tard, elle est encore assise toute seule par terre.



sans empathie

Exemple

Laura, cyclisme:

Etudiante à l'université, Laura a beaucoup d'examens, de lourdes charges familiales, des problèmes psychiques et peu d'argent. Le chef de la performance ne lui octroie aucune dispense et ne prend pas du tout en considération les facteurs de stress de la cycliste. Les personnes l'important peu.



glacial

Exemple

Maria, ski nautique:

Maria, 12 ans, souffre d'une grippe intestinale. Peu après l'entraînement, elle vomit devant les vestiaires. L'entraîneuse ne s'en occupe pas et la laisse seule, puisque «l'heure d'entraînement est terminée». Maria gémit dans les vestiaires et se demande comment elle va pouvoir rentrer chez elle dans cet état. Heureusement, un membre du personnel de surveillance la retrouve et contacte immédiatement sa mère.



indifférent

Exemple

Nathan, taekwondo:

Un formateur fait à peine attention à Nathan. Il ne salue pas l'athlète, ne s'intéresse pas à lui, ne lui répond pas. En parallèle, Nathan est systématiquement privé d'informations. Le formateur l'ignore et ne sait toujours pas comment il s'appelle, même après un an. Nathan prend son courage à deux mains et pose des questions – en vain, il n'obtient aucune réponse.



méprisant

Exemple

Florian, tir à la corde:

Les données relatives à la santé de toute l'équipe sont communiquées sans censure sur le chat de l'équipe. De l'avis de Florian, cette divulgation va à l'encontre de ses droits individuels et de la loi sur la protection des données. A raison. Ce commentaire lui vaut toutefois d'être critiqué à son tour et traité de compliqué.



dégradant

Exemple

Kimea, badminton:

Kimea, 13 ans, est en camp d'entraînement. Comme elle tousse beaucoup, le médecin de la fédération lui frictionne la poitrine avec du Pulmex avant de dormir, en lui faisant remarquer au passage qu'elle est encore très plate pour son âge et que ce n'est pas comme cela qu'elle trouvera un petit ami.



négligeant

Exemple

Mila, école de danse:

Mila, 10 ans, chute pendant un récital de l'école de danse et se blesse au poignet. Sa professeure de danse la fait néanmoins continuer en lui soufflant: «Il n'est pas question d'arrêter!» Intimidée, en pleurs, Mila reste sur scène et continue à danser. Même après la représentation, la responsable ne s'occupe pas de Mila, qui pleure toujours dans les vestiaires. Et malheureusement, ses parents ne sont pas là.



négligent grave

Exemple

Maël, natation scolaire:

Les enfants sont pour l'essentiel autonomes dans les vestiaires. Quelques enfants racontent au personnel enseignant que Maël, 8 ans, est en permanence harcelé dans les vestiaires par un élève du degré secondaire et que tous deux font des «trucs sexuels» dans une cabine double des vestiaires. Le personnel enseignant ne réagit pas, car «s'il fallait écouter toutes les rumeurs...»

PRESSION



gênant

Beispiel

Ira, natation:

Ira sait que des nageuses et nageurs doivent parfois monter et descendre les 14 marches des tribunes pendant 20 minutes après la pesée – une punition lorsque la balance affiche un poids trop élevé. Des remarques acerbes fusent également: «Misère, tu n'es pas du tout en forme! Qu'est-ce que tu veux qu'on fasse avec un gros derrière pareil?» Il peut même y avoir quelques petites claques sur les fesses.



extrême

Beispiel

Madelaina, ski de fond:

Madelaina, une athlète déjà extrêmement maigre, termine troisième d'une compétition de ski de fond. Sa conseillère en nutrition lui déclare: «Si tu avais été encore plus légère, tu aurais gagné.» Toutes deux évoquent les quelques kilos que Madelaina, pourtant déjà clairement en sous-poids, pourrait encore perdre. Pour y parvenir, Madelaina prend des laxatifs.



démesuré

Beispiel

Carla, marche:

Durant les camps d'entraînement, les athlètes marchent plusieurs heures par jour. A midi, en dépit de la forte chaleur, ils doivent faire des tours supplémentaires sur la piste d'athlétisme. Epuisée, Carla fait un malaise au milieu du terrain.



humiliant

Beispiel

Ailin, natation:

Ailin a de l'asthme. Au bord du bassin, l'enfant a parfois du mal à respirer. Pourtant au courant de sa maladie, l'entraîneur en fait abstraction et lui mène la vie dure: «Ce n'est pas possible d'être aussi stupide, tu simules!».



infantilisé

Beispiel

Jan, tennis:

Les joueuses et les joueurs doivent toujours demander la permission pour aller aux toilettes ou boire. Pour les toilettes, le coach cède généralement. Pour se désaltérer, tout dépend de son humeur. En revanche, il n'est absolument pas question de manger quelque chose, même pour les plus jeunes. Jan en souffre.



dur

Beispiel

Alina, ski:

Une responsable de la relève qui travaille depuis longtemps dans la région est connue pour obtenir de bons résultats lorsqu'elle «sélectionne» les enfants. Ses entraînements sont éprouvants. Elle crie et fait régulièrement pleurer Alina et les autres enfants. Personne ne s'en mêle, même si tout le monde – y compris la direction du club – est au courant. L'entraîneuse passe pour être une «institution».



souffrant

Beispiel

Mattia, plongeur acrobatique:

Mattia, 14 ans, a la peau abîmée derrière les oreilles à force de s'entraîner dans l'eau. Son médecin préconise de renoncer sans attendre et pour un bon moment aux entraînements dans l'eau ou de privilégier le sport hors de l'eau. Mais tout le monde – y compris les parents de Mattia – ferme les yeux, le pousse à continuer à s'entraîner et espère qu'il guérira spontanément.



irrespectueux

Beispiel

Christian, football américain:

Christian est arbitre. A chaque match, il a droit à des commentaires pleins de mépris: «empoté», «tu ne siffles que pour des conneries», «tu es complètement aveugle». Il connaît aussi par cœur les chants des supporters, avec leur lot de mépris, mais aussi d'intimidation: «On sait où est ta voiture!»



néfaste

Beispiel

Johannes, boccia:

Joueur de boccia, Johannes souffre de douleurs constantes aux épaules, qui s'aggravent à chaque fois qu'il pratique son sport. Il prend désormais des analgésiques tous les jours. Alors que de nombreuses personnes du club sont au courant de ses douleurs, personne ne réagit. Son entraîneur ne cesse de lui répéter que ces douleurs sont la preuve qu'il donne tout sur le terrain.



douloureux

Beispiel

Natalie, gymnastique artistique:

Natalie, gymnastique artistique: Natalie, 11 ans, souffre d'une blessure à la cheville. Ses deux entraîneuses et entraîneurs lui mettent la pression pour qu'elle reprenne l'entraînement au plus vite: «Si tu fais une pause trop longue, tu peux faire une croix sur ta carrière.» La fillette veut absolument participer à la compétition à venir. La direction du club est inquiète mais ne veut pas s'en mêler. Natalie reprend l'entraînement avec des douleurs.



épuisant

Beispiel

Alex, sport automobile:

Alex, 17 ans, a décroché sa qualification pour les CM. Ce sont les résultats des athlètes qui déterminent le montant des fonds de la fédération provenant notamment des sponsors. Autrement dit, toute la fédération compte sur Alex. La pression est de plus en plus forte pour Alex, qui trouve cette situation très éprouvante sur le plan émotionnel et souffre de troubles du sommeil.



pénible

Beispiel

Jürg, cyclisme:

Jürg doit concilier école, sport et autres activités de loisirs, ce qui le stresse. Le cœur lourd, il décide d'arrêter le cyclisme pour avoir plus de temps à consacrer à l'école, mais aussi à ses amis et à ses loisirs.



discipliné

Beispiel

Lou, golf:

Lou, une golfeuse douée, a de plus en plus mal à suivre à l'école. Elle doit réviser elle-même la matière qu'elle ne voit pas aux cours à cause de ses absences liées au sport. Ses parents estiment qu'en faisant preuve de plus de discipline à l'école aussi, elle y arriverait sans problème.



ambitieux

Beispiel

Mirko, ski:

Mirko, ski: Mirko, 7 ans, semble particulièrement talentueux. Pour lui offrir de meilleures possibilités d'entraînement, ses parents décident de déménager dans une station de ski. Après chaque entraînement, ils disent à la nouvelle entraîneuse de la relève: «Notre sacrifice a intérêt à porter ses fruits – tu as une sacrée responsabilité!» L'entraîneuse de la relève se tourne vers la direction du club, car elle ne croit pas que l'enfant soit si talentueux que cela et se sent sous pression.



exigeant

Beispiel

René, randonnée:

Lors du weekend de randonnée, le responsable du groupe de René a pour objectif de réduire au maximum le temps de marche prévu. Il presse continuellement le groupe à marcher plus vite – il rechigne même à accorder des pauses pour se désaltérer.



rigoureux

Beispiel

Nadal, randonnée en snowboard:

Le club recommande de veiller à choisir rigoureusement des itinéraires qui n'effraieront pas les mères et les petits animaux afin de réduire au maximum l'impact sur la nature. Pour Nadal, cela signifie de bien planifier les randonnées de façon à éviter les sites de protection de la faune sauvage, même si l'itinéraire sera plus difficilement accessibles pour des randonneuses et randonneurs moins expérimentés. Nadal l'évoque avec les personnes qui participent aux randonnées en snowboard.



sélectif

Beispiel

Kevin, football:

En marge de la sélection et de l'admission dans une équipe de juniors, deux pères de footballeurs comparent leurs enfants de 14 ans et leurs résultats. Une fois les sélections effectuées, le père de Kevin est mécontent que son enfant n'ait pas été retenu et accuse le club de discrimination: «Kevin a clairement plus de talent que l'autre enfant.»



reposé

Beispiel

Sophie, lutte:

Au moment de planifier les compétitions, on tient compte du fait que les athlètes ont des temps de récupération différents. Sophie met particulièrement longtemps à récupérer mais ensuite, elle atteint des performances d'excellence. Aussi apprécie-t-elle des compétitions planifiées individuelle avec beaucoup de temps pour la récupération.



encourageant

Beispiel

Gerry, wakeboard:

Chaque année, la fédération de wakeboard organise dans un petit village au bord du lac un événement au cours duquel toutes les visiteuses et tous les visiteurs, quel que soit leur âge, peuvent essayer gratuitement ce sport, en disposant de tout l'équipement nécessaire. Gerry, un retraité, se lance et s'avère avoir un vrai talent pour le wakeboard.



individualisé

Beispiel

Marc, haltérophilie:

En marge de sa pratique de l'haltérophilie, Marc fait des études. Afin qu'il puisse tout concilier, ses objectifs d'entraînement sont discutés et adaptés de façon personnalisée au sein de l'équipe, en fonction des calendriers de ses examens. Sa situation est prise en compte dans le détail, même si cela implique des concessions temporaires en termes de performances sportives.



motivant

Beispiel

Fernando, basketball:

Par rapport aux autres membres de son équipe de basketball, Fernando est particulièrement petit. A 17 ans, il attend encore que sa poussée de croissance se produise. Cependant, ses entraîneurs connaissent ses points forts: vitesse, détente, concentration et technique. Ils motivent Fernando à sans cesse faire étalage de ces atouts et à s'y consacrer pleinement. Dans le même temps, Fernando joue à des postes où sa petite taille ne porte pas préjudice.



déterminé

Beispiel

Désirée, skate:

La jeune athlète réalise qu'elle ne pourra pas participer à la compétition prévue en raison d'une fête de famille à venir. Elle en parle avec son entraîneure. Celle-ci n'est pas enchantée par la situation; cela dit, elle estime que la décision revient à Désirée. Elle lui dit: «Quelle que soit ta décision, je te soutiens et je serai de ton côté.»



valorisant

Beispiel

Sandro, ultimate frisbee:

Alors qu'il n'est pas particulièrement talentueux, le joueur senior Sandro ne rate jamais aucun entraînement et très engagé dans le club, où il se sent très bien. Son petit-fils joue également chez les juniors. L'entraîneur aligne Sandro sur la base de son engagement et de sa présence indéfectible – et ne fonde pas seulement sa décision sur la seule performance. Au club, tout le monde est content que Sandro soit dans l'équipe.



fluctuant

Beispiel

Sven, patinage artistique:

Sven, 10 ans, est de moins en moins motivé. Comme cet état d'esprit affecte également ses performances, ses parents mettent toujours plus la pression sur ses entraîneurs. Dans un mail adressé au club, ils écrivent: «Nous attendons des résultats plus brillants et plus constants – les entraîneurs ne sont pas payés à ne rien faire!»



serein

Beispiel

Dani, volleyball:

Un tournoi amateur organisé chaque année est ouvert aux habitantes et habitants de tout âge de la région. Pour les athlètes du club, c'est l'occasion de passer un moment de sport en toute insouciance, sans ambiance de compétition. Dani, un joueur de volleyball de longue date, s'épanouit véritablement lors de cet événement amateur.

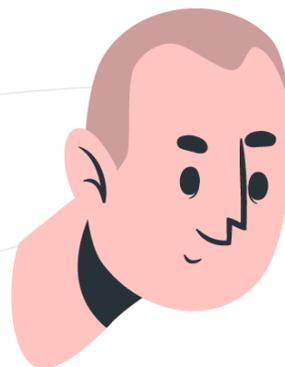


multiple

Beispiel

Jury, sports de balle:

Jury, 8 ans, a un vrai talent physique et s'intéresse à plusieurs sports de balle. Il ne peut ni ne veut opter pour l'un d'entre eux en particulier. En concertation avec lui, sa famille décide donc qu'il pourra continuer de pratiquer plusieurs sports pour le moment, de façon de maintenir le plaisir de l'activité physique au sens large.



inconscient

Beispiel

Bernhard, hornuss:

En hornuss, les blessures aux yeux sont de plus en plus fréquentes. Pourtant, le port du casque n'est pas obligatoire et la plupart des personnes qui pratiquent ce sport en acceptent les risques. Bernhard pense qu'il ne serait pas à l'aise avec du plexiglas devant les yeux et qu'il n'arriverait pas à réaliser de bonnes performances de cette façon.



déconcentré

Beispiel

Fatima, tir à l'arbalète:

Ces derniers temps, Fatima, la cheffe de projets Manifestations, a souvent du mal à rester concentrée et motivée. Elle ne s'entend pas avec le président. Cette situation met Fatima en colère. Elle aimerait obtenir de bons résultats dans le cadre de ses projets, mais elle se rend compte que cette atmosphère tendue est un frein.



sous-exploité

Beispiel

Joshua, aviron:

Malgré ses bonnes performances, Joshua est affecté à un groupe d'aviron où tous les autres sont beaucoup plus jeunes et moins talentueux que lui. Il est de moins en moins motivé et ne se sent pas à l'aise parmi eux. Il n'a plus envie d'aller aux entraînements et ne s'intègre pas dans ce groupe.



dépréciant

Beispiel

Eli, unihockey:

Eli, 10 ans, n'a pas quitté le banc de touche de toute la saison. Sa motivation s'en ressent, et la direction du club finit par le savoir. Lorsque celle-ci demande des explications à l'entraîneur, celui-ci se défend en déclarant: «Eli doit en passer par là, cela fait partie du sport!»

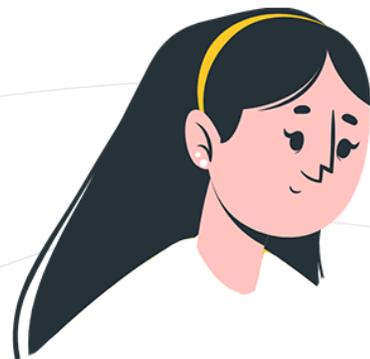


dévalorisant

Beispiel

Giro, karaté:

Passionné de karaté, Giro est heureux d'avoir enfin trouvé un club près de chez lui. Après chaque séance d'entraînement, l'entraîneur-chef lui assène: «Tu nous gênes plus qu'autre chose et tu n'as aucun talent pour le karaté. Inscris-toi donc à un club d'échecs. Tu y seras davantage à ta place!» Giro a de plus en plus de crises d'angoisse avant l'entraînement, mais il veut absolument continuer à pratiquer ce sport qu'il aime tant.



excluant

Beispiel

Mandy, cricket:

Mandy est ignorée et exclue par tout le groupe de personnes son âge – et on la critique dans son dos. L'équipe du club ne fait rien pour remédier à cette mauvaise ambiance, car tout le monde trouve que Mandy n'est de toute façon pas à sa place dans le groupe.



précaire

Beispiel

Mia, triathlon:

Les responsables du sport de performance investissent beaucoup dans l'athlète Zeno, qualifié pour les CM. Son entraînement est extrêmement intensif, si bien que la physiothérapeute Mia se concentre sur lui et renonce à ses autres mandats. Hélas, Zeno est victime d'un accident inattendu et doit faire une longue pause. Mia perd son emploi dans des circonstances non couvertes par le droit du travail.



inconséquent

Beispiel

Frédérique, saut à la perche:

Frédérique n'est pas encore prête à réaliser un exercice délicat, et son entraîneur le sait. La peur l'empêche de se lancer. Malgré tout, son entraîneur estime qu'elle doit sortir une bonne fois pour toutes de sa zone de confort et la force à faire l'exercice. Frédérique s'exécute, chute et se cogne la tête. Elle souffre d'une fracture du crâne.



négligé

Beispiel

Monique, breakdance:

Après les compétitions, les joints circulent et l'alcool coule à flots. A force, Monique, 15 ans, a développé une addiction, à tel point qu'elle ne peut plus s'endormir sans joint et qu'elle a commencé à boire avant même les entraînements de l'après-midi pour se détendre et se donner un coup de fouet. En parallèle, elle a abandonné ses études. Pour elle, toute sa motivation et tout son avenir passent par le sport. Son entourage est désormais au courant, mais la laisse faire: «Elle est assez grande pour savoir ce qu'elle fait de sa vie.» Seule la nouvelle entraîneuse se demande si le devoir d'assistance a été suffisamment pris en compte.