

# Intérêt d'un suivi RSP dans la pratique du sport de haut niveau

Laurent Pujol - RSP année 2010-11

# Quand intervient la RSP?

- I. Dans la phase de création de l'AHN
- II. Durant toute sa phase d'activité
- III. Lors de sa reconversion

# I. RSP lors de la phase de création de l'AHN

- Repérage d'un jeune ayant des capacités
- Test de ses capacités physiques, d'adaptation, environnementales...
- Intégration progressive de ce jeune dans un planning d'entraînement et de compétitions

# Un AHN, c'est un jeune

- ✓ Qui a un potentiel physique, combatif et d'adaptation important
- ✓ Qui a un environnement favorable (famille - éducation - mobilité...)
- ✓ Qui doit faire scission avec son environnement proche (famille - fratrie - amis - scolarité)

# Un AHN c'est une personne

- ✓ Avec le bagage émotionnel familial
  - transmis
  - au quotidien
- ✓ Avec son propre bagage émotionnel acquis
- ✓ Avec ses peurs - ses choix - ses doutes

# Ses Peurs

- De ne pas plaire ou de ne pas rendre fiers ses parents
- De rendre jaloux sa fratrie
- De perdre ses amis et sa vie relationnelle
- D'être en décalage avec le système scolaire
- De ne pas réussir

# Ses Choix

- Aller vers cette vie pleine d'étoiles et de réussite, mais également
  - de concessions,
  - de douleurs,
  - de déceptions,
  - de blessures physiques et psychiques,
  - d'abandons
- Ne pas y aller!

# Ses Doutes

- Ai je fait le bon choix?
- Aurais je du écouter les conseils familiaux, amicaux...?
- Suis-je en harmonie avec mes propres choix?
- Vais-je réussir?
- Tout cela vaut il la peine?
- ...



## II. RSP lors de la phase d'activité de l'AHN

- **Aider l'AHN face à :**
  - **Ses peurs**
  - **Ses choix**
  - **Ses doutes**

# Peurs de l'AHN en activité

- Perdre ou gagner
- De ne pas gérer la pression et le stress
- Ne pas être à la hauteur
- Ne pas remplir son contrat
- Décevoir son entourage privé et pro
- De se blesser ou de ne pas revenir à son niveau après une blessure

# Choix de l'AHN en activité

- Son mode de vie - déplacements - lieux de vie - tentations...
- Ses relations avec proches et son encadrement
- Continuer ou arrêter!
- ...

# Doutes de l'AHN en activité

- ✓ As t il fait le bon choix de vie?
- ✓ Sacrifices, les siens , ceux de son entourage, sont ils à la hauteur du résultat
- ✓ Va-t-il aller au bout de ses ambitions?
- ✓ Va-t-il être assez fort, ne va-t-il pas se blesser?
- ✓ Peut il surmonter le stress?
- ✓ Les conseils des autres sont ils fondés?
- ✓ ...

# III. RSP et aide à l'AHN en reconversion

- Arrêt de son activité
- Passage à autre chose : lâcher prise
- Acceptation de son parcours
- Sortie des projecteurs
- Retour parmi les siens - peurs face à la relation du quotidien - regard des autres - jugement vis-à-vis des choix et du parcours
- Accepter d'avoir été et de ne plus être!
- Création d'un nouveau soi

# La RSP est omniprésente dans toute la vie de l'AHN

- Pour l'aider lors de ses problèmes de gestion de territoire



# Pour l'aider à accepter



# Pour les acceptations au sein de son territoire





Pour ses problèmes de relation avec les autres, sa mobilité et vitalité



# Pour ses transferts d'émotion FEU - COM V1



# RSP et corrections de l'AHN en Feu et en Terre

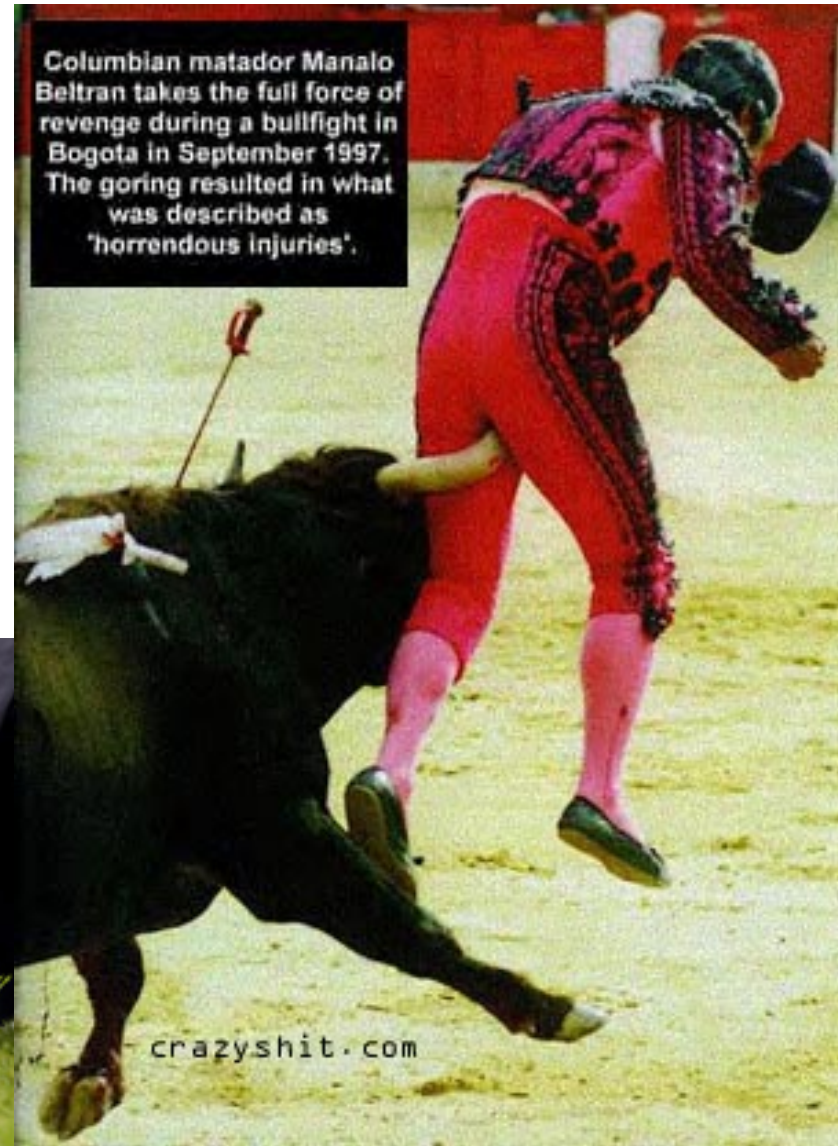


# Les atteintes des COM chez AHN

SG et CR2



SA



SG



# Atteintes des COM chez l'AHN

Problème relation familiale : hanche

COM BA3



COM BA5

# AHN en Terre avec correction de l'équilibre



# RSP et lésions multi - COM



# Conclusion

Le suivi par la RSP doit être omniprésent dans toute la vie de l'AHN qui de part son mode de vie:

- est sollicité par de fortes émotions
- traumatise de nombreuses COM
  
- ✓ Sport d'équipe: « Un pour tous et Tous pour UN »
- ✓ Sport individuel: « Faire ressortir l'être vrai qui est en soit »

**Merci de votre attention Laurent Pujol**  
**Vive la RSP et merci à André Perceval**