

Développement de la carrière des athlètes

Entraîner les athlètes de la génération Z

Paul Wylleman

Vrije Universiteit Brussel • Team NL

Caractéristiques de la génération Z



Définition & chiffres

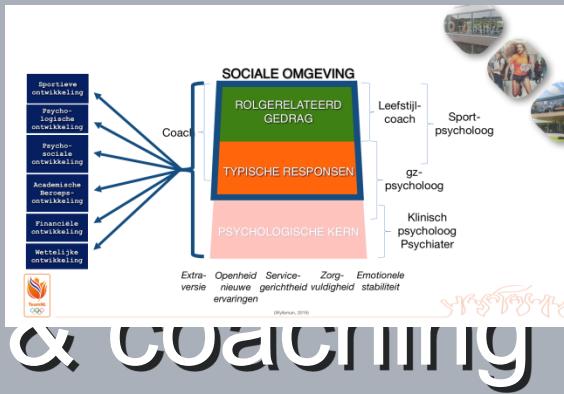
- Nés après 1995-96
- ± 21% ont moins de 20 ans (en 2014)
- 902'000 0-10 ans + 854'000 11-20 ans (en 2014).

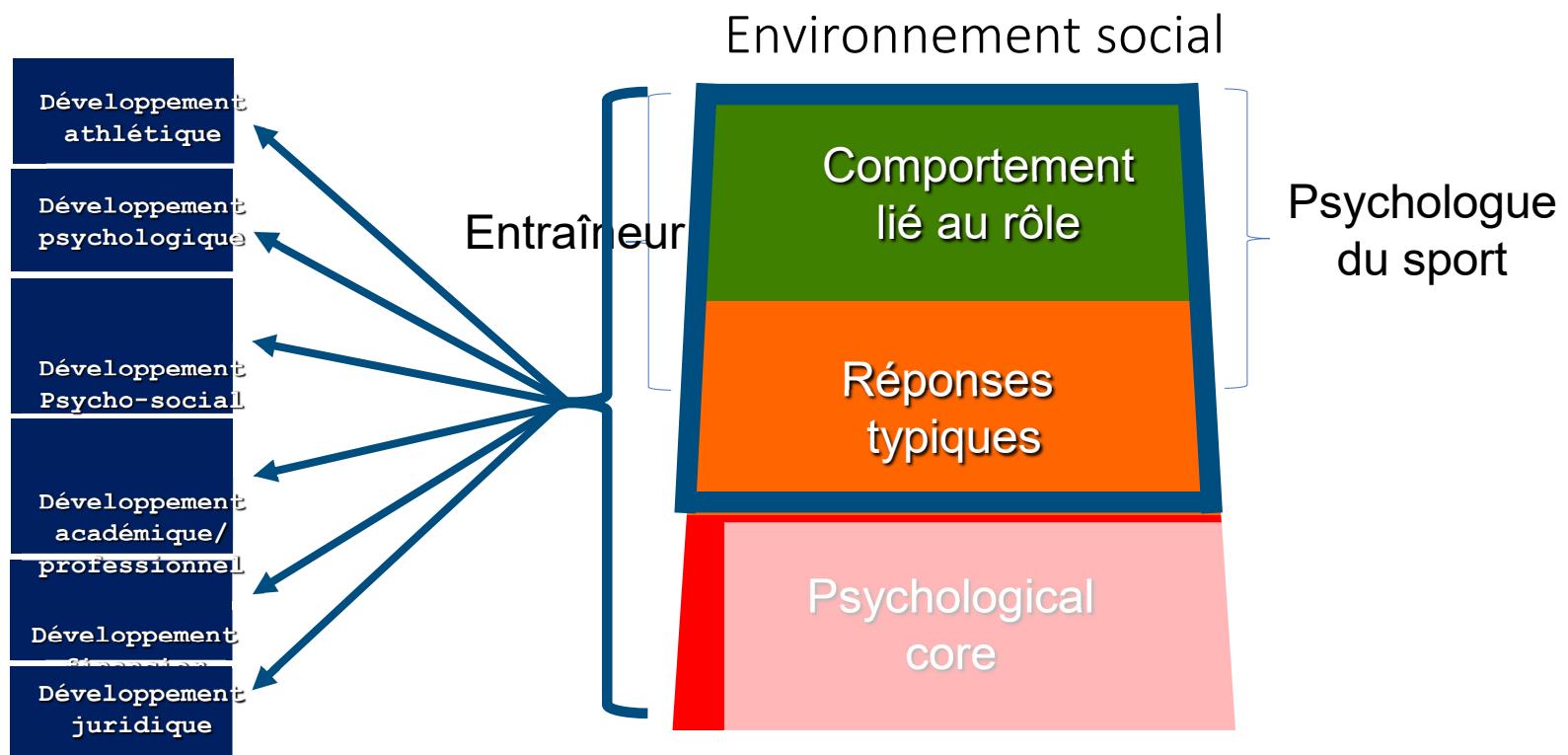
(Wylleman, 2019)

Caractéristiques

- Faible durée d'attention
- Excellentes compétences technologiques
- A besoin de structure et de limites
- Manque de solides compétences en relations interpersonnelles
- Génération la plus instruite de l'histoire
- Veut participer aux processus décisionnels

(Wylleman, 2019)





(Wylleman, 2019)

Perspective holistique & caractéristiques



Gén Z

Développement
athlétique

Initiation

Dévelop-
pement

Maîtrise

Disconti-
nuité

Durée d'attention brève
Facilement distraite
Orientée vers les résultats
Grandes attentes
Gratification sur le moment/impatience
Extrinsèquement motivée
Pas aussi résiliente
Lutte contre l'adversité
Manque de planification
Ne sait pas résoudre les problèmes
Plus indépendante (voyage, logistique)
Style de jeu différent, a besoin des bases
Davantage visuelle.

(Wylleman, 2019)



(Gould, Nalepa & Mignano, 2019; Wylleman, 2019)

Gén Z



(Wylleman, 2019)

Gén Z

Développement athlétique	Initiation	Development	Mastery	Discontinuation
Développement psychologique	School-child Puberty	Adolescence	Adult	
Développement psychosocial	Parents Frères/soeurs Pairs	Pairs Entraîneur Parents	Partenaire-jeune famille Entr.- staff soutien Coéquipiers- étudiants	Famille (entraîneur) Pairs
				Se soucie de ce que pensent les autres Manque de solides compétences interpersonnelles Mauvais communicateurs (passifs) Veut être impliquées dans les processus décisionnels Vérifie si les chiffres d'autorisation sont corrects Ouverte si elle a de solides relations avec l'entraîneur.

(Wylleman, 2019)

Gén Z

Développement athlétique	Initiation		Develop- ment	Mastery	Disconti- nuation
Développement psychologique	School-child	Puberty	Adoles- cence	Adult	
Développement psychosocial	Parents Siblings Peers	Peers Coach Parents	Partner – Young family Coach – Support staff Teammates - Students	Family (Coach) Peers	
Développement académique / professionnel	Formation primaire	Formation secondaire	Athlète (semi-) prof. Formation supérieure	Athlète (semi-) prof.	Carrière post-sportive

Excellentes compétences technologiques
La génération la plus instruite de l'histoire

(Wylleman, 2019)

Gén Z

Développement athlétique	Initiation		Develop- ment	Mastery	Disconti- nuation
Développement psychologique	School-child	Puberty	Adoles- cence	Adult	
Développement psychosocial	Parents Siblings Peers	Peers Coach Parents	Partner – Young family Coach – Support staff Teammates - Students	Family (Coach) Peers	
Développement Académique/ professionnel	Primary educa- tion	Secondary education	(Semi-) prof. athlete Higher (Semi-) prof. education	(Semi-) prof. athlete	Post- athletic career
Développement financier	Famille		Famille ING	ING/CNO Sponsor	Famille Employeur

Compétences financières
restreintes/absentes.

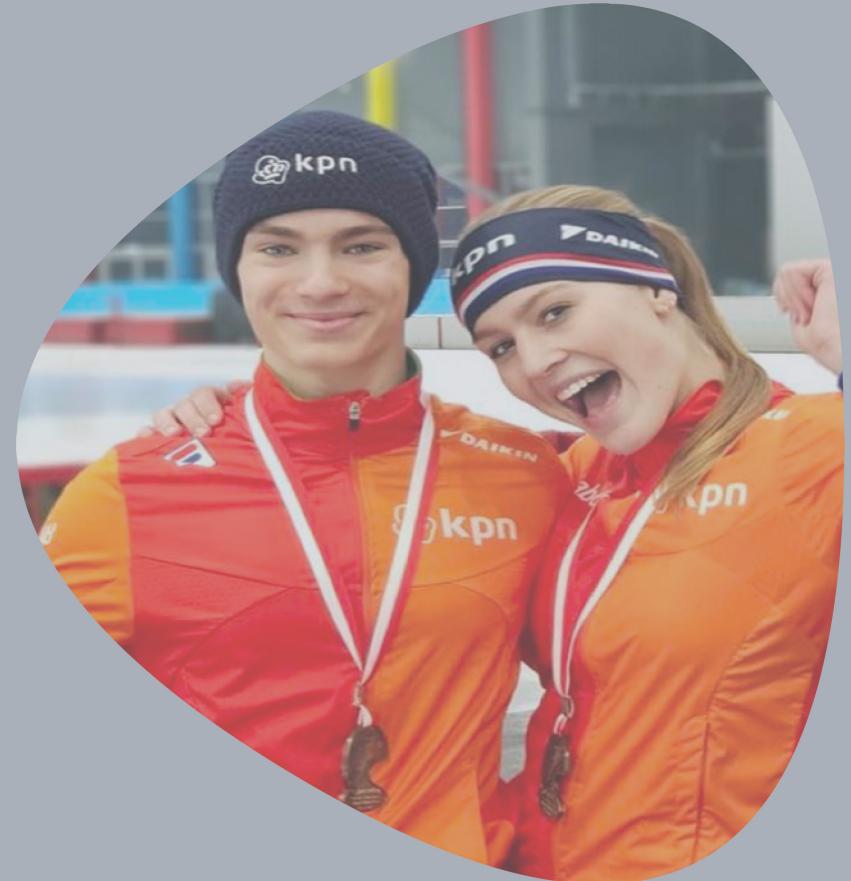
(Wylleman, 2019)

Gén Z

Développement athlétique	Initiation		Develop- ment	Mastery	Disconti- nuation
Développement psychologique	School-child	Puberty	Adoles- cence	Adult	
Développement psychosocial	Parents Siblings Peers	Peers Coach Parents	Partner – Young family Coach – Support staff Teammates - Students	Family (Coach) Peers	
Développement académique / professionnel	Primary educa- tion	Secondary education	(Semi-) prof. athlete Higher education	(Semi-) prof. athlete	Post- athletic career
Développement financier	Family	Family NGB	NGB/NOC Sponsor	Family	Employer
Développement légal	Mineurs		Adultes (majeurs)		A besoin d'une structure et de limites d'une manière personnalisée

(Wylleman, 2019)

Entraîner les athlètes de la génération Z



Adopter une attitude

- Avoir de l'empathie et comprendre le point de vue des athlètes de la génération Z.

(Wylleman, 2019)

Optimiser la communication

- Poser des questions pour une communication ouverte
- Etablir des attentes sur terrain et hors terrain
- Jumeler les instructions avec les retours négatifs.

(Wylleman, 2019)

Renforcer les relations

- Leur faire connaître vos manquements/votre lutte en tant qu'entraîneur pour construire les relations
- Etre ouvert et consacrer du temps à nouer des relations
- Faire preuve de créativité pour obtenir l'adhésion
- Construire l'indépendance en donnant plus d'appropriation
- Système de récompense pour les tâches/compétences avec récompenses tangibles.

(Wylleman, 2019)



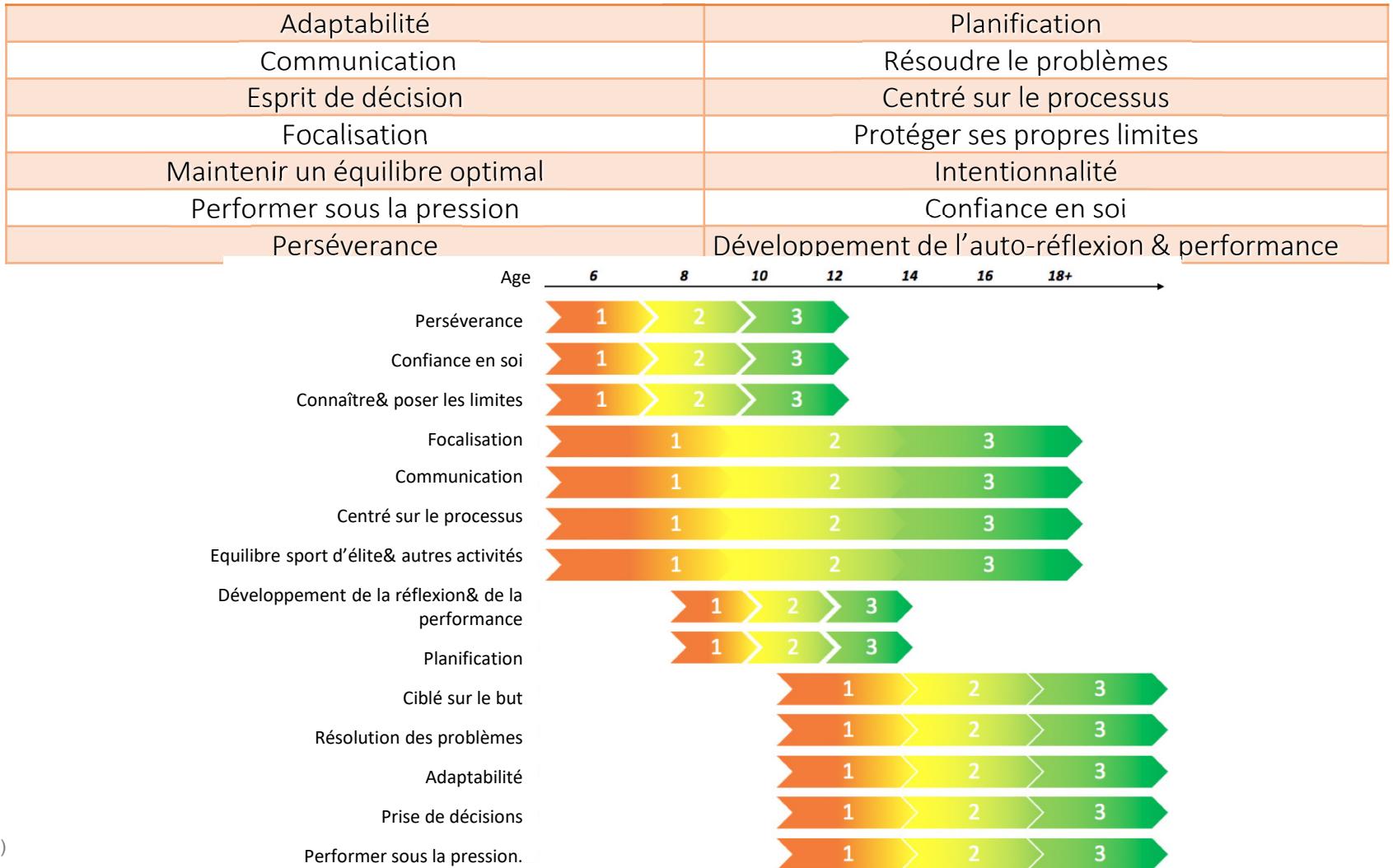
(Gould, 2019)

Développer les compétences

- Expliquer l'importance de l'adversité, aider les athlètes à atteindre l'étape suivante
- Construire la résilience en créant de l'adversité et les entraîner
- Préparer et demander à des joueurs de parler des luttes en pratique avec le groupe
- Se servir de la technologie.

(Wylleman, 2019)

Développer les compétences



(Wylleman, 2019)

Réflexions



- Chaque génération a ses caractéristiques propres
- Chaque athlète a ses caractéristiques propres
- Analyse des caractéristiques et utilisation des points forts des athlètes
(approche debet)
- Focalisation sur le développement des compétences chez l'athlète
- La force de l'entraînement est déterminée par les compétences de l'entraîneur plutôt que par les caractéristiques des athlètes

(Wylleman, 2019)