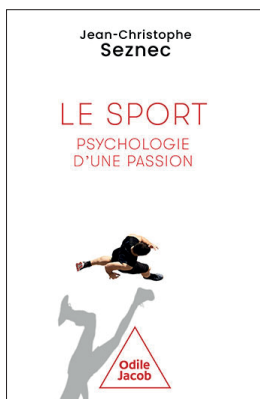


PSYCHOLOGIE DU SPORT



«Le sport est un miroir qui, de façon démultipliée, reflète les joies et les risques de notre société moderne.» C'est le postulat à partir duquel Jean-Christophe Seznec, psychiatre, médecin du sport et ex-rugbyman amateur, nous invite à plonger dans la «psychologie d'une passion». Car le sport est à la fois une activité physique et un révélateur de nos pulsions, de nos désirs d'accomplissement personnels et de nos dérives collectives. De même, la pratique sportive peut autant engendrer une euphorie grisante qu'une détresse psychique, entre quête de performance obsessionnelle, sentiment d'échec, burn-out sportif et isolement. D'où l'intérêt de comprendre comment notre santé

psychique, notre vécu émotionnel et les sollicitations intenses du corps s'articulent dans la pratique sportive ou autour d'elle, avec parfois de profondes répercussions sur notre bien-être et notre vivre-ensemble. L'auteur s'appuie pour cela sur des cas concrets, des observations de terrain et une grille d'analyse centrée sur l'équilibre émotionnel. Il examine ainsi la compulsion à l'entraînement de certains sportifs amateurs ou le rapport ambivalent à la compétition des adolescents, entre besoin

de reconnaissance et peur de l'échec. Enseignant à l'université Paris-V-Descartes parallèlement à son activité de psychiatre et médecin du sport, Jean-Christophe Seznec travaille aussi avec la Fédération française de cyclisme et celle de rugby, où il est responsable de la lutte contre le dopage et les addictions. Son questionnement – «Court-on pour fuir ou se trouver?» ; «Quelle place accorder à la performance sans sacrifier le bien-être?» – éclaire les enjeux de santé mentale et

l'engouement actuel pour l'ultra-performance, mais aussi l'instrumentalisation politique qui peut être faite du sport. En conclusion, l'auteur nous invite à «retrouver le jeu, le plaisir, l'instant présent. À se libérer de la tyrannie des chiffres, des chronos, des comparaisons. Car le plus grand défi du sportif n'est pas de gagner... mais de durer.» L'équilibre, plutôt que l'exploit d'un instant.

HEIDI HAMMER

Le sport, psychologie d'une passion, Jean-Christophe Seznec, 232 pages, Odile Jacob 22,90 €.

AUX ORIGINES DU FOOTBALL PROFESSIONNEL

De cuir et d'acier rappelle le rôle pionnier du FC Sochaux-Montbéliard dans l'émergence du football professionnel en France à la fin des années 1920, entre volonté de la famille Peugeot de donner de la publicité à la marque et souci d'offrir un loisir fédérateur à ses ouvriers. L'un de ceux-ci, fou de ballon rond, fait ici office de héros. Après avoir connu de grandes heures, ce club longtemps reconnu pour la qualité de sa formation faillit ne pas survivre au désengagement de la «Peuge» et à la gestion catastrophique de la société chinoise qui prit sa suite en 2015. Descendu en National, il a été sauvé trois ans plus tard grâce à l'engagement financier de «socos» qui, à ce titre, participent à la gouvernance du club. Un épisode résumé dans quatre planches qui font office de postface. ● PH.B.

De cuir et d'acier, Jeff Legrand (scénario) et Geoffrey Champin (dessin), FamiliaR éditions, 112 pages, 21 €.



L'ACTUALITÉ DE L'UFOLEP SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Ufolep Nationale @ufolep.bsky.social · 1 mois

À Hyères, le projet "La Mer Autrement" rend la mer accessible à toutes et tous grâce au Seatrac, un dispositif de baignade autonome pour les personnes en situation de handicap.

Soutenue par les Hospices civils de Lyon et mise en œuvre par l'Ufolep 83

tinyurl.com/mvfzmn3p

Photo C. L.

Ufolep Nationale @ufolep.bsky.social · 1 mois

Stage national Aikido UFOLEP à Blois & Chambord : 4 jours de pratique, de partage et de découvertes avec 30 pratiquants venus de toute la France. Entre tatamis, châteaux et feu d'artifice, un moment fort en humanité !

tinyurl.com/mtrpu8uz #UFOLEP #Aikido

Ufolep Nationale @ufolep.bsky.social · 1 mois

Retour sur le Playa Tour 2025 !

Merci aux comités Ufolep 37, 51, 07, 62, 64, 40 et 56 pour leur énergie sur ce début de tournée multisports Ufolep.

Bravo aux bénévoles mobilisés pour un été sportif et solidaire !

#PlayaTour2025 #Ufolep #SportPourTous #ÉtéSportif

<https://flic.kr/s/aHBqjCkYRH>