



# CONFÉRENCE SPORTIVE

Les conférences sportives de Souleymane Mbaye « the Sensation » - 3 x Champion du Monde de Boxe (WBA) se basent sur de nombreuses demandes managériales en entreprises. De nombreux salariés sont en demande d'un retour d'expérience pour savoir comment rebondir après un échec, apprendre à canaliser leur énergie, faire face à un stress permanent, etc.

## QUEL EST LE CONCEPT D'UNE CONFÉRENCE SPORTIVE ?

Souleymane Mbaye – 3 x Champion du Monde de Boxe (WBA) se rend dans vos locaux et présente à vos équipes son parcours, ses difficultés personnelles en tant que sportif, son travail pour atteindre son niveau sportif ainsi que de nombreuses anecdotes. Lors de ce retour, il réalise un parallèle avec l'univers de l'entreprise, abordant sans tabou des sujets variés :

- Les méthodes managériales,
- Les rapports hiérarchiques,
- La culture du travail en France,
- L'hygiène de vie au travail, etc...

Une conférence sportive place au centre de ses objectifs une meilleure qualité de vie au travail (QVT), pour les salariés après son passage. Entre autres, ces derniers n'ont parfois pas le temps de réaliser l'ensemble des sessions sportives qu'ils désirent, ou n'ont jamais eu l'opportunité de rencontrer un sportif de haut niveau. Afin de corriger le tir, Keur of Champions a donc créé des conférences sportives pour toutes les entreprises. Nous nous chargeons de faire le lien entre le sport, la santé et le bureau.

## QUEL EST LE DÉROULÉ D'UNE CONFÉRENCE SPORTIVE ?

Pour mieux comprendre dans quel cadre évolue les salariés lors d'une conférence sportive, les paragraphes suivants vous donnent un premier aperçu d'un déroulé classique :

### 1. Souleymane Mbaye relate son expérience

Souleymane « the Sensation » a dû faire face toute sa vie au challenge, au dépassement de soi, parfois au détriment de certains sacrifices personnels. Ainsi, les différents collaborateurs de votre entreprise profitent d'une expérience enrichissante, aussi bien en échangeant avec le professionnel de vive voix, que sur le terrain.

### 2. Des professionnels issus d'autres milieux présents

En plus de la présentation de son parcours de sportif de haut niveau, Souleymane peut être accompagné d'un professionnel d'un tout autre métier. La conférence sportive est ainsi ponctuée d'un échange avec des psychiatres, des médecins, des spécialistes du développement personnel, des professionnels de la santé, etc. Tous apportent leur propre expérience sur leur profession et comment ils ont pu développer une qualité de vie au travail (QVT) personnelle, avant de proposer leur service dans des entreprises.



### **3. La place de l'expérience commune**

Une conférence sportive n'a de sens que si un échange se met en place. Tous les intervenants ont un discours qui pose un œil neuf sur la santé du salarié, l'hygiène de vie au travail, l'importance de la communication... C'est ainsi qu'en plus de partager leur retour d'expérience, une conférence sportive amène un échange, une expérience commune. Parmi les sujets les plus abordés, nous retrouvons :

- **La gestion psychologique des salariés.**

Le travail, parfois répétitif, peut amener à un relâchement et pose de réelles questions sur la santé mentale. Afin de la préserver, les sportifs qui font face à des entraînements quotidiens répétitifs depuis plusieurs années partagent leur point de vue et les possibilités pour varier le quotidien. Des conseils et astuces pour être enrichi et motivé chaque jour sont donnés afin que chacun puisse retrouver sa motivation et continuer à travailler avec enthousiasme, comme au premier jour.

- **Rebondir après un échec.**

Se sentir inapte à continuer son travail à la suite d'une bévue, d'un échec d'un partenariat, est un excellent parallélisme avec celui d'un échec sportif. Le sentiment d'inachevé ou d'avoir failli à sa tâche remet en doute la confiance du manager, mais aussi la confiance envers soi-même. Un tel état d'esprit doit être démontré comme inutile, car il ne fait qu'altérer la productivité ou au contraire, l'accroître mais de manière excessive et dangereuse pour le salarié.

Rebondir après un échec est une des thématiques phares de Souleymane, qui l'aborde sous différents aspects afin de démontrer que tout échec à une finalité, alors que le succès peut prendre plusieurs embranchements.

## **QUEL EST L'INTÉRÊT POUR UNE ENTREPRISE D'ASSISTER À UNE CONFÉRENCE D'UN SPORTIF DE HAUT NIVEAU ?**

Comme nous le présente Luis Fernandez : « *Le champion tire les leçons du passé, concrétise le présent, pense le futur* ». Un sportif et un salarié ont un point commun : ils sont en constante évolution. Au fur et à mesure que le sportif s'entraîne, les muscles deviennent plus puissants, la volonté grandit face aux progrès notables. A contrario, il arrive cependant que les salariés qui progressent le plus restent dans le passé, ne perçoivent pas l'évolution de leur travail. Une conférence sportive tend à faire le lien entre ces deux notions, afin que chaque salarié d'une entreprise sorte grandit de l'expérience, se rendant compte du chemin accompli de leur engagement à ce jour dans l'entreprise.

### **APPRENDRE SUR SOI VIA LE SPORT**

La place du sport pour améliorer la qualité de vie au travail (QVT) prend ainsi tout son sens. Les intervenants sportifs ou issus du milieu médical, sont habitués à travailler au sein d'entreprise de taille variée.

Lors de la conférence, le salarié se rend compte de capacités et compétences qu'il ne pensait pas pouvoir atteindre. C'est typiquement ce qui est recherché : reprendre confiance en soi par la prise de conscience de ses atouts et devenir son propre leader au quotidien.



Que son talent soit une grande productivité, une grande communication, l'innovation ou la remise en question de son travail et de celui de ses semblables... C'est lors de ce genre de pratique que les intervenants mesurent les différentes personnalités et mettent en avant les compétences de chacun.

## **CRÉER UNE NOUVELLE SOURCE DE MANAGEMENT**

Keur of Champions et Souleymane Mbaye considèrent qu'une conférence sportive est réussie si, à la fin, il y a une prise de conscience que le collectif doit être le cœur de l'entreprise. En effet, nous souhaitons rappeler avant tout des notions capitales comme :

- **La cohésion d'équipe.**

Comme le dit l'expression « Seul on va vite, mais ensemble on va plus loin ». Prendre conscience du potentiel du groupe est essentiel, quelles que soient les relations de chacun. Rappelons qu'il n'est pas obligatoire de devenir ami avec chaque personne, mais qu'il peut être plus facile qu'on ne le suppose de nouer de bonnes relations avec ses collègues.

- **La gestion de crise.**

Les désaccords en entreprise ne peuvent être évités, dus aux différentes personnalités dans une équipe. Entre les différents pôles d'une entreprise qui communiquent peu ou jamais, ainsi que le manque de compréhension entre un salarié et son manager... Apprendre à gérer des crises par le retour d'expérience d'un échange entre un sportif et son coach par exemple, permet lors de la conférence sportive une prise de conscience collective.

- **L'ouverture à l'autre**

Très souvent, une entreprise qui croît voit apparaître des « clans » en son sein, avec les anciens qui ne se mélangent pas avec les nouveaux arrivants. Nous encourageons par le discours, mais aussi par le challenge et la découverte de l'autre lors d'ateliers, à briser ces barrières.

- **La gestion du stress et du burn-out**

Fait très courant dans une entreprise, ainsi que dans le monde du sport où la pression peut être parfois difficile à supporter seul : le burn-out. Le manque de communication auprès d'un employé a pour résultat sa perte mentale, avec un essoufflement de sa volonté. C'est le phénomène du burn-out, avec un stress passé inaperçu de la part des collègues ou volontairement ignoré, ne sachant quoi faire. Nous revenons ainsi sur la gestion du stress et des différents leviers pour affronter ses peurs quotidiennes, grâce à des bonnes pratiques.

**POUR TOUS RENSEIGNEMENTS MERCI DE PRENDRE CONTACT**

[developpement@keurofchampions.com](mailto:developpement@keurofchampions.com)