

# Comment garder nos ados ?

**Constat** ; selon notre expérience,

-1 / seulement 1 à 3 % de jeunes qui auront débuté l'Aïkido que ce soit à 5,8, 10 ans resteront jusqu'au stade adulte.

-2/ Il y a statistiquement, très peu d'inscription de jeune ados entre 14 et jusqu'à 25 ans....

-3/ Ce phénomène n'est pas exclusivement lié à notre discipline et est relativement commun à toute activité physique ou artistique.

On peut lister les causes qui pourraient faire désertir la pratique pour cette catégorie d'âge et avancer quelques solutions ;

8 Motifs récurrents	Précisions	Proposition de solutions
<b>La routine</b>	...Qu'il peut ressentir depuis ses débuts (depuis peut être 10 ans qu'il a commencé...)	<i>Chercher à surprendre, modifier certaines habitudes. Préparer des « plans B », voire « C »</i>
<b>Absence de compétition</b>	Distinction et récompenses vues dans d'autres disciplines martiales	<i>Provoquer des interclubs, des déplacements en stages...</i>
<b>Déménagement</b>	Rendant impossible le maintien au club	<i>Inciter à rechercher un club</i>
<b>Attirance vers d'autres disciplines</b>	L'adolescence étant la période des expériences et découvertes	<i>Montrer l'esprit d'ouverture. Rappeler les qualités propres à l'Aïkido</i>
<b>Priorités scolaires</b>	Exigences parentales bien légitimes, privilégiant les études aux loisirs	<i>Montrer l'esprit d'ouverture en encourageant le travail scolaire. Proposer un rythme d'entraînement adapté</i>
<b>Nouvelles fréquentations</b>	Le groupe d'amis ou un nouveau petit copain ou une petite copine qui peut éloigner de l'assiduité des entraînements.	<i>Proposer des cours d'essai aux nouveaux amis. Rappel des valeurs spécifiques à notre discipline</i>
<b>Manque de considération</b>	En tant qu'ancien du club, un manque de reconnaissance dans le groupe peut rapidement décevoir	<i>Encouragements réguliers. Donner des responsabilités, du tutorat, prendre en démonstrateur</i>
<b>Pas de cours adapté à l'âge ou au niveau</b>	En fonction du niveau, l'ados gradé peut ne pas avoir assez de matières à travailler... il s'ennuie !	<i>Cours dissociés. Complexifier les techniques. Entraînements par niveaux. Tutorat. Ne pas oublier le travail des armes. Aborder la self défense...</i>

**Remarque** : Même si cela reste à un niveau très confidentiel, on constate des retours de jeunes ayant arrêté durant 5, 20 ans, (parfois 30 ans) avec un enthousiasme redoublé, après certaines expériences, errances, ou périodes d'inactivités. Ce retour est chargé d'une belle motivation murie, proportionnellement selon que « la graine aura bien germée ».



Patrick BELVAUX – Comité Technique Junior FFAA



★ Ligue Île de France