



# SPORT ET EMPLOYABILITÉ

Les NewGen et le sport, du plaisir  
et des compétences

Janvier 2024

NEWGEN  
TALENT  
CENTRE

SUPPORTED BY

**mazars**

# Avant-propos

Les mérites du sport sur la santé physique et mentale ne sont plus à démontrer mais le sport est devenu aussi un moyen de se développer personnellement et professionnellement.

Sur les réseaux sociaux professionnels se multiplient les publications de cadres et dirigeants qui vantent leurs performances sportives. Ils montrent leur endurance : marathon, trail, cyclisme ou leur agilité: escalade, surf, kite comme autant de compétences utiles dans le cadre professionnel.

Plus de 2600 étudiants en management nous ont détaillé leur pratique sportive, la manière dont le sport a façonné leur personnalité et les compétences qu'il leur a permis de développer.

En imaginant l'entreprise comme un sport d'équipe, ils se sont projetés dans le rôle qu'ils aimeraient occuper.





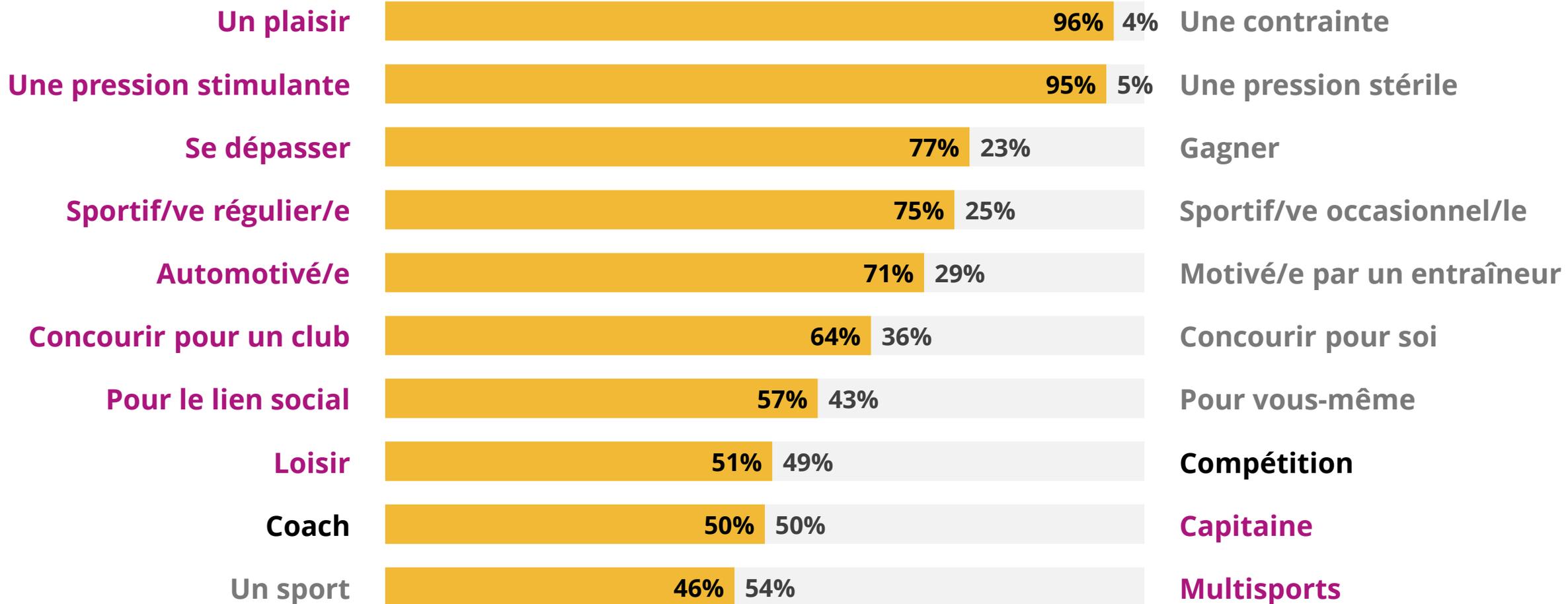
# LA VISION DU SPORT

des jeunes

# LE SPORT, UNE ACTIVITÉ PLAISIR QUE LES JEUNES TROUVENT STIMULANTE ET QU'ILS PRATIQUENT RÉGULIÈREMENT



Q : « Au sein de chaque paire, sélectionnez l'item qui vous correspond le plus. »



# LES FEMMES, PLUS QUE LES HOMMES, ENVISAGENT LE SPORT POUR SE DÉPASSER PLUTÔT QUE POUR GAGNER

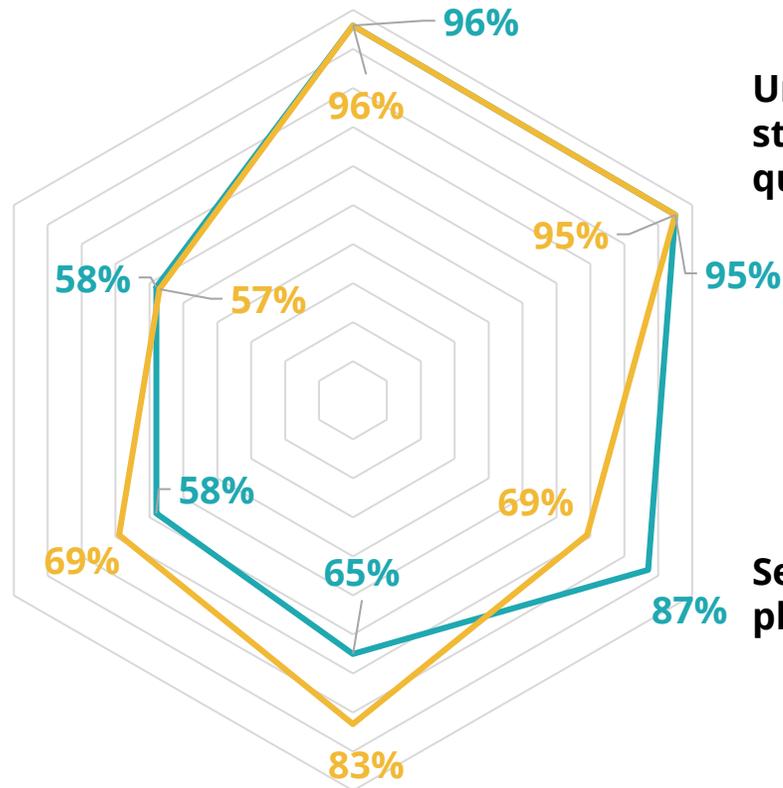
## Un plaisir plutôt qu'une contrainte

Pour le lien social plutôt que pour vous-même

Une pression stimulante plutôt qu'une pression stérile

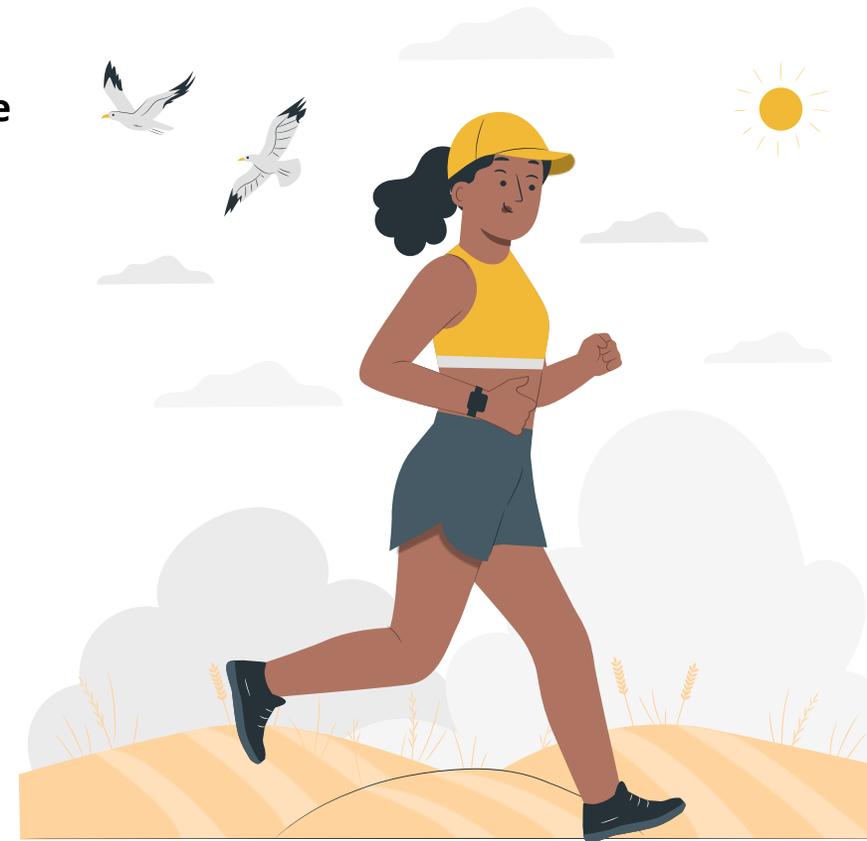
Concourir pour un club plutôt que conquérir pour soi

Se dépasser plutôt que gagner



Sportif régulier plutôt que sportif occasionnel

— Femmes  
— Hommes





# PRATIQUE SPORTIVE et personnalité

# LES SPORTS PRATIQUÉS QUI ONT LE PLUS FAÇONNÉ LEUR PERSONNALITÉ

Q : « Parmi les sports que vous avez pratiqués ou que vous pratiquez, lequel a façonné le plus votre personnalité ? »



Global

- 1 Tennis
- 2 Football
- 3 Danse
- 4 Natation
- 5 Basketball



Femmes

- 1 Danse
- 2 Natation
- 3 Tennis
- 4 Equitation
- 5 Athlétisme

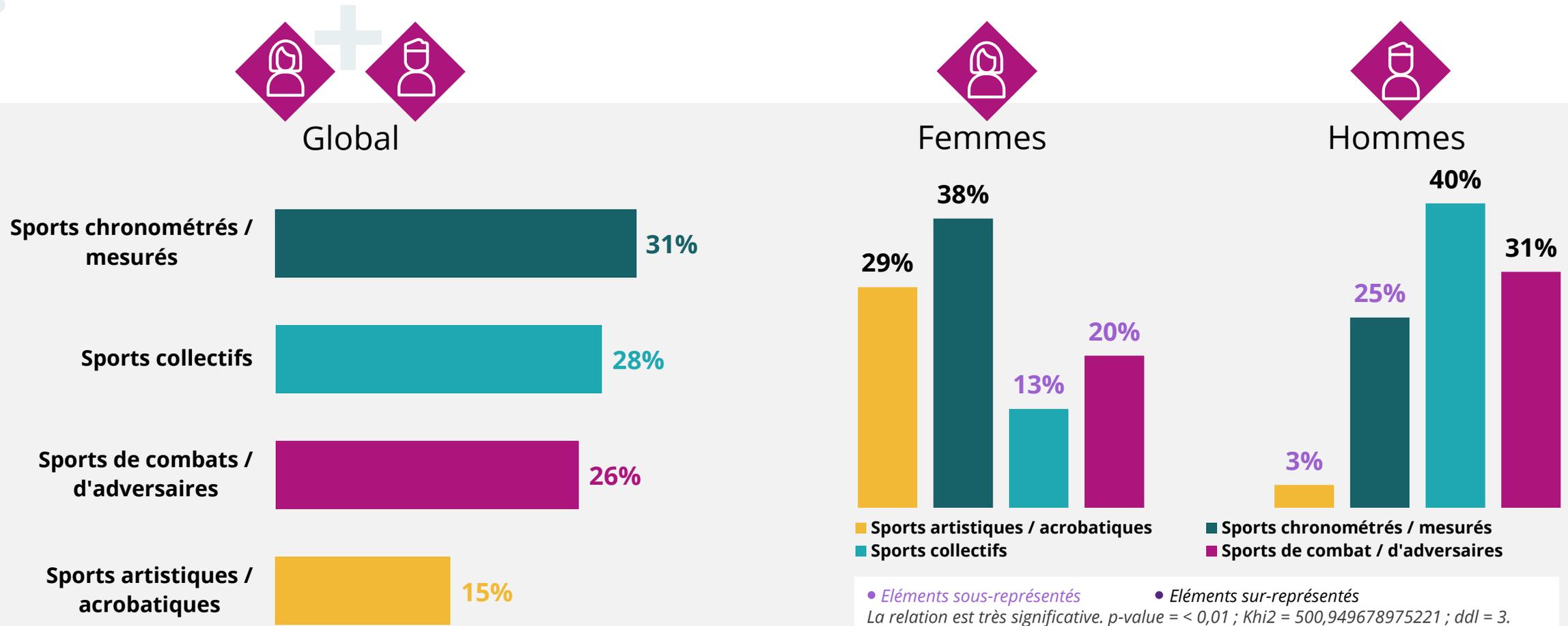


Hommes

- 1 Football
- 2 Tennis
- 3 Basketball
- 4 Rugby
- 5 Natation

# LES SPORTS INDIVIDUELS POUR LES FEMMES ET LES SPORTS DE COMBAT OU COLLECTIFS POUR LES HOMMES FAÇONNENT LA PERSONNALITÉ

Q : « Parmi les sports que vous avez pratiqués ou que vous pratiquez, lequel a façonné le plus votre personnalité ? »



# DES SPORTS QUI ONT FAÇONNÉ LEURS SAVOIR-ÊTRE ET SAVOIR-PENSER

1/2

Q : « De quelle manière et en quoi cette discipline a-t-elle façonné votre personnalité? »

“



L'**esprit d'équipe** retrouvé dans le football m'a appris à savoir défendre mes intérêts personnels tout en œuvrant à **l'accomplissement d'un collectif**. De plus, les notions de dépassement de soi d'un point de vue physique, accompagné à la créativité nécessaire, notamment pour le dribble, m'ont permis d'acquérir des valeurs qui me sont aujourd'hui indispensables.

”

“



Cette discipline m'a énormément aidé à **développer mon sens du travail d'équipe**. Elle a façonné chez moi un côté combatif, engagé et dévoué lorsque que je suis passionné.

”

“



La voile m'a appris à surmonter mes appréhensions mais également à accepter de ne pas tout maîtriser et lâcher prise. Ce sport m'a également appris à **fonctionner en équipe et à penser au nom de mon équipage et pas en mon intérêt propre**.

”

“



La pratique des sports équestres depuis le plus jeune âge en compétition m'a permis de développer chez moi **un esprit combattant, qui n'abandonne jamais face à l'échec et la difficulté, qui a pour principe de toujours aller de l'avant**. Cela a aussi permis le développement d'une grande organisation pour combiner vie sportive, scolaire et sociale.

”

“



Le basketball apprend l'humilité dans le sens où nous ne sommes pas toujours sur le devant de la scène et il faut l'accepter. Par ailleurs, **cela apprend la confiance envers l'autre** qui peut s'avérer différent et pourtant complémentaire.

”

# DES SPORTS QUI ONT FAÇONNÉ LEURS SAVOIR-ÊTRE ET SAVOIR-PENSER

2/2

Q : « De quelle manière et en quoi cette discipline a-t-elle façonné votre personnalité? »

“



Le rôle de capitaine m'a permis de découvrir et de me familiariser avec le leadership, mais avant tout c'est un sport qui ne se pratique pas seul, mais la performance individuelle est cruciale. **J'ai appris à performer tout en faisant équipe.**

“



Le basketball est un sport d'équipe qui m'a permis de réellement apprendre à **créer une cohésion d'équipe et d'être à l'écoute de l'autre.** Aussi, au vu des plusieurs entraînements par semaine et des compétitions qui se tenaient environ une fois par mois, mon assiduité et mon sens de l'engagement se sont davantage développés grâce à cette expérience.

“



Elle m'a permis d'acquérir **une grande persévérance**, une rigueur dans le travail, un goût de l'effort, et une première approche de l'esprit d'équipe. M'a rendue **compétitive et combative**

“



Cette discipline **pousse au dépassement.** Les entraînements peuvent être très physiques, et la satisfaction est réelle lorsqu'ils sont terminés. Mon ressenti est le même lors de passages de concours ou dans le développement de nouveaux projets.

“



L'escalade ainsi que les sports de montagnes m'ont permis de développer des **qualités humaines**, car en montagne **la solidarité est indispensable.**

“



Le handball m'a permis **de m'exprimer de devenir ouverte aux gens** puisque une équipe nécessite une cohésion et une acceptation de l'autre. grâce au handball, l'échec n'était plus associé à la honte et le découragement mais au travail futur et à la progression. **Mon mental est devenu plus confiant et serein face aux défis.**



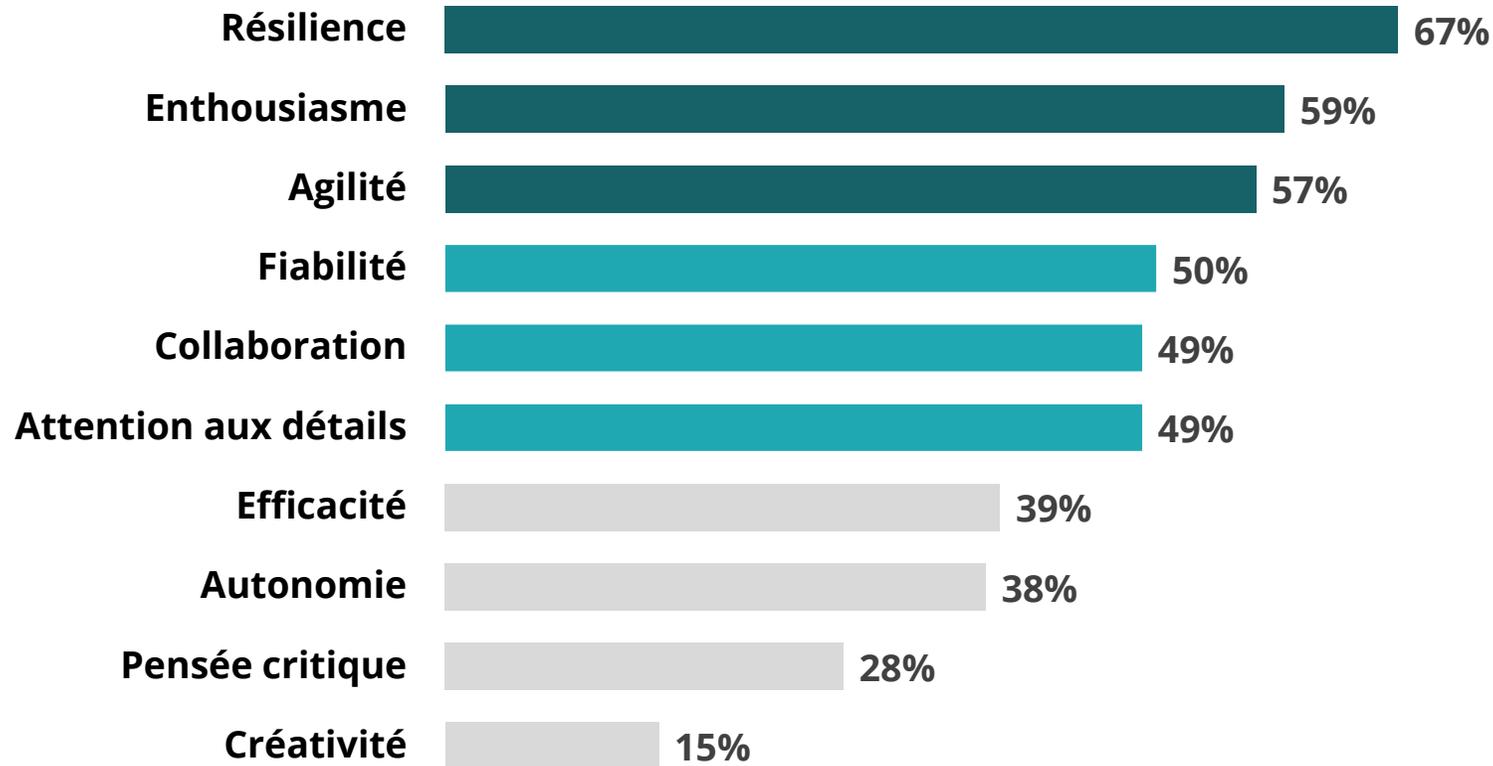
# LES COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

par la pratique du sport

# RÉSILIENCE, ENTHOUSIASME ET AGILITÉ SONT LES QUALITÉS LES PLUS DÉVELOPPÉES PAR LA PRATIQUE DU SPORT

Q : « La pratique de ce sport vous a-t-elle permis de développer ? »

% de « Totalemment »



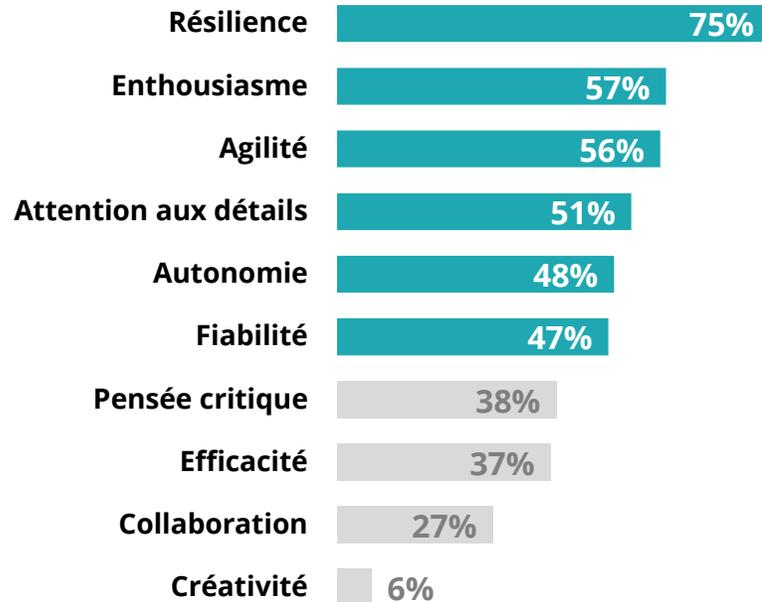
# COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES POUR LES 3 SPORTS AYANT LE PLUS FAÇONNÉ LEUR PERSONNALITÉ

Q : « La pratique de ce sport vous a-t-elle permis de développer ? »

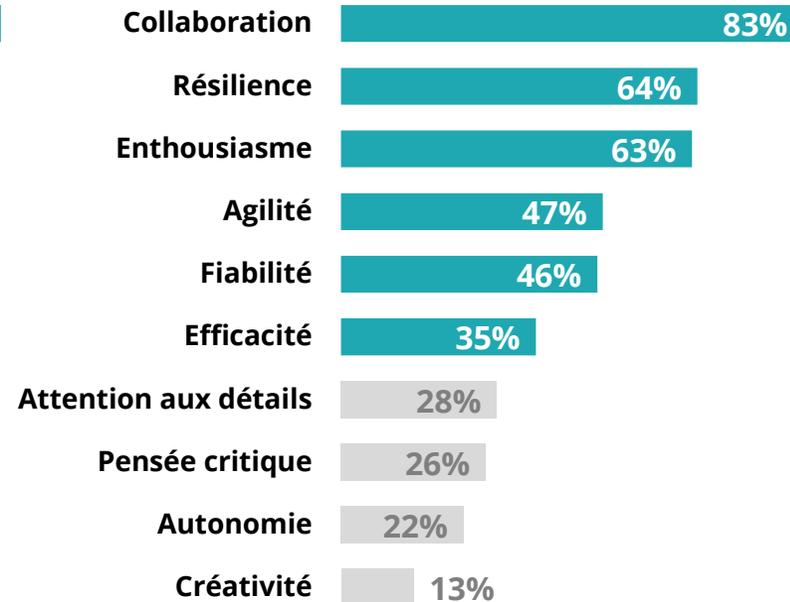
% de « Totalement »



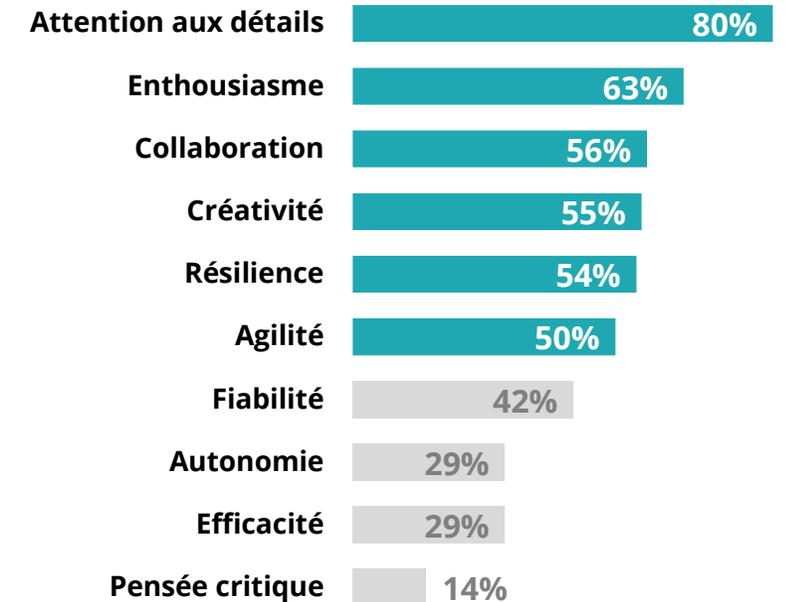
Tennis



Football



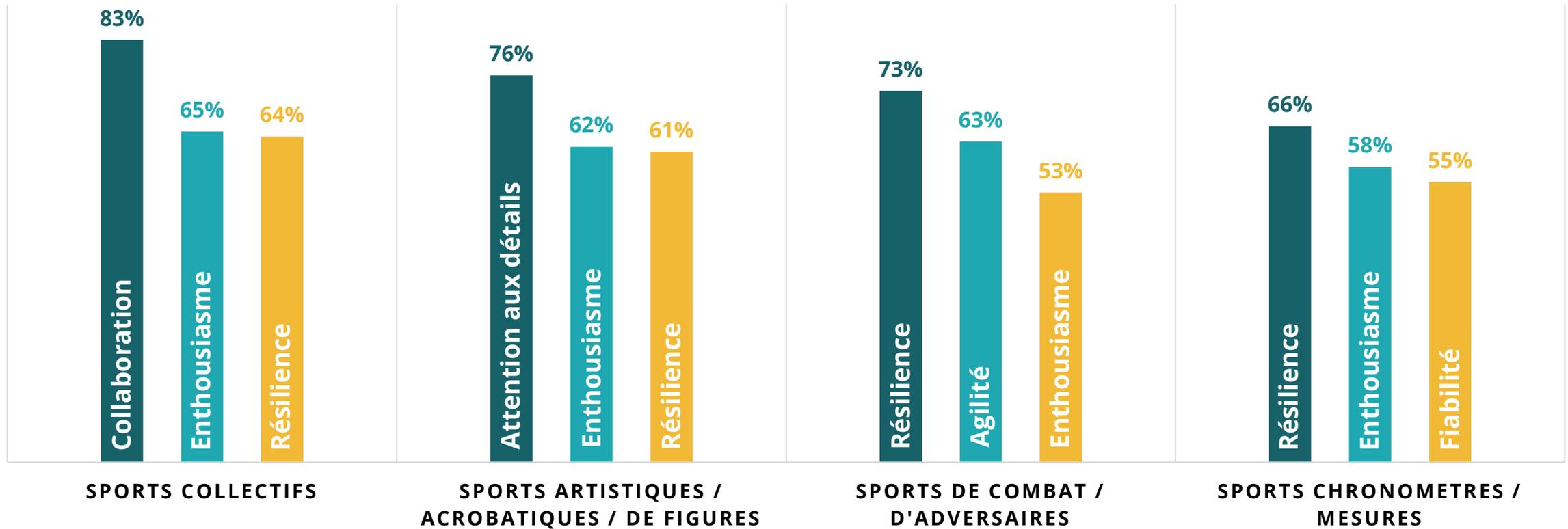
Danse



# CHAQUE TYPE D'ACTIVITÉ SPORTIVE DÉVELOPPE DES COMPÉTENCES PLUS SPÉCIFIQUES

Q : « La pratique de ce sport vous a-t-elle permis de développer ? »

% de « Totalement »



# QUEL TYPE DE SPORT POUR DÉVELOPPER UNE COMPÉTENCE SPÉCIFIQUE ?



## Collaboration



Sports collectifs

## Pensée critique



Sports de combat /  
d'adversaires

## Fiabilité



Sports chronométrés /  
mesurés

## Efficacité



Sports chronométrés /  
mesurés

## Résilience



Sports de combat /  
d'adversaires

## Attention aux détails



Sports artistiques /  
acrobatiques / de figures

## Créativité



Sports artistiques /  
acrobatiques / de figures

## Autonomie



Sports chronométrés /  
mesurés

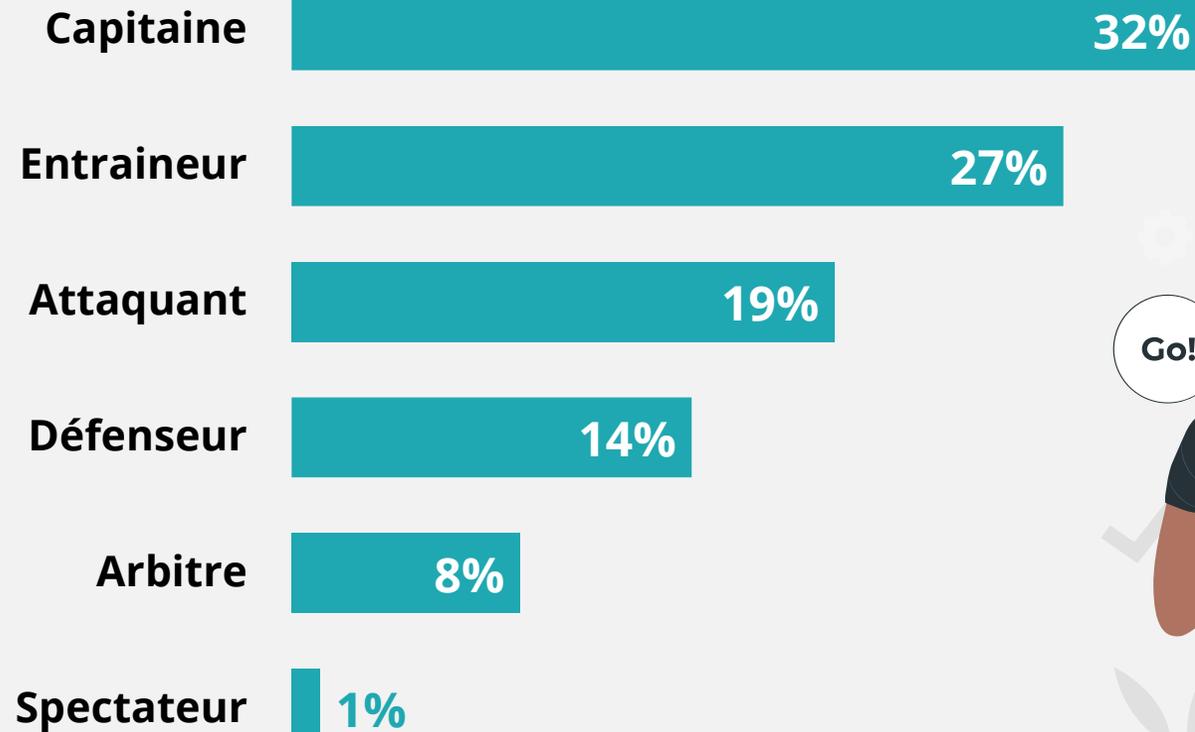




**SI L'ENTREPRISE**  
était un sport d'équipe

# UNE MAJORITÉ DE JEUNES DIPLÔMÉS SE RÊVENT CAPITAINE OU ENTRAINEUR

Q : « Si l'entreprise était un sport d'équipe, vous seriez ? »



# DES NEWGEN AUX PROFILS DIVERSIFIÉS

Q : « De quel profil vous sentez-vous le plus proche ? »



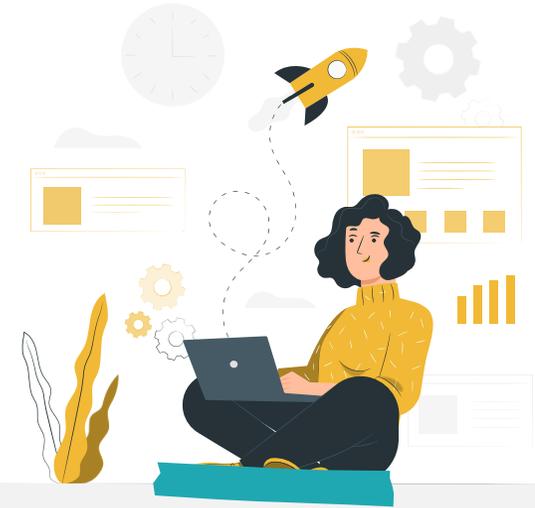
**LE PROFIL COMPÉTITEUR**  
**42%**

Centré(e) sur le développement ambitieux de sa carrière, motivé(e) par la perspective d'un poste de dirigeant, une responsabilité hiérarchique, une rémunération attractive.



**LE PROFIL ENGAGÉ**  
**32%**

Centré(e) sur les enjeux du monde, motivé(e) par l'intérêt général, la culture et les valeurs de l'entreprise, l'utilité de sa mission.



**LE PROFIL INTRA/ENTREPRENEUR**  
**26%**

Centré(e) sur l'envie d'innover, motivé(e) par le challenge, la liberté d'action, l'autonomie dans les missions confiées et la conduite de projets.

Source : Rêves de carrière 2023

# CAPITAINE, UN RÔLE PLUS SOUVENT RECHERCHÉ PAR LES HOMMES ET LES PROFILS D'AMBITION 'COMPÉTITEURS'

*Si l'entreprise était un sport d'équipe, ceux qui choisissent d'être capitaines*

SELON LE GENRE



28%



35%

SELON LE PROFIL D'AMBITION

COMPÉTITEUR  
36%

ENGAGÉ  
28%

INTRA /  
ENTREPRENEUR  
35%

Q : « Quelles caractéristiques associez-vous à ce rôle ? »

“

Je caractérise le rôle de capitaine à **un rôle de leader**, associé à des qualités de proactivité, de dynamisme et d'ambition. Je me caractérise comme tel car **je suis une personne qui aime pousser les autres vers le haut, diriger une équipe afin d'atteindre un objectif commun** et ainsi satisfaire un résultat collectif.

”

“

C'est le capitaine qui oriente l'équipe, qui garde la tête sur les épaules dans les moments difficiles, il **remonte le moral de son équipe** et assume ses responsabilités en toutes circonstances, on peut compter sur lui et c'est un exemple pour les autres. Mais malgré cela il repose entièrement sur son équipe et n'est rien sans eux.

”

“

Capitaine car il a une bonne vision de tous les sujets, il a une **capacité d'écoute** et doit se faire écouter. Selon moi le capitaine est quelqu'un qui doit impliquer son équipe dans les décisions collectives et leur donner envie de travailler pour l'équipe et plus largement pour l'entreprise.

”

# ENTRAINEUR, UN RÔLE PLUS SOUVENT RECHERCHÉ PAR LES FEMMES ET LES PROFILS D'AMBITION 'ENTREPRENEUR'

ENTRAINEUR

*Si l'entreprise était un sport d'équipe, ceux qui choisissent d'être entraîneurs*

SELON LE GENRE



31%



23%

SELON LE PROFIL D'AMBITION

COMPÉTITEUR  
22%

ENGAGÉ  
29%

INTRA /  
ENTREPRENEUR  
30%

Q : « Quelles caractéristiques associez-vous à ce rôle ? »

“ Pour moi l'entraîneur est celui qui est à l'écoute et qui  **motive les équipes**. C'est un poste où il y a de fortes relations humaines qui se créent et c'est quelque chose que je recherche. ”

“  **Donner la possibilité de se dépasser et de donner le meilleur d'eux-mêmes** tout en respectant le bien-être de chacun. ”

“ C'est à l'entraîneur que revient la responsabilité de l'échec mais surtout  **la mission de rebondir et de se relancer** après ce dernier. ”

“ L'entraîneur a un esprit critique, il  **analyse le jeu de ses joueurs et des joueurs adverses**.  **L'entraîneur est stratège**. Il agit en tant que manager et gère son équipe. L'entraîneur partage de nombreuses caractéristiques avec l'entrepreneur. ”

# ATTAQUANT, UN RÔLE PLUS SOUVENT RECHERCHÉ PAR LES HOMMES ET LES PROFILS D'AMBITION 'COMPÉTITEURS'

**Si l'entreprise était un sport d'équipe, ceux qui choisissent d'être attaquants**

SELON LE GENRE



17%



21%

SELON LE PROFIL D'AMBITION

COMPÉTITEUR  
23%

ENGAGÉ  
16%

INTRA /  
ENTREPRENEUR  
19%

Q : « Quelles caractéristiques associez-vous à ce rôle ? »

“ Je m'associerais au rôle d'attaquant car je pense être quelqu'un qui souhaite **toujours aller de l'avant peu importe l'adversité et les difficultés rencontrées** par l'équipe sur le chemin. ”

“ Être sur le front et pouvoir être un pionnier de mon entreprise et ayant un réel proactif pour cela. Cela permettra de tirer vers le haut l'entreprise et par cascade la société. ”

“ L'attaquant est **celui qui permet de gagner, de transformer l'effort de groupe en succès**. Il peut échouer mais doit sans cesse se dépasser pour rester à la hauteur de ses propres attentes et des ambitions de ses coéquipiers. ”

“ Je dirai qu'il s'agit là d'un rôle important car **il concrétise tout un travail d'équipe en amont**. Un bon attaquant doit avoir un esprit d'analyse, de réactivité et **d'équipe**. ”

# DÉFENSEUR, UN RÔLE PLUS SOUVENT RECHERCHÉ PAR LES HOMMES ET LES PROFILS D'AMBITION 'ENGAGÉS'

## DÉFENSEUR

*Si l'entreprise était un sport d'équipe, ceux qui choisissent d'être défenseurs*

### SELON LE GENRE



11%



16%

### SELON LE PROFIL D'AMBITION

COMPÉTITEUR  
12%

ENGAGÉ  
16%

INTRA /  
ENTREPRENEUR  
11%

Q : « Quelles caractéristiques associez-vous à ce rôle ? »

“ C'est un poste sur qui on doit pouvoir compter, dont le **rôle est à la fois fondamental mais n'est remarqué que lorsque l'entreprise est en danger.** ”

“ J'aime aller de l'avant mais **je ne suis pas particulièrement sous les feux des projecteurs** comme le serait un attaquant. Je sécurise les arrières et supporte mon équipe en leur fournissant les passes nécessaires pour conclure l'action. ”

“ Le défenseur est la clé de voûte d'une équipe dans un sport d'équipe. Si effectivement, **il agit plus dans l'ombre**, analyse les stratégies adverses lorsque son équipe est en position d'attaque, il est capable de renverser par cette mise à distance le cours d'une partie en s'adaptant efficacement. ”

“ C'est **l'humilité** et l'utilité qui me plaisent dans ce rôle et aussi le maintien de la cohésion. ”

# ARBITRE, UN RÔLE PLUS SOUVENT RECHERCHÉ PAR LES FEMMES ET LES PROFILS D'AMBITION 'ENGAGÉS'

## ARBITRE

Si l'entreprise était un sport d'équipe, ceux qui choisissent d'être arbitres

### SELON LE GENRE



12%



5%

### SELON LE PROFIL D'AMBITION

COMPÉTITEUR  
7%

ENGAGÉ  
10%

INTRA /  
ENTREPRENEUR  
6%

Q : « Quelles caractéristiques associez-vous à ce rôle ? »

“

L'arbitre est la personne qui va **modérer les conflits, chercher à concilier les intérêts de tous**. L'arbitre est cette personne qui va avoir la voix de la sagesse, qui va veiller au respect des règles du jeu.

”

“

L'arbitre **surveille que tout est en ordre et bien fait**, c'est lui qui **encadre le jeu** et qui prend les décisions à la fin. Il est d'une certaine façon celui qui permet que **les choses se déroulent de la façon la plus optimale possible**.

”

“

J'aime avoir du recul et **considérer les événements avec objectivité**. L'arbitre est **impartial et incarne une forme de justice** : je souhaite permettre une **réelle égalité** et sécurité dans l'entreprise, indépendamment des profils individuels.

”

“

Je pense que l'arbitre cherche toujours **la solution la plus juste et qui conviendra à tous**. Il me semble également important de mettre en avant le fait que l'arbitre doit trancher, ce que je trouve indispensable dans un travail de groupe.

”

# Méthodologie

Cette étude a été réalisée sur la base des résultats d'une enquête annuelle par questionnaire auprès d'étudiants de grandes écoles de management.

PROFIL DES RÉPONDANTS :

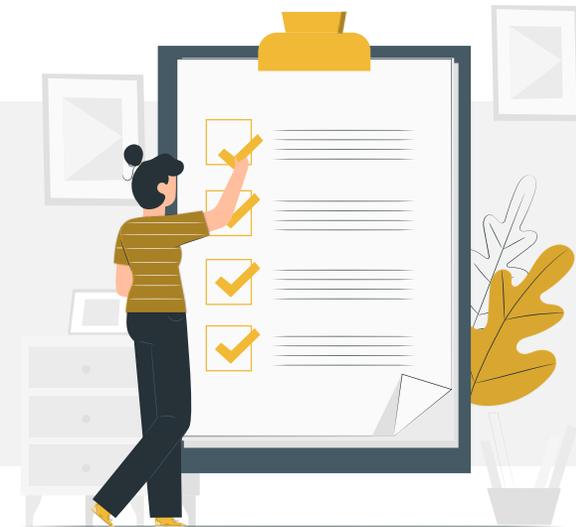
**2 616**  
répondants



45%



55%



LES SPORTS SONT REGROUPÉS PAR CATÉGORIE  
SELON LA FAÇON DE LES PRATIQUER :

- ◆ En équipe pour les sports collectifs (football, basketball, rugby, ...)
- ◆ À deux ou en double face à face pour les sports de combats / d'adversaires (tennis, judo, escrime, ...)
- ◆ Individuellement et évalués sur une mesure physique (temps, distance, etc.) pour les sports chronométrés / mesurés (natation, athlétisme, tir à l'arc, ...)
- ◆ Individuellement et notés par un jury pour les sports artistiques / acrobatiques / de figures (danse, patinage artistique, plongeon, ...)

## À PROPOS DU NEWGEN TALENT CENTRE

Créé en mai 2013 sous la direction de Manuelle Malot, le NewGen Talent Centre est le centre d'expertise de l'EDHEC sur les aspirations, comportements et compétences des nouvelles générations de diplômés. Ce qui a motivé la création du centre par l'EDHEC est la conviction de l'impact positif des jeunes générations sur les transformations du monde.

Le NewGen Talent Centre s'appuie sur son expérience et son réseau de partenaires pour répondre aux problématiques d'attraction, de fidélisation et d'engagement des entreprises.

### L'ÉQUIPE DE L'EDHEC NEWGEN TALENT CENTRE

**MANUELLE  
MALOT**

Directrice Carrières et  
NewGen Talent Centre

**GENEVIÈVE  
HOURIET SEGARD**

Directrice adjointe NewGen  
Talent Centre  
Ingénieur de recherche

**LAURANNE  
LIGNEREUX**

Chargée d'études

**Pour en savoir plus sur nos études ou nous contacter :**  
**[Visiter le site de l'EDHEC NewGen Talent Centre](#)**

**LILLE**

24 avenue Gustave Delory - CS 50411  
59057 Roubaix Cedex 1 - France  
Tel: + 33 (0)3 20 15 45 00  
Fax: + 33 (0)3 20 15 45 01

**NICE**

393 promenade des Anglais - BP 3116  
06202 Nice Cedex 3 - France  
Tel: + 33 (0)4 93 18 99 66  
Fax: + 33 (0)4 93 83 08 10

**LONDRES**

10 Fleet Place, Ludgate  
London EC4M 7RB - United Kingdom  
Tel: + 44 (0)207 871 67 40  
Fax: + 44 (0)207 248 22 09

**SINGAPOUR**

1 George Street  
#07-02 Singapore 049145  
Tel: + 65 (0)6438 0030  
Fax: + 65 (0)6438 9891

**PARIS**

16-18 rue du 4 septembre  
75002 Paris - France  
Tel: + 33 (0)1 53 32 76 30  
Fax: + 33 (0)1 53 32 76 31

