



Témoignage

Mots AMANDINE GROSSE
Photos STANISLAS LIBAN

Une mère haut niveau

La sprinteuse française *Stella Akakpo* conjugue depuis six mois son rôle de mère et son quotidien de championne d'athlétisme en route pour les Jeux olympiques.

Tour de piste d'une sportive engagée, traversée par le corps réinventé et l'incontournable envie de transmettre ses valeurs.

Photo : Stanislas Liban



Photo : Stanislas Liban

Faire un enfant quand le corps est au service d'un sport à haut niveau, comment l'envisage-t-on ? Pour la championne d'athlétisme Stella Akakpo, maman d'un petit garçon de 6 mois, donner naissance impliquait une reconstruction du corps et une mise à niveau de l'esprit. Devenir mère fait aussi émerger des questionnements et des défis éducatifs : *« En tant que sportive de haut niveau, on est obligée de s'interroger sur sa maternité et son impact sur son parcours. On se demande comment la nouvelle sera reçue, si on va pouvoir revenir à son niveau et comment on sera accompagné. »* Même si, depuis plusieurs années, conjuguer compétition et maternité se démocratise, le chemin est encore long pour ces sportives dont le corps est un outil de travail. *« On a encore besoin de représentations féminines pour savoir que c'est possible d'être mère et de s'épanouir par ailleurs dans son sport. »* J'interroge Stella sur sa manière de composer avec sa vie professionnelle et ses aspirations personnelles : *« Avant d'être des athlètes, nous sommes des femmes, avec toute la complexité et toute la beauté que cela comporte. Et la maternité en fait partie. »* À l'âge de 29 ans, lorsqu'elle était enceinte, la sportive s'est naturellement retirée des pistes d'athlétisme. *« J'ai pu me concentrer sur ma grossesse. Le retour fut une autre paire de manches ! Mon fils est né par césarienne. J'ai dû mettre en place un plan d'action entre repos et rééducation abdominale. Il m'arrivait de venir avec mon fils aux séances avec le kiné. Il y a dix ans, amener son*

bébé en salle de rééducation aurait peut-être posé un problème. Alors que tout est possible, c'est juste de l'adaptation. » Nous partageons avec l'athlète l'idée concrète qu'un accouchement, et en particulier une césarienne, traumatise le corps pour un temps et laisse des stigmates. Comment parvient-elle à se fixer des objectifs aussi hauts que les Jeux olympiques ? *« On ne se rend pas compte à quel point la césarienne peut avoir un impact considérable psychologiquement et physiquement sur le corps des femmes. Personnellement, je l'ai bien vécue car j'ai été très entourée. Cela fait partie de mon histoire et de celle de mon fils. Mais une césarienne implique de suturer les abdos bas. Or, pour courir, ils sont essentiels. Il y a eu un gros travail de fond à faire, ponctué de beaucoup de patience. »* À la rééducation s'ajoutent une fatigue physique et un bouleversement émotionnel inhérents à l'arrivée d'un enfant. *« Je suis restée au repos un mois et demi. Pour une sportive comme moi, qui s'entraîne deux fois par jour depuis quinze ans, c'est déjà pas mal ! J'ai appréhendé la rencontre avec mon fils et ma maternité sans pression. C'était la clé pour composer avec mon rôle de mère, de femme et d'athlète. »*

« Je crois en l'éducation qui a du sens et de laquelle découlent naturellement l'égalité et le respect entre les sexes. »

On le sait, l'arrivée d'un enfant peut bouleverser les perspectives et les priorités. Je demande à Stella si devenir mère a changé son rapport au sport et à la compétition. *« Avoir un enfant est une source de motivation mais cela a surtout modifié mon approche des choses. Je m'engage dans ma dernière année de sportive de haut de niveau. Après les JO, je m'arrête. J'appréhende cette nouvelle étape de ma vie avec beaucoup de sérénité depuis que mon fils est là. J'ai le sentiment que je n'ai rien à prouver. Ce n'est que du bonus. Je suis plus confiante. »* À travers son média d'influence féminin libre et engagé We Are Greaat, l'athlète met en avant les femmes, leurs singularités et leur force. Accueillir un fils la questionne-t-elle sur l'éducation qu'elle souhaite lui donner ? *« J'ai réalisé mon documentaire sur les représentations féminines dans la société en étant enceinte. Isaiah a certainement ressenti toutes ces énergies. C'est important que mon fils garde une trace et soit conscient des actions que je mène. En revanche, je ne pense pas lui apporter une éducation féministe en tant que telle. Je crois en l'éducation qui a du sens et de laquelle découlent naturellement l'égalité et le respect entre les sexes. Je serai intransigeante vis-à-vis de la tolérance envers les autres, qu'il s'agisse d'une femme ou d'un homme. Je veux qu'il s'imprègne de tout ce que j'ai pu faire. Mon objectif est d'élever une bonne personne. Ma mère fut un modèle par sa force de caractère, sans pour autant être ouvertement féministe. »*

« En tant que sportive de haut niveau, on est obligée de s'interroger sur sa maternité et son impact sur son parcours. »



« Avant, je n'avais comme objectif que les médailles. Depuis quelque temps, je me répète une chose : apprécie le cheminement. »

Quand on dédie autant sa vie au sport, distille-t-on immanquablement les valeurs et la philosophie de sa discipline à son enfant ? *« Indéniablement ! Je fais déjà beaucoup de motricité avec Isaiah. Je sais que, dans tous les cas, mon fils fera du sport, pas pour être un champion, ce sera son choix, mais pour être en bonne santé et pour se nourrir des valeurs qui ont forgé ses parents (son papa est judoka). Avant d'être championne d'Europe, avant de vouloir faire les JO, j'ai porté un maillot, j'ai représenté un club et des valeurs de persévérance, de goût de l'effort et de tolérance. En pratiquant l'athlétisme, j'ai côtoyé au quotidien de multiples religions, différentes couleurs de peau mais surtout des corps variés et singuliers. Dans cette école de vie incroyable, on apprend la tolérance et l'inclusivité très jeune. »* Je ne suis pas surprise de constater que la jeune femme s'implique par ailleurs dans la promotion des valeurs du sport à l'école : *« Lors de mes interventions dans les établissements, j'ai constaté qu'en vingt ans, la place de l'activité sportive a régressé. Il y a peu de sensibilisation. La culture du sport est quasi inexistante en France. »* N'y aurait-il pas aussi une carence au sein des foyers qui privilégient les stimulations intellectuelles au déploiement

Photos : Stanislas Liban



physique des enfants ? *« Oui, exactement. Le goût de l'activité au contact de l'environnement se perd au profit d'une sédentarité omniprésente. Or, l'activité peut passer par une pratique simple du yoga pour apaiser son enfant en fin de journée, faire une balade en rollers dans son quartier, aller au skatepark en famille, sans Internet, sans téléphone. Le mouvement est si naturel chez l'enfant qu'il ne faut pas le négliger. Et le Covid n'a pas aidé. »* Dans les valeurs du sport, il y a le dépassement qui passe notamment par la compétition. Une donnée perçue de manière négative dans notre société et, de ce fait, peu exploitée à l'école. Je demande à Stella en quoi la compétition, au sens sportif, peut être salvatrice. *« Il faut le rappeler, la compétition se joue d'abord avec soi-même. On vient se prouver que l'on peut se dépasser et s'améliorer. Quand je fais un sprint, la compétition a lieu d'un point A à un point B, basta. Avant, je n'avais comme objectif que les médailles. Depuis quelque temps, je me répète une chose : apprécie le cheminement. Si on ne se concentre que sur l'arrivée, on passe à côté des très belles choses positives, et on ne tire pas d'enseignement des "défaites". Or, perdre nous apprend souvent plus que la victoire. Vouloir être meilleur que la veille, il n'y rien de mieux. Identifier ce qu'on a mis en place pour atteindre ses objectifs vaut de l'or. Quand mon enfant tombera, comment fera-t-il pour se relever ? »* On ne doute pas que Stella Akakpo l'aidera à trouver ses propres clés. ●