

Nom : Prénom : Date du jour

QUESTIONNAIRE PSYCHOLOGIQUE (*)

1- Objectifs sportifs de la dernière saison ?

2- Résultats sportifs de la dernière saison ?

3- Votre saison a-t-elle été conforme à vos objectifs ? OUI NON

Commentaire :

4- Que reprenez-vous de votre saison ?

- Bons résultats résultats moyens mauvais résultats
 Saison irrégulière Méforme Blessure

5- A quoi attribuez-vous :

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Vos performances, | <input type="checkbox"/> Vos contre-performances |
| <input type="checkbox"/> Mentales <input type="checkbox"/> Physiques | <input type="checkbox"/> Mentales <input type="checkbox"/> Physiques |
| <input type="checkbox"/> Techniques <input type="checkbox"/> Tactiques | <input type="checkbox"/> Techniques <input type="checkbox"/> Tactiques |
| <input type="checkbox"/> Entourage <input type="checkbox"/> Autres : | <input type="checkbox"/> Entourages <input type="checkbox"/> Autre : |

6- Avez-vous remarqué des différences de performances entre entraînement et compétition ?

- OUI NON

7- Pour quelles raisons pratiquez-vous votre sport ?

- Performance, Habitude Argent Rencontre avec les gens,
 Sensations, Plaisir Reconnaissance personnelle,
 Amélioration de l'apparence physique Action sur le poids (en prendre ou en perdre)
 Autre : _____

8- Arrivez-vous à organiser votre temps ? (Mettre une croix sur la ligne au niveau vous convenant)

Plutôt bien _____ Plutôt mal

9- Comment votre famille s'investit dans votre pratique sportive ?

Pas du tout _____ Trop

10- Les relations avec votre entraîneur sont :

Très bonne _____ Très mauvaise

11- Quelles sont les relations avec votre groupe d'entraînement ?

Très bonne _____ Très mauvaise

12- Êtes-vous sujet au stress ?

- En compétition, A l'entraînement A l'école
 Au travail / vie professionnelle Dans vos relations

13- Arrivez-vous à gérer ce stress ? OUI NON PAS TOUJOURS

14- Imaginez que vous êtes obligés d'arrêter votre pratique sportive (blessures, méforme...) :

- Vous essayez coûte que coûte de continuer votre entraînement
 Vous travaillez plus
 Vous déprimez
 Vous en profitez pour faire une activité de loisirs
 Vous en profitez pour réaliser d'autres activités relationnelles
 Autre : _____

15- Souhaitez-vous rencontrer un(e) psychologue du sport ? OUI NON