

## FICHES PRATIQUES EDUCATEUR / PREPARATION MENTALE

### EXERCICES A FAIRE REALISER AUX ATHLETES

#### FICHE 6 : LA RELATION EDUCATEUR/CYCLISTE

##### Relation de proximité, complémentarité, et d'engagement

*Validation française : Jowett, S., Nicolas, M., & Yang, S. (2017). Unravelling the links between coach behaviours and coach-athlete relationships. European Journal of Sports & Exercise Science, 5(3), 10-19*

Ce questionnaire évalue la qualité relationnelle de vous *éducateur* avec votre athlète. Indiquez à quel point chacun des énoncés représente la qualité de votre relation avec votre *éducateur*. L'athlète et l'éducateur peuvent répondre chacun de séparément.

**Plus votre score est élevé, meilleure est la qualité de votre relation**

**Proximité (affectif) : n° 2, 5, 8, 10.** (« j'apprécie mon éducateur »), si votre moyenne est inférieure à 4, aller relire les stratégies sur la Proximité.

**Complémentarité (comportement) : n° 3, 6, 11.** (« j'apprécie les efforts de mon éducateur »), si votre moyenne est inférieure à 4, allez relire les stratégies sur la Complémentarité.

**Engagement (cognitif) : n° 1, 4, 7, 9.** (« je me sens engagé-e avec mon éducateur »), si votre moyenne est inférieure à 4, allez relire les stratégies sur l'Engagement.

	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Très souvent	Toujours
1. Je me sens proche de mon athlète/entraîneur éducateur	1	2	3	4	5	6
2. J'apprécie mon athlète/ éducateur	1	2	3	4	5	6
3. Je me sens à l'aise avec mon athlète/ éducateur	1	2	3	4	5	6
4. Je me sens engagé avec mon athlète/ éducateur.	1	2	3	4	5	6
5. J'ai confiance en mon athlète/ éducateur	1	2	3	4	5	6
6. J'apprécie les efforts de mon athlète/ éducateur	1	2	3	4	5	6
7. Je sens que la carrière sportive de mon athlète est prometteuse / Je sens que ma carrière sportive avec mon éducateur est prometteuse.	1	2	3	4	5	6
8. J'éprouve du respect envers mon éducateur	1	2	3	4	5	6
9. Je sens que mon éducateur et moi sommes mutuellement engagés dans la poursuite de buts communs.	1	2	3	4	5	6
10. J'apprécie les sacrifices fait par mon athlète / éducateur afin d'améliorer sa performance.	1	2	3	4	5	6
11. J'adopte une attitude amicale avec mon athlète/ éducateur	1	2	3	4	5	6