**Evaluation de la motivation à la réussite**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Nom : | | | |
| Prénom : | | | |
| Sexe : | | Date de naissance : | |
| Lieu : | | Date : | |

Ce questionnaire consiste en une série d'énoncés. Décidez chaque fois à quel point l'énoncé s'applique à vous et cochez la réponse appropriée. Les réponses se situent entre "ne me concerne pas du tout" et "s'applique exactement à moi".

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses dans ce questionnaire. Mais il s'agit de faire une déclaration aussi précise que possible de votre point de vue. Notez les points suivants :

- Evaluez l'énoncé en fonction de différentes situations : à la fois en entraînement et en compétition.
- Ne restez pas trop longtemps avec une question. Généralement le réponse la plus spontanée est la meilleure.

**Questionnaire pour « Tendance comportementale motivationnelle »**
**(Espoir de succès ou peur de l'échec ?)**

| | | 1<br>Ne me concerne pas du tout | 2<br>Me concerne en partie (seulement partiellement) | 3<br>Me concerne (en bonne partie) | 4<br>Me concerne totalement |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | J'apprecie d'essayer des sports, qui sont un peu difficiles pour moi. | o | o | o | o |
| 2 | J'aime les situations de sport où je réalise à quel point je suis bon. | o | o | o | o |
| 3 | Si dans le sport je ne réussis pas tout de suite une tâche, je deviens incertain ou inquiet. | o | o | o | o |
| 4 | Dans le sport, les exercices qui sont un peu difficiles à résoudre sont ce qui me motivent. | o | o | o | o |
| 5 | Faire du sport, je n'aime pas ça si je ne suis pas sûr de pouvoir le faire. | o | o | o | o |
| 6 | Les exercices de sport, qui exigent des performances élevées et sont quelque peu difficiles, m'inquiètent. | o | o | o | o |
| 7 | Je suis entraîné dans des situations sportives où je peux tester mes compétences. | o | o | o | o |
| 8 | Dans les défis sportifs auxquels je crois que je peux les faire, j'ai souvent peur de ne pas y arriver. | o | o | o | o |
| 9 | Dans le sport, j'aime être mis devant une tâche un peu difficile. | o | o | o | o |
| 10 | Dans le sport, je suis inquiet de faire quelque chose si je ne suis pas sûr de pouvoir le faire. | o | o | o | o |

**Questionnaire sur « Orientation de l'objectif »**

**(s'améliorer ou être meilleur que les autres ?)**

| | | 1<br>Ne me concerne pas du tout | 2<br>Me concerne en partie (seulement partiellement) | 3<br>Me concerne (en bonne partie) | 4<br>Me concerne totalement |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Il est important pour moi de montrer que je suis meilleur que les autres. | o | o | o | o |
| 2 | Je compare mes réalisations principalement avec les réalisations des autres. | o | o | o | o |
| 3 | Il est important pour moi d'essayer quelque chose encore et encore, même si je fais des erreurs. | o | o | o | o |
| 4 | Il est important pour moi de faire mieux que les autres. | o | o | o | o |
| 5 | Il est important pour moi de toujours améliorer mes compétences. | o | o | o | o |
| 6 | Je regarde surtout si je suis meilleur que les autres. | o | o | o | o |
| 7 | C'est important pour moi de continuer à m'améliorer et à progresser. | o | o | o | o |
| 8 | Je fais toujours de mon mieux. | o | o | o | o |
| 9 | Si j'ai appris de nouvelles choses, j'aimerais en apprendre davantage. | o | o | o | o |