

1

*Je laisse mon enfant choisir son sport.
(Je l'incite même à en pratiquer plusieurs)*

2

J'encourage toujours mon enfant quels que soient ses résultats.

3

Je laisse (j'aide) mon enfant prendre ses décisions et faire ses propres choix sans les juger.

4

*Je m'intéresse à son sport en assistant à ses compétitions.
(sans intervenir pendant qu'il joue)*

5

Je valorise ses efforts et son comportement, pas son talent ou ses résultats!

6

*J'écoute avec bienveillance quand il s'exprime, surtout sur ce qu'il ressent.
(J'accepte ce qu'il dit)*

7

*J'émet toujours des critiques constructives.
(Et je lui demande son point de vue)*

8

*J'utilise un langage verbal et corporel positif. Je remplace les mots tels que:
"Echec" par "Expérience"
"Défaite" par "Résultat"
« point faible » par « point à améliorer »...*

9

*Je n'interfère pas avec le travail du coach.
(Je m'abstiens d'entraîner ou coacher techniquement ou tactiquement)*

10

J'attache de l'intérêt à son processus d'apprentissage, et non aux résultats.

11

Je n'oublie pas que mon enfant n'est ni un adulte ni un champion miniature, et encore moins un "mini moi".

12

*Je n'oublie pas que je suis (dois) être un exemple pour lui, donc je suis exemplaire sur les valeurs sportives.
(respect, fairplay)*