

IDENTITÉ

- Mon enfant a des sources de confiance en dehors du sport.
- Tout tourne beaucoup autour du sport.
- Sa valeur personnelle semble directement liée à ses performances.

RYTHME

- Il dort, travaille, pratique son sport et garde une vie sociale satisfaisante.
- Son emploi du temps devient très chargé.
- Le sport empiète régulièrement sur sommeil, école, famille ou récupération.

MOTIVATION

- Il parle encore du sport avec envie/plaisir.
- Il semble parfois lassé.
- Il ne manifeste plus de plaisir et semble pratiquer essentiellement par obligation.

ÉTAT

- Il récupère et semble globalement bien.
- Certains signaux changent.
- Fatigue persistante, douleurs, anxiété, changement important de comportement → on cherche de l'aide adaptée.

AUTONOMIE

- Il commence à prendre en charge certaines choses seul.
- J'interviens encore beaucoup.
- Je gère quasiment tout à sa place.