

FEEDBACK PERSONNEL

**Auto diagnostic d'après match/compétition : le soir, quelques heures après
En complément du SEI le soir.**

ÉMOTIONS	👍	CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause	👎	CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause	Ce que je mets en place



Pour ce match, je suis Je me félicite et je garde (au présent)

Pour ce match, je suis... . Je ne contrôle pas la cause ou Je me promets de faire mieux le prochain match... (au présent)

RESSENTI	👍	CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause	👎	CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause	Ce que je mets en place



Pour ce match, je suis Je me félicite et je garde (au présent)

Pour ce match, je suis... . Je ne contrôle pas la cause ou Je me promets de faire mieux le prochain match... (au présent)

PHYSIQUE		CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause		CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause	Ce que je mets en place

Pour ce match, je suis Je me félicite et je garde (au présent)

Pour ce match, je suis... . Je ne contrôle pas la cause ou Je me promets de faire mieux le prochain match... (au présent)

TECHNIQUE		CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause		CAUSE	Contrôle / Contrôle pas la cause	Ce que je mets en place

Pour ce match, je suis Je me félicite et je garde (au présent)

Pour ce match, je suis... . Je ne contrôle pas la cause ou Je me promets de faire mieux le prochain match... (au présent)