

DELIBERATION PORTANT MODIFICATION DU DIPLOME D'UNIVERSITE PREPARATION MENTALE  
PORTE PAR L'UFR STAPS

LE CONSEIL DE LA FORMATION ET DE LA VIE UNIVERSITAIRE DE L'UNIVERSITE CLERMONT AUVERGNE, EN SA SEANCE  
DU MARDI 23 MAI 2023,

Vu le code de l'éducation ;

Vu le décret n°2020-1527 du 7 décembre 2020 portant création de l'Etablissement Public Expérimental Université  
Clermont Auvergne (EPE UCA) ;

Vu les statuts de l'Université Clermont Auvergne, notamment les articles 26 à 28 ;

Vu le règlement Intérieur de l'Université Clermont Auvergne ;

Vu la délibération du conseil d'administration du 16 mars 2021 portant élection du Président de l'université, Mathias  
BERNARD ;

Vu le quorum atteint en début de séance ;

Vu la présentation de Françoise PEYRARD, Vice-Présidente en charge de la Formation ;

Après en avoir délibéré ;

**DECIDE**

de modifier le Diplôme d'Université « Préparation mentale » porté par l'UFR STAPS, tel que présenté en annexe.

Membres en exercice : 43

Votes : 31

Pour : 28

Contre : 3

Abstentions : 0

**Le Président de l'Université  
Clermont Auvergne,**

**Mathias BERNARD**

CLASSÉ AU REGISTRE DES ACTES SOUS LA RÉFÉRENCE : CFVU UCA DELIBERATION  
2023-05-23-10

TRANSMIS AU RECTEUR :

PUBLIÉ LE :

**Modalités de recours :** En application de l'article R421-1 du code de justice  
administrative, le Tribunal Administratif de Clermont-Ferrand peut être saisi par  
voie de recours formé contre les actes réglementaires dans les deux mois à  
partir du jour de leur publication et de leur transmission au Recteur.



## **DOSSIER DE VALIDATION DU-DIU Volet pédagogique**

# **DU Préparation mentale - Intervention et aide à la performance**

**- modification -**

UFR de rattachement : UFR STAPS  
Etablissements partenaires : /  
Responsable du diplôme : Simon BOYER  
Validation à compter du : 23 mai 2023  
Validation accordée jusqu'à fin : 2025-2026  
Délibération CFVU N° 2023-05-23\_10

## A - Présentation du projet

### I – Contexte général – Objectifs de la formation

#### *Contexte historique*

Le 26 septembre 2017, à la suite de l'attribution des Jeux Olympiques et Paralympiques de 2024 à Paris, la Ministre des sports confie à Claude Onesta une "Mission d'étude pour la haute performance sportive" afin d'explorer l'ensemble des champs permettant de célébrer les victoires françaises de 2024. Dans ce rapport il est précisé (p 14) que « La préparation mentale, comme le domaine des sciences humaines et sociales, sont insuffisamment explorés par les sportifs français alors que l'on connaît l'ascendant psychologique dont bénéficient des nations qui l'utilisent depuis plusieurs décennies ». L'UFR STAPS de Clermont-Ferrand, au travers notamment de l'engagement d'un de ses enseignants (Michel Verger, PRAG, Docteur d'Université), n'a pourtant pas attendu ce moment pour comprendre cet enjeu et répondre à la demande émergente dans le contexte du sport de performance. Le Diplôme d'Université Préparation Mentale (DUPM) voit le jour en 2005. En 2012, l'évolution de la préparation mentale, les attentes fortes des sportifs et des structures de haut niveau, font évoluer le DUPM vers une formation à distance (avec 2 présentiels) : en effet la formule alors en place n'est pas adaptée aux contraintes des sportifs, entraîneurs de haut niveau, ce qui limite son accessibilité. Répondant encore mieux aux besoins réels de terrain, la formation connaît un succès rapide (cela fait dix ans que le nombre de candidatures explose, passant de 30 candidatures, à 150 candidatures minimum par an) et une reconnaissance importante en France et dans le monde sportif francophone.

Dans le cadre de l'évolution du contexte institutionnel du sport de haut niveau en France, l'UCA, grâce au DUPM, peut se positionner comme un centre de ressource en préparation mentale pour la Maison Régionale de Performance (Lyon) et le Grand INSEP, dont le CREPS de Vichy est une antenne (labellisation grand INSEP).

#### *Objectifs du DUPM*

Le DUPM s'adresse aux entraîneurs et sportifs de haut niveau, cadres techniques, éducateurs sportifs, ainsi qu'aux enseignants d'EPS. Mais également dans une moindre mesure, aux personnels médicaux et paramédicaux qui, ayant, une expérience personnelle de sportif, côtoient le monde du sport dans leur quotidien (médecins, psychologues, kinés, ostéopathes, infirmiers...). Quoiqu'orienté vers le sport, quelques places sont également ouvertes (suivant les demandes) aux professionnels du milieu artistique (acteurs, metteurs en scène, musiciens...) ainsi qu'au milieu de l'entreprise. La sélection se fait sur dossier, à un niveau licence et/ou à partir des expériences personnelles et professionnelles (VAE) pour les entraîneurs. Il y a entre 150 et 200 demandes chaque année pour 60 ou 70 places (selon les années).

L'objectif du DUPM est de transmettre des compétences professionnelles permettant à l'issue d'accueillir et accompagner pleinement un acteur ou un collectif du monde du sport (athlète, entraîneur, arbitre, équipe, club...) dans les différentes sphères de la préparation mentale (recherche de performance, réathlétisation après blessure, transition de carrière, formation sur les dimensions mentales et relationnelles...). La formation développe une philosophie centrée sur la personne et se veut résolument expérientielle.

### Compétences visées

A l'issue de la formation le diplômé se doit de :

- **Respecter la déontologie et l'éthique** de l'accompagnement en psychologie (charte Société Française de Psychologie du sport, code de la Fédération Française de Préparation Mentale...) notamment en étant capable **d'identifier si la demande du sportif est de son registre de compétences** ou de celui d'un autre professionnel (psychologue, médecin, médecin psychiatre...)
- **Avoir réalisé un travail personnel** sur la connaissance de soi, la gestion de ses émotions, sa motivation, sa communication et son positionnement en tant que préparateur mental pour comprendre les enjeux de l'intervention en préparation mentale
- Savoir **concevoir, animer, encadrer et évaluer un projet d'action** permettant l'émergence d'habiletés mentales et d'organisation du ou des sportifs en sachant **mettre en œuvre des séances de préparation mentale adaptées** à la demande et en maîtrisant des techniques d'intervention et des outils validés en préparation mentale
- Connaître les caractéristiques des types de publics sportifs en demande d'aide et être en **capacité d'adapter sa pédagogie et ses interventions**
- **Maîtriser la communication** avec les parents, les entraîneurs et les élus du monde sportif sur ses interventions et sa discipline

## II – Composante porteuse du projet

UFR STAPS

## III – Autres composantes de l'UCA participant à la formation

aucune

## IV – Partenaires de la formation

Un partenariat est en cours de construction avec le CREPS de Vichy, antenne du grand INSEP, concernant le développement de formation continue en préparation mentale dans un cadre plus général d'accompagnement de la performance sportive, partenariat qui s'inscrirait dans le cadre d'une convention entre les laboratoires ACTé, AME2P, l'UFR STAPS et le CREPS sur la recherche et la formation.

## V - Responsable du DU

Nom, Prénom : BOYER Simon

Statut : MCU

Coordonnées : Simon.BOYER@uca.fr      04 73 30 43 62      1 avenue des Célestins 03200 VICHY

## VI - Composition du conseil de perfectionnement

### *Membres de l'Université Clermont Auvergne*

- BOYER Simon : MCU - UFR STAPS ; Laboratoire ACTé. Intervenant DU PM
- CASTELL-NIELL François (UFR STAPS) : Préparateur Mental. Enseignant en psychologie du sport
- Un apprenant de la formation

### *Intervenants du DUPM extérieurs à l'Université Clermont Auvergne*

- VERDY Xavier : Ancien Sportif de Haut Niveau (Rugby), Gérant Fondateur de la Société XV Management (Relations Humaines, Management), Intervenant à l'ESC Clermont et au Collège des Écoles Doctorales
- GUILLOT Aymeric : Professeur des Universités, Université Claude Bernard – Lyon 1, laboratoire LIBM.

### *Professionnels n'intervenant pas dans la formation*

- VERGER Michel : Docteur d'Université Psychologie du Sport, STAPS – Préparateur Mental (AS Montferrand notamment). Créateur du DUPM
- GUIDI Olivier : responsable du département préparation mentale au CREPS d'Aix en Provence, préparateur mental d'athlètes de haut niveau, auteur de nombreux articles et ouvrages sur la préparation mentale
- BELTRAN Frédéric : Pilote de ligne sur A 380, titulaire du DUPM, auteur de l'ouvrage « Mon enfant fait de la compétition »

## VII – Autres renseignements

Si renouvellement, date de la dernière demande : 05/04/2022

Première année universitaire concernée par la demande : 2023-2024

Niveau de la formation : 2<sup>ème</sup> cycle

Public visé et niveau requis pour intégrer la formation :

	Public visé par la formation	Prérequis
FI	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Titulaires Licence/Master STAPS, Licence/Master Psychologie</li> <li>- Diplômés de formation médicales ou paramédicales</li> <li>- Diplômés d'État du Ministère des sports (BEES 2<sup>e</sup> degré, DES)</li> </ul>	Bac + 3 ou expérience professionnelle par VAP : Demande de VAP et VAP expérience personnelle dans l'entraînement sportif ou sportifs de haut niveau
RE		
FC	Entraîneurs professionnels, Athlètes de haut niveau, Athlètes professionnels, Sportifs en reconversion, Enseignants EPS, Kinésithérapeutes sportifs, Ostéopathes sportifs, Médecins du sport, Personnels de santé, Chorégraphes, Professeurs de danse, Psychologues, Préparateurs mentaux, Sophrologues, Maîtres Praticiens PNL, Préparateurs physiques diplômés...	Niveau Bac + 3 (ou équivalent par VAE) et VAP expérience professionnelle dans le domaine sportif, artistique ou d'accompagnement des personnes

Durée de la formation : 1 an, 255 heures de formation : 51 heures en présentiel + 154 heures à distance + 50 heures de stage (encadrement d'athlètes)

Calendrier de la formation : octobre à juin ; 2<sup>ème</sup> session d'examen : octobre

Lieux de la formation : *Présentiel 1 (Novembre)* : VVF Villages "Les Volcans d'Auvergne - Parent"  
2 Route de Coudes Les Balcons du Sancy, 63270 PARENT  
*Présentiel 2 (Janvier)* : Club Belambra « Le Chambourguet »  
Route du Chambourguet, 63610 Super-Besse  
ou  
VVF Villages "Les Volcans d'Auvergne - Parent"  
2 Route de Coudes Les Balcons du Sancy, 63270 PARENT

Ouverture en formation initiale (FI/RE) : oui

Ouverture en formation continue (FC) : oui

Tarif 1 (tarif plein)	2 850 €
Tarif 2 (tarif UCAA inscrits dans l'année ou l'année précédente)	-
Tarif 3 (Tarif 2 avec exonération partielle)	-

Nombre minimal d'inscrits pour ouverture de la formation : 55 ; il est nécessaire de s'assurer de l'autofinancement de la formation avant l'ouverture

Capacité d'accueil maximale : 70

Période d'inscription / de candidature : 1<sup>ère</sup> phase de recrutement d'avril à juin puis recrutement complémentaire fin août

Contact Scolarité : COURTEIX Véronique

04 73 40 75 86

Veronique.COURTEIX@uca.fr

## B – Description de la formation

### I – Organisation générale de la formation

Le DUPM est une formation hybride à distance/ en présentiel qui comporte plusieurs formes d’enseignements et/ou de séquences de formation. Il inclue donc des formes d’apprentissage différentes :

→ Des cours en ligne (PDF, PDF audios, vidéos, web cours re-visionnables, ...) permettent des apports théoriques. Ils constituent la base des connaissances. L’accès au cours en ligne sont ouverts progressivement au cours de l’année universitaire

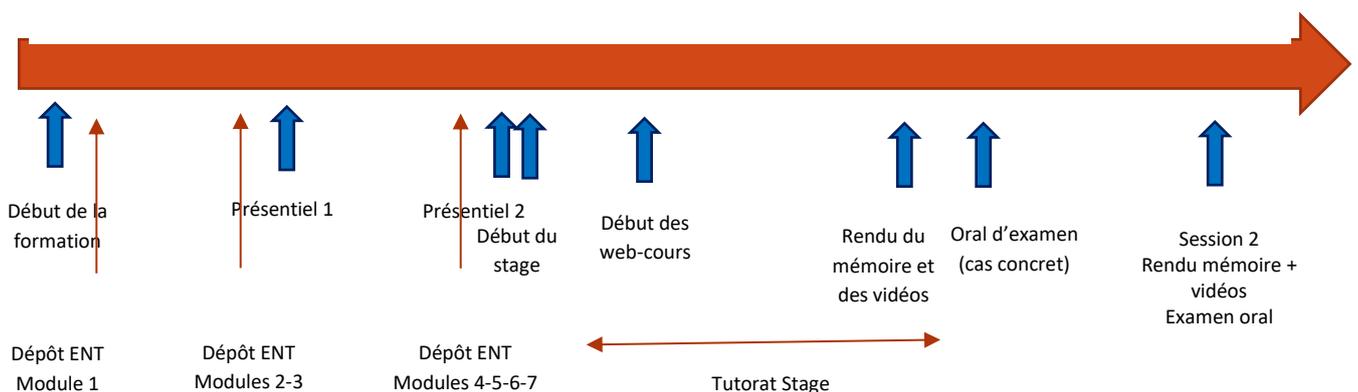
→ Les forums sur l’Espace Numérique de Travail de l’UCA permettent des échanges entre étudiants et avec l’équipe pédagogique (travail collaboratif, pistes de lecture, travaux pratiques) et une aide pour résoudre les difficultés rencontrées lors du stage.

→ Deux séminaires en présentiel : Ils permettent des temps d’échanges et de pratique essentiels. Les séminaires ont lieu du dimanche 17h au mercredi 17h, en novembre puis en janvier. La présence est obligatoire du début à la fin de chaque présentiel afin de pouvoir accéder à l’examen final. Chaque présentiel se déroule sur un lieu unique.

→ Les web cours (début après les deux présentiels) : Sous deux formes différentes (pratique et supervision), ils permettent d’enrichir les questionnements liés aux stages et de pratiquer des techniques de PM.

→ Le stage pratique et le tutorat : Il permet aux étudiants de se confronter au suivi d’athlètes, d’être accompagnés par un membre de l’équipe pédagogique et de rendre compte régulièrement de leur engagement, moment essentiel d’apprentissage.

→ Examen final pour la formation diplômante complète : 2 études en vidéo, 1 cas concret à l’oral et 1 mémoire professionnel. L’évaluation de cet examen terminal oral est effectuée conjointement par l’équipe pédagogique du DU et par des professionnels et/ou universitaires hors équipe pédagogique.



**II – Maquette de la formation et Modalités de Contrôle des Connaissances (MCC)**

Intitulé UE	Nombre d'heures				Contrôle des connaissances					
	Total	CM	TD	TP	Théorique		Pratique		Période d'examens	Coefficient de l'UE
					Nature et durée de l'épreuve	Coefficient	Nature et durée de l'épreuve	Coefficient		
<b>UE 1 : Connaissances théoriques et outils spécifiques de la préparation mentale</b> EC 1.1 L'environnement d'intervention en PM EC 1.2 La posture relationnelle et les techniques de communication en PM EC 1.3 Les habiletés organisationnelles et la motivation EC 1.4 La connaissance de soi EC 1.5 Le contrôle attentionnel EC 1.6 L'imagerie mentale EC 1.7 La dimension collective en PM EC 1.8 Présentiel 1 – la posture EC 1.9 Présentiel 2 – la construction de l'accompagnement EC 1.10 Web-cours	155		12 12 12 12 12 12 22,5 22,5 26		Evaluation continue	1	Vidéos entretien 1 20-30'  Vidéos outil pratique 2 15-20'	0,6  0,4	février à mai	1
<b>UE 2 : Pratique (non compensable)</b> EC 2.1 Production personnelle tutorée EC 2.2 Tutorat en présentiel EC 2.3 Stage : encadrement d'athlètes	100		44 6 50		Examen terminal Mémoire Oral 45 min	3			juin (1 <sup>ère</sup> session)  octobre (2 <sup>ème</sup> session)	3
<b>Total</b>	<b>255</b>									

## Contenus de formation des différentes thématiques

### **MODULE DE PRÉSENTATION**

#### Contenus :

- Présentation et organisation du DU
- Présentation de l'équipe pédagogique
- Les stages pratiques - Le tutorat
- L'évaluation finale

### **MODULE DE FORMATION 1**

Titre : Environnement d'intervention en PM

Objectifs : Connaître, comprendre et savoir prendre en compte de manière efficace les différentes dimensions de l'environnement en PM

#### Contenus :

- Philosophie, définitions et champs d'intervention de la PM
- Les différents intervenants en psychologie du sport
- Cadre et Déontologie de l'accompagnement
- L'environnement humain du PM (staff, parents...)
- Les risques liés à la pratique de la compétition (dopage, triche, addictions...)

### **MODULE DE FORMATION 2**

Titre : Posture relationnelle et techniques de communication du PM

Objectifs : Connaître, comprendre et mettre en œuvre de manière efficace les méthodes relationnelles liées à l'accompagnement

#### Contenus :

- Enjeux, règles et limites de la communication
- Les différentes formes et techniques de communication dans l'accompagnement
- Les entretiens en PM
- L'entretien d'explicitation

### **MODULE DE FORMATION 3**

Titre : Habiletés organisationnelles et motivation

Objectifs : Connaître, comprendre et mettre en œuvre de manière efficace les stratégies de motivation et d'aide à l'organisation

#### Contenus :

- Fixation d'objectifs
- Planification
- PM intégrée et entraînement au quotidien
- La motivation
- Les attributions causales

### **MODULE DE FORMATION 4**

Titre : Connaissance de soi

Objectifs : Connaître, comprendre et savoir utiliser de manière efficace les techniques de gestion des états internes

#### Contenus :

- L'estime et la confiance en soi
- Le stress
- Les émotions
- Les croyances
- Techniques psychocorporelles et activation neurologique

### **MODULE DE FORMATION 5**

Titre : Contrôle attentionnel

Objectifs : Connaître, comprendre et savoir utiliser de manière efficace les différentes techniques de la gestion attentionnelle

Contenus :

- Les champs de la focalisation attentionnelle
- La routine de performance
- Le travail de pleine conscience
- L'état de flow

**MODULE DE FORMATION 6**
Titre : Imagerie mentale

Objectifs : Connaître, comprendre et savoir utiliser de manière efficace les différentes dimensions de l'imagerie mentale

Contenus :

- L'imagerie mentale au service du perfectionnement technique et de la performance
- L'imagerie mentale, confiance et motivation
- L'imagerie mentale et gestion de l'anxiété
- La réathlétisation
- La gestion de la douleur, fatigue, sommeil

**MODULE DE FORMATION 7**
Titre : Dimension collective en PM

Objectifs : Connaître, comprendre et savoir utiliser de manière efficace les stratégies d'intervention dans un collectif

Contenus :

- Le leadership
- La dynamique de groupe
- La cohésion
- La gestion des conflits

### III – Règles de délivrance du diplôme

Le diplôme est délivré par validation de chacune des épreuves d'évaluation des UE de la formation (oral, vidéos et mémoire), sans compensation entre les épreuves. En cas d'échec à la première session, une seconde session est prévue.

Le stage est validé par le tuteur-enseignant de l'UFR STAPS (mémoire).

La formation s'effectue en 1 an **sans redoublement possible**, sauf dérogation pour les Sportif de Haut Niveau ou par dérogation pour les cas de force majeure évalués par une commission pédagogique.

### IV – Compétences acquises pendant la formation

Compétences	UE 1	UE 2	UE 3
Être capable d'accompagner un athlète ou une équipe et de répondre à sa demande ou d'orienter vers un autre professionnel	X		X
Être capable de transmettre des outils et techniques permettant l'acquisition/le développement d'habiletés mentales		X	
Être capable d'organiser et développer ses interventions dans l'environnement du sport loisir, santé et de performance	X		X

**V – Equipe pédagogique**

Nom Prénom	Etab. de rattachement	Statut	Qualité	N°UE	Volume horaire (CM/TD/TP)
BOYER Simon	UCA	MCU	MCU	1,2,3	4 TD + 6 TD (web cours)
CASTELL-NIELL François	UCA	Enseignant psychologie du sport, contractuel permanent	Enseignant psychologie du sport Préparateur Mental	1,2,3	18 TD + 16 TD (web cours)
ROUSSEAU Sophie	UCA	Vacataire	Préparatrice Mentale	1,2,3	4 TD + 8 TD (web cours)
DUCHESNE Florent	Trav. Ind.	Vacataire	Préparateur Mental	1,2,3	4 TD + 8 TD (web cours)
CARRERE Marc	Education nationale	Vacataire	Professeur d'EPS, préparateur mental	1,2,3	4 TD + 8 TD (web cours)
GUILLOT Aymeric	Université CB Lyon 1	Vacataire	PR - Professeur des Universités	1,2,3	16 TD
HERRERA Christine	Travailleuse indépendante	Vacataire	Préparatrice Mentale	1,2,3	4 TD + 8 TD (web cours)
JACQUET Lison	Trav. Ind.	Vacataire	Psychologue, Préparatrice mentale	1,2,3	4 TD
RENAUD Philippe	Université Paris V	Vacataire	PRAG STAPS	1,2,3	8 TD (web cours)
VERDY Xavier	XV Management	Vacataire	Consultant Management	1,2,3	8 TD (web cours)
QUITTET Stéphane	Trav. Ind.	Vacataire	Préparateur Mental Entraîneur ski alpin	1,2,3	20 TD + 8 TD (web cours)
DALLA COSTA Virginie	Trav. Ind.	Vacataire	Psychologue, Préparatrice mentale	1,2,3	4 TD + 6 TD (web cours)

Préciser le nombre total d'heures assurées par des personnels de l'UCA : 44 h ETD

Préciser le nombre d'heures assurées par des intervenants extérieurs à l'UCA : 118 h TD

Au-delà des heures présentées dans le tableau concernant des cours de connaissances théoriques et de web-cours (3 groupes d'une vingtaine d'étudiants), l'ensemble des intervenants l'équipe pédagogique participent aux 2 présentiels, au tutorat et aux évaluations.

**VI – Composition du jury**

- BOYER Simon (Président)
- CASTELL-NIELL François
- ROUSSEAU Sophie
- VERDY Xavier

## VII – Modalités d'admission

Admission sur dossier à l'issue d'une commission de recrutement. Le dossier de candidature est composé de :

- un bilan du parcours scolaire et universitaire
- un bilan détaillé du parcours sportif (pratiquant, juge et/ou arbitre)
- un bilan des diplômes sportifs et/ou formation d'encadrement et d'arbitrage
- un bilan des autres formations et diplômes obtenus (formations spécifiques, diplômantes ou non)
- un bilan des expériences professionnelles et personnelles (activités salariées et/ou bénévoles)
- une lettre de motivation devant préciser le projet professionnel et les raisons qui justifient l'engagement dans la formation du DUPM

L'ensemble des éléments portés dans le dossier de candidature doivent être attestés par une pièce justificative

## VIII – Mobilité à l'international

Les stages peuvent être effectués à l'étranger

## IX – Pour les formations de santé : Développement Professionnel Continu (DPC)

sans objet

Avis favorable du Conseil de Gestion de l'UFR STAPS : 25/05/2023

Approbation du Conseil de la Formation et de la Vie Universitaire : 23/05/2023

Validation accordée pour une durée de 3 ans, jusqu'à fin 2025-2026

Signature de la Vice-Présidente Formation, en charge de la CFVU



### Conseil de Gestion de l'UFR STAPS du 25 mai 2023

#### **6) Validation du DU Préparation mentale**

Simon Boyer nous demande la validation après la CFVU des modifications apportées au DU Préparateur Mental.

Le nouveau nom du diplôme est DU Préparation mentale avec le regroupement des UE (passage de 3 à 2 UE) dans le cadre du travail d'inscription de la formation du DU PM au référentiel spécifique de France Compétence.

Interdiction du redoublement| sauf cas particulier (SHBN / cas de force majeur).

Introduction du contrôle continu sur une UE.

Vote : **avis favorable à l'unanimité**