

Attestation Universitaire d'Enseignement Complémentaire

Préparation Mentale Collective

Responsable :

Dufour Yancy. yancy.dufour@univ-lille.fr

Docteur en Psychologie, président du CROPS (www.preparationmentale.fr), responsable des DU « Préparation Mentale et Psychologie du Sportif » et « Yoga : adapter et diffuser les outils du Yoga », de l'AUEC « Initiation aux techniques de Bien-Etre », formateur chez Symbiofi, PRCE EPS enseignant à la Faculté des Sciences du Sport et de l'Education Physique de Lille.

Intervenants : Nathalie Crépin. Psychologue clinicienne et préparatrice mentale, CREPS Wattignies, responsable du CROPS. **Florence Delerue.** Psychologue et préparatrice mentale, CREPS Wattignies, gestionnaire du CROPS.

Objectif de la formation :

Former à la préparation mentale collective. Permettre aux étudiants d'intervenir sur une équipe et développer les cohésions sociale et opératoire de cette équipe, améliorer la communication, le leadership, etc.

Description de la formation :

Durée : Formation de 2 x 2 jours. 30h d'enseignement.

Dates : En 2019, lundi 03 et mardi 04 juin puis lundi 24 et mardi 25 juin.

Horaires : 8h/12h puis 13h30/17h30 sauf pour la dernière demi-journée 13h30/15h30.

Lieu : FSSEP, 9 rue de l'université, 59790 Ronchin.

Validation : Présentiel et examen écrit de 2h.

Programme :

1 : La construction d'une équipe et les facteurs qui impactent les équipes

Différences entre groupe et équipe. Théories liées à la construction d'une équipe.

2 : La cohésion d'une équipe comme un fondamental à la performance

Efficacité de groupe, dynamique collective. Cohésions sociale et opératoire. Les freins et les facilitateurs de la cohésion d'équipe. Les rôles dans une équipe. Des outils de teambuilding et team incentive pour développer la cohésion. Des outils de préparation mentale pour performer.

3 : Développer une communication efficace pour favoriser l'efficacité collective

Améliorer la connaissance de soi. Analyser mes modes de communication. Repérer les modes de communication de l'interlocuteur. Acquérir des outils pour une communication efficace. Anticiper et gérer les situations conflictuelles.

4 : Favoriser l'émergence de leaders et améliorer son leadership

Qu'est-ce qu'un leader ? Repérer les leaders dans une équipe. Mettre en synergie ces leaders pour favoriser la performance. Les différents styles de leadership de l'entraîneur. Favoriser un leadership qui soit adapté à l'équipe et à la situation.

Coût de la formation :

Les droits d'inscription s'élèvent à 600€

Public :

Entraîneurs en clubs sportifs, psychologues du sport, préparateurs mentaux, professeurs d'EPS, managers en entreprise, etc. Nombre limité à 15 personnes. Sélection des dossiers de candidature.

Contact : Charlotte Mantel. 03.20.88.73.68 – charlotte.mantel@univ-lille.fr
<http://staps.univ-lille2.fr/fr/formation-continue.html>