

FORMATION EXPERT EN PREPARATION MENTALE

2022

2023

FORMEZ-VOUS A
UN METIER D'AVENIR

POQUE

Responsables pédagogiques et ingénieurs de la formation

Anthony Mette

>Président / Dr. en Psychologie



Eriq Bousgarbics

> Directrice de la formation



OBJECTIFS

Cette formation s'adresse à toute personne désireuse de développer des compétences opérationnelles dans le domaine de la préparation mentale et la psychologie de la performance.

L'ensemble de la démarche d'intervention est assuré par des formateurs reconnus (psychologues, préparateurs mentaux, universitaires, entraîneurs de haut niveau et coach en entreprise), ainsi que des sportifs professionnels.

Elle repose sur des enseignements scientifiques mais privilégie l'accès à la pratique de terrain permettant ainsi une meilleure maîtrise des outils.

POINTS FORTS

- Une démarche pédagogique basée à la fois sur des enseignements théoriques et sur la pratique de terrain.
- L'utilisation de méthodes pédagogiques multiples: travaux de groupe, étude de cas, mises en situations réelles.
- Un apprentissage basé sur l'expérimentation avec l'utilisation de moyens pédagogiques favorisant le contact avec le terrain en tant que praticien et sujet.
- Des interventions menées par des professionnels reconnus mais également par des artistes internationaux
- Un contenu qui explore les approches scientifiques récentes appliquées au champ de la psychologie de la performance et du bien-être
- Une organisation en séminaires de 3 jours permettant d'intégrer plus facilement la formation à son planning personnel et professionnel.
- Une organisation en présentiel à 100% ou en e-learning+ à hauteur de 60%
- Une supervision dans votre parcours de formation
- Des outils adaptables aux milieux du sport, de l'entreprise, de l'art et de la santé
- L'occasion d'expérimenter sur soi les méthodes et outils pour mieux se connaître
- La possibilité d'intégrer le réseau de consultants Focus

PUBLIC CONCERNE

- >> Etudiants STAPS (L3, Master, doctorants)
- >> Étudiants en psychologie (L3, Master, doctorants)
- >> Entraîneurs
- >> Dirigeants d'entreprise
- >> Managers
- >> Entrepreneurs
- >> Brevets d'état
- >> Coaches en entreprise
- >> Personnes en reconversion professionnelle
- >> Psychologues
- >> Professionnels de l'intervention psychologique en milieu sportif
- >> Professionnels de la santé (médecins, kinésithérapeutes, ostéopathes, infirmiers, psychomotriciens)
- >> Préparateurs physiques
- >> Sportifs professionnels
- >> Sportifs en reconversion
- >> Parents de sportifs

PRE-REQUIS

- >> Niveau licence (Bac+3)
ou
- >> Parcours de sportif HN
ou
- >> Expérience professionnelle en lien avec le domaine du sport, de la psychologie et/ou de la gestion de groupes.



..... ORGANISATION DE LA FORMATION

Type de formation :

Présentiel ou e-learning+

Rythme en présentiel : La formation se déroule sur une année, en 8 sessions de 3 jours (dont deux de 4 jours).

Rythme e-learning+ : La formation se déroule également sur une année en

8 sessions de 3 jours (dont deux de 4 jours). Les semaines 1, 3 et 8 sont en présentiel. Les semaines 2, 4, 5, 6 et 7 sont organisées à distance.

Quelques précisions sur l'organisation des sessions en e-learning+ : pour faciliter l'organisation individuelle

les formations alterneront des web-conférences en direct et interactives, des vidéos enregistrées, des séances de tutorat collectifs et de supervision individualisée, ainsi que la réalisation de travaux collaboratifs (4 vidéos).

Durée totale de la formation :

300 heures de formation

- 200h de formation présentiel (formule présentiel)
- 200h de formation dont 108h à distance et 72h en présentiel (formule e-learning+)
- 100h de stage

Les formes d'apprentissage :

- Les cours en présentiel : priorité est donnée aux échanges avec les formateurs et entre les stagiaires, ainsi qu'à la mise en pratique des outils
- Les cours en e-learning+ : constituent la base de connaissance théorique (PDF et PowerPoint) tout en conservant l'interaction avec les formateurs (vidéos en direct avec des exercices pratiques + Accès replay)
- Plateforme numérique (360Learning) : lieu d'échanges entre les étudiants et l'équipe pédagogique (travail collaboratif, pistes de lecture, travaux pratiques) et un lieu de partage d'outils.

- Le stage pratique et le tutorat : permettent aux stagiaires de développer leurs compétences et d'être accompagnés par un préparateur mental expérimenté.

- Travail personnel et collaboratif : réalisation de 4 exercices de mise en situation (étude de cas, observation terrain, une technique de préparation mentale et intégration à un club) en groupe ou individuellement

Lieu :

Centre technique du Haillan.

Possibilité d'hébergement et de restauration sur place (tarif préférentiel Focus Consultants) y compris pour le rythme e-learning+.

.06

..... INSCRIPTION ET FRAIS PEDAGOGIQUES

Conditions tarifaires : 6100 €

*Le dossier d'aide au financement et le dossier d'inscription sont
à télécharger sur notre site internet*

<https://www.focus-formations.com/formation-expert-en-preparation-mentale/#plaquette>

.07

.... MISSION HANDICAP: FOCUS VOUS ACCOMPAGNE

Quelle que soit votre situation de handicap temporaire ou permanent, FOCUS vous permet de bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation et de votre intégration dans la vie étudiante, ou de votre stage en tant que professionnel.

Etudiants

*Vous avez bénéficié d'aménagements scolaires pendant votre précédent parcours de formation ou, votre formation doit être adaptée pour raison médicale (maladie chronique, dyslexie, dysgraphie, dyspraxie,...),
vous avez une Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH)
Les épreuves d'admission aux concours peuvent être aménagées sur demande.*

Au cours de la formation

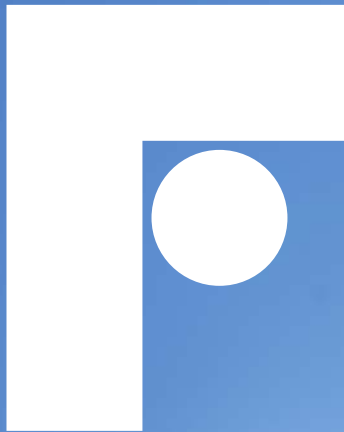
*Un accompagnement individualisé en lien avec les services de Focus et des partenaires extérieurs (entreprises, institutionnels et associatif, Cap emploi, AGEFIPH ...)
Aide à la construction du projet professionnel en tenant compte du handicap
Évaluation des besoins et aménagements au cours de la formation*

Notre centre de formation du Haillan respecte les normes d'accessibilité pour les personnes en situation de handicap.

Votre responsable «référé mission handicap» chez FOCUS : à votre écoute en toute confidentialité.

VOTRE CONTACT :

*Eriq BOUSGARBIÉS, Assistante de gestion/Référé handicap,
erique.bousgarbies@focus-formations.com*



> Équipe pédagogique

6

> Information pratique et contact

8



Kevin Ballanger
pilote professionnel de supercross
et partenaire Focus

EQUIPE PEDAGOGIQUE

LES EXPERTS

ANTHONY METTE >>> *Président préparateur mental*

ERIQUE BOUSGARBIES >>> *Référente pédagogique et administrative*

DAMIEN VOUAUX >>> *Animateur du réseau*

ALEXANDRE WANLIN >>> *Enseignant MMA et instructeur Wim Hof*

GREG DÉCAMPS >>> *Maître de conférence*

SÉBASTIEN BOUHEIL >>> *Fondateur de l'association Colosse aux pieds d'argile*

CLAIRE MARQUEBIEILLE >>> *Psychologue clinicienne*

MANU AUGÉY >>> *Préparateur mental*

PASCAL LEGRAIN >>> *Maître de conférence*

LÉA ROUSSEL >>> *Nutritionniste, diététicienne*

BRUNO LE GAL >>> *Entraîneur EdF de Jujitsu et préparateur mental*

JÉRÉMY BERTIN >>> *Manager et préparateur mental*

SÉVERINE MARTIN-BASTÉ >>> *Coach en entreprise et préparatrice mentale*

JULIEN QUESNOY >>> *Forces spéciales, sophrologue et préparateur mental*

NATHALIE LATRILLE >>> *Psychologue et sketchnoteuse*

CORINNE FOULONNEAU >>> *Directrice centre équestre et préparatrice mentale*

PIERRE GUILLET >>> *Préparateur mental*

FLORENCE HOPPENOT >>> *Coach en entreprise et préparatrice mentale*

MICKAEL MOULIAT-PELAT >>> *Coach en entreprise et préparateur mental*

ANTHONY LESPADE >>> *Préparateur physique et mental*

ADRIEN JOUVENCEL >>> *Préparateur mental*

SÉBASTIEN CLERT >>> *Maître praticien PNL et préparateur mental*

ADRIEN MAGNANT >>> *Infirmier et préparateur mental*

FRED OURABAH >>> *Préparateur physique et formateur*

THIBAUD DELAUNAY >>> *CTS et préparateur mental*



EQUIPE PEDAGOGIQUE

LES ARTISTES ET SPORTIFS PROFESSIONNELS

RÉMI BIZOUARD >>> Triple champion du Monde de FMX

GIANNI MINA >>> Joueur de tennis professionnel

CLÉMENT MAYNADIER >>> Joueur de rugby professionnel

VALENTIN DARDILLAT >>> Triple champion du Monde de jetski

ILEKTRA POPLIOPOULO >>> Cantatrice

CHRISTIAN PÉNIGAUD >>> CTS en charge de la préparation mentale FF Volley-Ball

JULIEN QUESNOY >>> Forces spéciales, sophrologue et préparateur mental

AMAURY DELERUE >>> Arbitre de football international



Clément Maynardier
international de rugby et consultant Focus

INFORMATIONS PRATIQUES & CONTACTS

LIEU DE FORMATION :
CENTRE TECHNIQUE DU HAILLAN

Ligue de Football de Nouvelle Aquitaine
17 bis rue Joliot Curie
33185 Le Haillan
05.56.01.65.31

A noter que plusieurs journées seront délocalisées sur le Bassin d'Arcachon et sur Bordeaux en raison des activités sportives proposées. Nous officialiserons les dates et les lieux prochainement.



CONTACTS

ERIQUE BOUSGARBIES >>> DIRECTRICE DU PROGRAMME
erique.bousgarbies@focus-formations.com
T/ 06 60 13 35 93

MARC LAPORTE >>> DIRECTEUR MARKETING & COMMUNICATION
marc.laporte@focus-formations.com
T/ 06 61 70 59 41

DIANE GRAND-DHEUR >>> SECRÉTAIRE
secretariat@focus-formations.com
T/ 06 89 57 70 96

DAMIEN VOUAUX >>> ANIMATEUR DU RÉSEAU
damien.vouaux@focus-formations.com

2022

2023

FOCUS

*L'école
de préparation
mentale*