

Certificat de Formation Continue  
*Certificate of Advanced Studies (CAS)*

**CAS en préparation mentale**

REGLEMENT D'ETUDES

Pour alléger la présentation, le genre masculin est employé indifféremment pour désigner les hommes et les femmes.

**Préambule**

La recherche scientifique a fait de grandes avancées sur l'identification et le développement des habiletés mentales favorisant la performance. Cette nouvelle dynamique se traduit par un besoin de professionnaliser le rôle de préparateur mental et d'offrir en Suisse romande une formation certifiante dans ce domaine.

**Article 1.  
Objet**

L'Université de Lausanne (UNIL), par sa Faculté des sciences sociales et politiques (ci-après la Faculté) au travers de son Institut des sciences du sport (ISSUL), décerne un Certificat de formation continue/Certificate of Advanced Studies (CAS) en préparation mentale (ci-après Certificat).

**Article 2.  
Objectifs de la  
formation et  
public cible**

- <sup>1</sup> Les objectifs, en termes de compétences à acquérir, sont les suivants:
  - Acquérir les bases théoriques de la psychologie de la performance et de la préparation mentale
  - Connaître les techniques de préparation mentale, ainsi que les méthodes d'autorégulation, et savoir les appliquer avec des individus ou des groupes dans les domaines sportifs et artistiques
  - Développer les compétences techniques et méthodologiques répondant aux critères de qualité exigés par la Swiss Association of Sport Psychology (SASP) pour devenir préparateur mental agréé.
- <sup>2</sup> Cette formation s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent pouvoir exercer en tant que préparateur mental auprès de sportifs, de musiciens ou d'artistes, notamment les : formateurs, entraîneurs, et moniteurs dans les domaines sportifs ou artistiques, physiothérapeutes, ostéopathes, ergothérapeutes, médecins du sport, psychologues, enseignants d'éducation physique et sportive.

**Article 3. Organes et compétences**

**Art. 3.1  
Organe du  
Certificat**

L'organisation et la gestion du programme d'études pour l'obtention du Certificat sont confiées au Comité directeur, placé sous la responsabilité du décanat de la Faculté.

**Art. 3.2  
Composition  
du Comité  
directeur**

- 1 Le Comité directeur comprend les membres suivants:
  - trois représentants de la Faculté organisatrice, désignés par celle-ci. Parmi eux figure le responsable académique du programme qui est, en principe, un professeur ou un maître d'enseignement et de recherche (MER) de l'Université de Lausanne,
  - un représentant de la Fondation pour la formation continue universitaire lausannoise (ci-après: Formation Continue UNIL-EPFL),
  - un ou plusieurs représentant(s) du monde professionnel,
  - le coordinateur du programme, avec voix consultative.
- 2 Le nombre total de représentants du monde professionnel ne doit pas dépasser le nombre de représentants de la Faculté organisatrice.
- 3 Le représentant de la Formation Continue UNIL-EPFL s'abstient lorsque sont discutées des questions pouvant entraîner l'élimination d'un participant (voir art. 10).
- 4 Le Comité directeur désigne parmi ses membres son président qui doit être un représentant de la Faculté organisatrice et qui peut être également le responsable académique du programme. Les décisions sont prises à la majorité simple des membres présents. En cas d'égalité des voix, le président du Comité directeur tranche.

**Art. 3.3  
Compétences  
du Comité  
directeur**

- Les compétences du Comité directeur sont notamment :
- l'élaboration ou la modification du règlement du Certificat, et des aspects formels du plan d'études,
  - l'approbation ou la modification du budget,
  - la conception du programme d'études,
  - la mise en œuvre des modules de formation,
  - l'organisation et la réalisation du suivi pédagogique des divers actes de formation,
  - la conception, l'organisation et la réalisation du processus d'évaluation des compétences acquises par les participants,
  - l'admission des candidats au Certificat,
  - la décision de refuser des candidats, notamment en cas de nombre trop élevé de candidatures,
  - l'octroi d'éventuelles équivalences,
  - la décision de démarrer la formation, en fonction du nombre de candidats inscrits,
  - l'octroi de dérogations pour la durée des études,
  - les propositions d'octroi du titre,
  - la notification des résultats aux évaluations et des éliminations,
  - la décision d'octroi d'attestations en cas d'élimination ou de retrait (selon art. 10.5),
  - la désignation du coordinateur du programme.

**Article 4.  
Organisation  
et gestion du  
programme  
d'études**

- 1 La Formation Continue UNIL-EPFL assume des tâches de gestion académique et administrative liées au programme, en collaboration avec le coordinateur du programme. Elle rend compte de ses activités au Comité directeur.
- 2 Par ailleurs, le Directeur scientifique UNIL de la Formation Continue UNIL-EPFL est responsable d'instruire les recours de première instance (voir art. 11.2).
- 3 Le coordinateur du programme assure la mise en œuvre des décisions prises par le comité directeur et assure le suivi logistique et administratif du programme de formation.

**Article 5.  
Conditions  
d'admission**

- 1 Peuvent être admis au Certificat les candidats qui sont titulaires :
  - d'un bachelor d'une Haute Ecole suisse (Haute Ecole Universitaire (HEU), spécialisée (HES) ou pédagogique (HEP))
  - ou d'un diplôme professionnel,
  - ou d'un autre titre jugé équivalent par le Comité directeur,
  - et qui peuvent témoigner d'une expérience professionnelle dans un domaine jugé pertinent par le Comité directeur.
- 2 A titre exceptionnel, des candidats ne satisfaisant pas aux exigences susmentionnées, peuvent être admis s'ils peuvent témoigner d'une expérience professionnelle d'au minimum 5 ans dans les domaines sportifs ou artistiques.
- 3 L'admission se fait sur dossier et est prononcée par le Comité directeur.
- 4 Pour assurer des conditions d'enseignement optimales, le Comité directeur se réserve le droit de refuser des candidats en cas de nombre trop élevé de candidatures.
- 5 Les candidats admis sont inscrits auprès de la Formation Continue UNIL-EPFL, en tant qu'étudiants de formation continue à l'UNIL.
- 6 La formation n'a lieu que si le nombre minimum de participants arrêté dans le budget est atteint. Le Comité directeur est responsable de cette décision.

**Article 6.  
Durée des  
études**

- 1 La formation s'étend sur une durée normale de 12 mois (évaluation finale comprise), la durée maximale étant arrêtée à 20 mois.
- 2 Sur demande écrite d'un participant, le Comité directeur peut l'autoriser à prolonger pour de justes motifs la durée de ses études de 9 mois au maximum.

**Article 7.  
Programme  
d'études**

- 1 Le plan d'études annexé au présent règlement définit l'organisation générale du programme (travail personnel compris), l'intitulé des modules et/ou des enseignements, le nombre d'heures, la répartition des crédits ECTS et les modalités de contrôle des connaissances. Il est approuvé par le Comité directeur.
- 2 Le programme complet donne droit à 17 crédits ECTS.
- 3 Chaque module est placé sous la responsabilité d'un ou deux membres du Comité directeur. Les responsables des modules garantissent la cohérence et la qualité des enseignements et procèdent, avec l'appui du Comité scientifique, au choix des intervenants.

**Article 8.  
Contrôle des  
connaissances**

- 1 Le nombre, les modalités et le calendrier d'organisation des évaluations, ainsi que les conditions d'octroi des crédits ECTS (y compris pour le travail personnel et le travail final) sont indiqués clairement et par écrit aux participants au début de la formation, éventuellement au début de chaque module.
- 2 Il y a au maximum 2 tentatives pour chaque évaluation.
- 3 Le Certificat est évalué en fin de formation à travers la réalisation d'un poster et sa présentation orale. Ces évaluations font chacune l'objet d'une appréciation « Acquis »/ « Non-acquis ». Le CAS est validé lorsque les deux évaluations sont sanctionnées par l'appréciation « acquis ».
- 4 En cas d'absences non justifiées ou de plagiat de faible gravité tels que définis dans la Directive 3.15 de la Direction de l'UNIL, l'appréciation « non acquis » est attribuée. Le participant qui reçoit

l'appréciation « non acquis » peut se présenter une ultime fois à l'évaluation. L'article 10.1 relatif au plagiat de forte gravité demeure réservé.

- 5 En cas d'obtention de l'appréciation « non acquis » à l'une de ces évaluations, cette dernière est échouée. Le participant bénéficie d'une seconde tentative dont les modalités sont précisées par le Comité directeur.

### **Article 9. Obtention du titre**

- 1 Le Certificat de formation continue/*Certificate of Advanced Studies (CAS)* en préparation mentale de l'Université de Lausanne est délivré sur proposition du Comité directeur lorsque l'ensemble des conditions requises par le présent règlement sont remplies.
- 2 Le Certificat porte le logo de l'UNIL ; il est signé par le Doyen de la Faculté, le responsable académique de la formation et le Directeur scientifique UNIL de la Formation Continue UNIL-EPFL et il est édité par la Formation Continue UNIL-EPFL.

### **Article 10. Elimination ou retrait**

- 1 Sont définitivement éliminés du Certificat les participants qui :
  - sont confondus d'un acte de tentative de fraude, de fraude ou de plagiat de forte gravité (tel que défini dans la Directive 3.15 de la Direction UNIL),
  - n'ont pas participé à au moins 80% des enseignements de la formation,
  - dépassent la durée maximale des études prévue dans l'article 6,
  - subissent un double échec à une des évaluations,
  - n'ont pas payé la finance d'inscription dans les délais impartis.
- 2 Les éliminations définitives sont notifiées par le Comité directeur, avec indication des voies de recours (art. 11.1 et 11.2).
- 3 Un retrait en cours de formation, dûment motivé et annoncé par écrit au Comité directeur au plus tard 1 mois avant la fin de la durée maximale de la formation (selon art. 6.1), n'est pas assimilé à une élimination définitive et laisse la possibilité au participant de déposer ultérieurement une nouvelle candidature pour le programme du Certificat. Les articles 10.1 et 10.2 demeurent réservés.
- 4 Lors d'une nouvelle candidature après un retrait dûment enregistré, le Comité directeur se réserve le droit d'accorder, ou non, des équivalences pour les enseignements suivis précédemment.
- 5 En cas d'élimination ou de retrait au sens des articles 10.1 ou 10.3, le Comité directeur peut décider de délivrer une attestation de suivi de modules si une participation minimale à 80% de la formation à été vérifiée.
- 5 L'élimination ou le retrait d'un participant durant la formation ne donne lieu à aucun remboursement de la finance d'inscription, laquelle reste due dans son intégralité.

### **Article 11. Recours**

1. Les recours dûment motivés contre toute décision du Comité directeur doivent être adressés par écrit à la Direction de la Formation continue UNIL-EPFL dans les 10 jours après notification de la décision.
2. Les décisions sur recours de première instance sont notifiées par la Direction scientifique UNIL de la Formation continue UNIL-EPFL.
3. Les décisions de la Direction scientifique UNIL de la Formation continue UNIL-EPFL peuvent faire l'objet d'un recours de deuxième instance qui doit être adressé par écrit auprès de la Direction de

l'Université. Ce droit de recours doit s'exercer dans les 10 jours après notification de la décision. Pour le surplus, l'article 83 de la Loi sur l'Université de Lausanne (LUL) s'applique, ainsi que la Loi sur la procédure administrative vaudoise (LPA-VD).

**Art. 12. Entrée en vigueur**

1. Le présent règlement d'études entre en vigueur le 01 octobre 2022.
2. Il remplace et annule le règlement d'études du 01 septembre 2020. Il s'applique à tous les participants inscrits dans le programme dès son entrée en vigueur.

Validé par le Décanat de la Faculté des sciences sociales et politiques le 14 septembre 2022

Validé par la Direction de l'Université de Lausanne le 25 octobre 2022

**Plan d'études :**  
**Certificat de formation continue (CAS) en "Préparation mentale"**

Module	Titre du module et responsable	Nbre de jours enseignement	Enseignement/ Intervention documentée [Heures] 1j=7h	Travail personnel [heures]	Equivalent Crédits ECTS (indicatif)	Mode d'évaluation
<b>M1</b>	<b>1. Psychologie de la performance: notions de base</b> <i>Responsable: Dre Roberta Antonini Philippe</i>	<b>4,5</b>	<b>31,5</b>	<b>30</b>	<b>(2)</b>	Réalisation et présentation orale d'une communication affichée (poster) décrivant son travail d'intervention en préparation mentale
<b>M2</b>	<b>2. Préparation mentale: techniques de base</b> <i>Responsable: Dre Roberta Antonini Philippe</i>	<b>10</b>	<b>70</b>	<b>132</b>	<b>(8)</b>	
	2.1 Techniques mentales - Base	2,5	17,5	33	(2)	
	2.2 Techniques mentales - Approfondissement	2,5	17,5	33	(2)	
	2.3 Techniques d'autorégulation	2,5	17,5	33	(2)	
	2.4 Exemples pratiques et transfert	2,5	17,5	33	(2)	
<b>M3</b>	<b>3. Préparation mentale : intervention</b> <i>Responsables: Dre Roberta Antonini Philippe</i>	<b>6</b>	<b>72</b>	<b>108</b>	<b>(6)</b>	
	3.1 Concepts et méthodologie d'intervention	6	42	33		
	3.2 Intervention documentée; 30h de suivi dans 3 disciplines différentes (par exemple : sport*, musique, art)		30	60		
	3.3 Supervision; 15h organisées par et à la charge du participant auprès de superviseur agréé par le cursus		0	15		
<b>M4</b>	<b>Travail final</b>	<b>1,5</b>	<b>10,5</b>	<b>20</b>	<b>(1)</b>	
	Réalisation et présentation orale d'une communication affichée (poster)	1,5	10,5	20		
<b>Total</b>	<b>Jours / heures</b>	<b>22</b>	<b>184</b>	<b>290</b>	<b>17</b>	

\* Pour les participant•e•s visant le titre de Préparateur•trice mental•e SASP, ces suivis devront impérativement être effectués dans des disciplines sportives

Date: 04.11.24