

Certificat de Formation Continue
Certificate of Advanced Studies (CAS)

CAS en préparation mentale

REGLEMENT D'ETUDES

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**

- ¹ 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.
- ² Cette formation s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent pouvoir exercer en tant que préparatrice ou préparateur mental auprès de sportif·ves, de musicien·nes ou d'artistes, notamment les : formateur·trices, entraîneur·euses, et moniteur·trices dans les domaines sportifs ou artistiques, physiothérapeutes, ostéopathes, ergothérapeutes, médecins du sport, psychologues, enseignant·es 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

- ¹ Le Comité directeur comprend les membres suivants:

Composition du Comité directeur

- trois membres représentant la Faculté organisatrice, désignés par celle-ci. Parmi eux figure la ou le responsable académique du programme qui est, en principe, membre du corps professoral ou maître ou maîtresse d'enseignement et de recherche (MER) de l'Université de Lausanne,
 - un·e membre représentant la Fondation pour la formation continue universitaire lausannoise (ci-après: Formation Continue UNIL-EPFL),
 - un·e ou plusieurs membres représentant(s) le monde professionnel,
 - la coordinatrice ou le coordinateur du programme, avec voix consultative.
- ² Le nombre total de membres représentant le monde professionnel ne doit pas dépasser le nombre de membres représentant la Faculté.
- ³ La ou le membre représentant la Formation Continue UNIL-EPFL s'abstient lorsque sont discutées des questions pouvant entraîner l'élimination d'une participante ou d'un participant (voir art. 10).
- ⁴ Le Comité directeur désigne parmi ses membres représentant la Faculté organisatrice, sa présidente ou son président qui peut être également la ou le responsable académique du programme. Les décisions sont prises à la majorité simple des membres présents. En cas d'égalité des voix, la présidente ou 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 participantes et les participants,
- l'admission des candidates et des candidats au Certificat,
- la décision de refuser des candidates et 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 personnes inscrites,
- l'octroi de dérogations pour la durée des études,
- la proposition 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 de la coordinatrice ou du coordinateur du programme.

Article 4. Organisation et gestion du programme

- ¹ La Formation Continue UNIL-EPFL assume des tâches de gestion académique et administrative liées au programme, en collaboration avec la coordinatrice ou le coordinateur du programme. Elle rend compte de ses activités au Comité directeur.

d'études

- ² Par ailleurs, la Direction scientifique UNIL de la Formation Continue UNIL-EPFL est responsable d'instruire les recours de première instance (selon art. 11.2).
- ³ La coordinatrice ou 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 personnes qui sont titulaires :
 - d'un bachelor d'une Haute Ecole suisse (Haute Ecole Universitaire (HEU), spécialisée (HES) ou pédagogique (HEP)) obtenu dans les domaines suivants : sciences du sport, psychologie, arts de la scène ou dans le domaine de la santé, ou
 - d'un diplôme professionnel en sciences du sport ou dans le domaine de la santé, ou
 - d'un autre titre jugé équivalent par le Comité directeuret
 - qui peuvent témoigner d'une expérience professionnelle, dans un des domaines susmentionnés, d'une durée minimale de 2 ans.
- ⁵ A titre exceptionnel, des candidates ou des candidats ne satisfaisant pas aux exigences listées à l'art. 5.1, peuvent être admis si elles ou ils peuvent témoigner d'une expérience professionnelle d'au minimum 5 ans dans les domaines sportifs ou artistiques.
- ⁶ L'admission se déroule en deux étapes : une première sélection sur dossier, suivie d'un entretien pour les candidat·es présélectionné·es répondant aux conditions d'admission listées à l'art. al. 5 et 2.
- ⁷ Pour assurer des conditions d'enseignement optimales, le Comité directeur se réserve le droit de refuser des personnes, par exemple en cas de nombre trop élevé de candidatures.
- ⁸ Les candidates ou les candidats admis sont inscrits auprès de la Formation Continue UNIL-EPFL, en tant qu'étudiantes ou étudiants de formation continue à l'UNIL.
- ⁹ La formation n'a lieu que si le nombre minimum de participant·es arrêté dans le budget est atteint. Le Comité directeur est responsable de cette décision.

Article 6. Durée des études

- ¹⁰ La formation s'étend sur une durée normale de 12 mois (évaluation finale comprise), la durée maximale étant arrêtée à 20 mois.
- ¹¹ Sur demande écrite d'une participante ou d'un participant, le Comité directeur peut autoriser une prolongation exceptionnelle de la formation pour de justes motifs. Cette prolongation ne peut excéder 9 mois.

Article 7. Programme d'études

- ¹² 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.
- ¹³ Le programme complet donne droit à 17 crédits ECTS.
- ¹⁴ Chaque module est placé sous la responsabilité d'un·e 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 intervenantes et des intervenants.

- ¹⁵ La formation comprend des heures de supervision dont l'organisation et le financement sont placées sous la responsabilité de la participante ou du participant.

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 participantes et 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 les interventions documentées, 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 trois 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. La participante ou le participant qui reçoit l'appréciation « non acquis » peut se présenter une ultime fois à l'évaluation. L'art. 10.1 relatif au plagiat de forte gravité demeure réservé.
- ⁵ Les heures de supervision doivent être attestées par des certificats dûment remplis et signés par les superviseurs ou superviseurs.
- ⁶ En cas d'obtention de l'appréciation non acquis à l'une de ces évaluations, cette dernière est échouée. La participante ou 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 la Doyenne ou le Doyen de la Faculté, la ou le responsable académique de la formation et la Directrice ou 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 participantes et 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 durant la durée maximale des études prévue à l'art. 6,
 - n'ont pas réalisé le nombre d'heures de supervision prévu au plan d'études, durant la durée maximale des études indiquée à l'art. 6,
 - ne remplissent pas les conditions de réussite durant la durée maximale des études prévue à l'art. 6.
- ² Les éliminations définitives sont notifiées par le Comité directeur, avec indication des voies de recours (art. 11 al.1 et 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 à la participante ou au participant de déposer ultérieurement une nouvelle candidature pour le programme du Certificat. L'article 10 al. 1 et 2 demeure réservé.

- 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 de l'article 10 al. 1 ou 3, le Comité directeur peut décider de délivrer une attestation de suivi de modules si une participation minimale à 80% de la formation a été vérifiée.
- ⁶ L'élimination ou le retrait d'une participante ou 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 janvier 2026.
2. Il remplace et annule le règlement d'études du 01 octobre 2022. Il s'applique aux participantes et aux participants nouvellement inscrits dans le programme dès son entrée en vigueur.
3. Les personnes inscrites avant la date d'entrée en vigueur de ce règlement restent soumises au règlement d'études du 01 octobre 2022.

Règlement adopté par

la Faculté des sciences sociales et politiques, le 04 novembre 2025
la Direction de l'Université de Lausanne, le 25 novembre 2025

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
M1	1. Psychologie de la performance: notions de base Responsable: Dre Roberta Antonini Philippe	4.5	31.5	30	(2)	Rendu des interventions documentées et réalisation et présentation orale d'une communication affichée (poster) décrivant son travail d'intervention en préparation mentale
M2	2. Préparation mentale: techniques de base Responsable: Dre Roberta Antonini Philippe	10	70	132	(8)	
	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)	
M3	3. Préparation mentale : intervention Responsables: Dre Roberta Antonini Philippe	6	72	108	(6)	
	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		
M4	Travail final	1.5	10.5	20	(1)	
	Réalisation et présentation orale d'une communication affichée (poster)	1.5	10.5	20		
Total	Jours / heures	22	184	290	17	

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

Date: 01.10.25