

Certificat

Techniques Psychologiques  
Appliquées au Sport



**tech** université  
technologique



## Certificat

# Techniques Psychologiques Appliquées au Sport

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 2 à 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès web: [www.techtute.com/fr/psychologie/cours/techniques-psychologiques-appliquees-sport](http://www.techtute.com/fr/psychologie/cours/techniques-psychologiques-appliquees-sport)

# Sommaire

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Objectifs

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 16*

05

Méthodologie

---

*page 20*

06

Diplôme

---

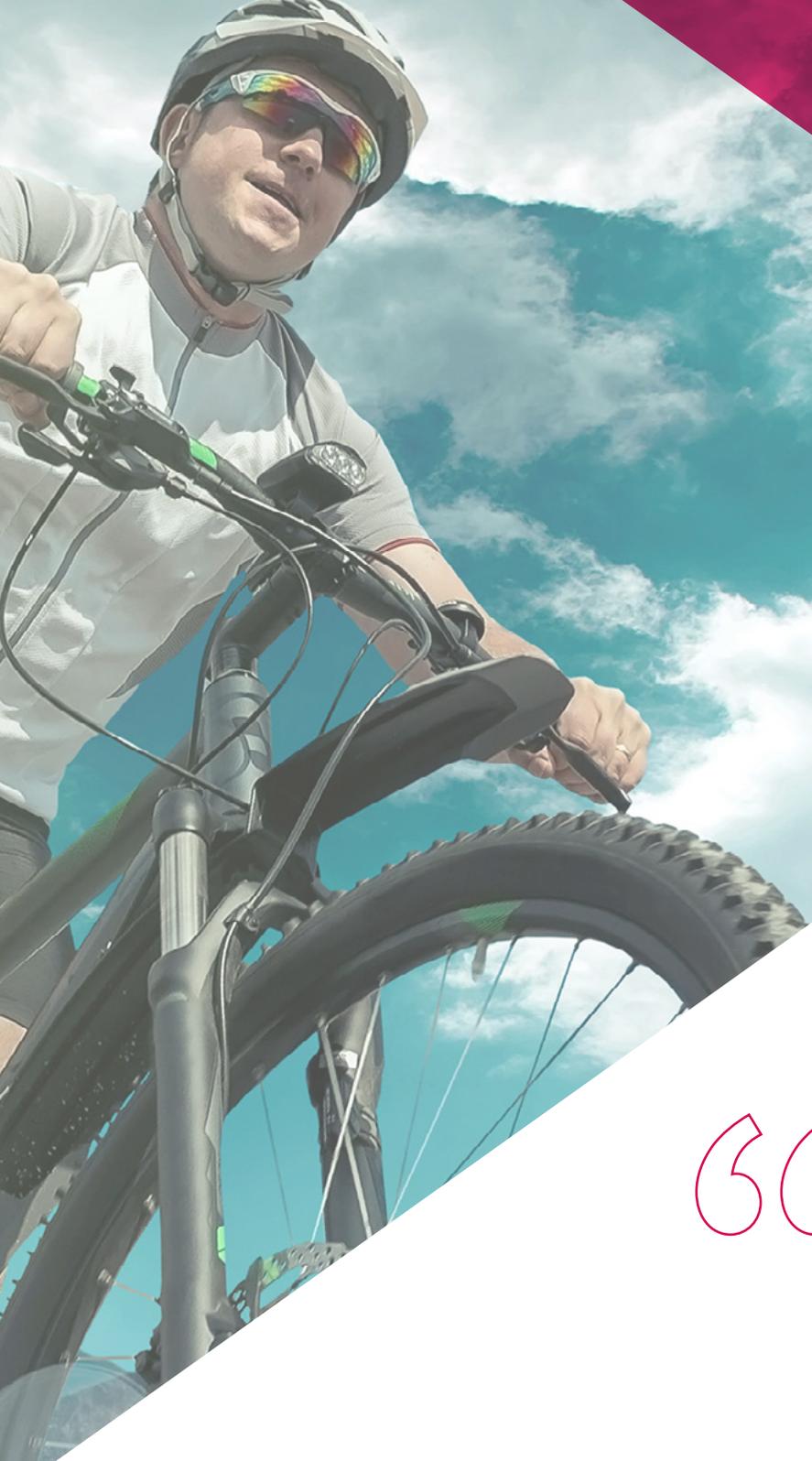
*page 28*

# 01

# Présentation

À mesure que le psychologue du sport gagne en importance au sein de l'équipe, sa responsabilité augmente également lorsqu'il s'agit de prendre des décisions ou d'accompagner les joueurs dans les moments les plus importants. Pour bien faire son travail, il est essentiel de maîtriser les techniques psychologiques qui favorisent la maîtrise des émotions, l'efficacité personnelle et la motivation générale de l'équipe. Ce programme universitaire explore toutes ces questions en profondeur, avec un vaste programme d'enseignement qui couvre également la *Mindfulness* et les auto-instructions. Tout cela vise à ce que le psychologue du sport tire le meilleur parti de sa position d'interventionniste au sein de l'équipe, avec la méthodologie de travail la plus moderne et la plus actuelle possible. Comme il s'agit d'un diplôme 100% en ligne, le psychologue n'aura aucun obstacle à le combiner avec l'activité professionnelle ou personnelle la plus exigeante.





“

*Maîtriser les techniques psychologiques les plus performantes dans le sport, avec une maîtrise totale de l'auto-instruction, de l'auto-efficacité et de l'autocontrôle émotionnel”*

L'aspect psychologique joue un rôle extrêmement important dans le monde du sport, car une équipe démotivée ne sera pas en mesure de réaliser de grands exploits ou de remporter des victoires. L'intervention du psychologue du sport est essentielle pour maintenir une attitude positive et améliorer, renforcer la confiance et les performances de tous les joueurs. Pour ce faire, ils doivent être familiarisés avec les techniques et les différentes méthodes de travail développées ces dernières années.

La *Mindfulness* ou la Programmation Neurolinguistique appliquée au sport sont quelques-uns des outils que les psychologues peuvent utiliser à leur avantage, en les perfectionnant pour tirer le meilleur parti de chacun d'entre eux. Une équipe pédagogique d'experts en la matière a rassemblé dans ce Certificat les Principales Techniques Psychologiques Appliquées au Sport, afin que l'étudiant acquière une expertise particulière dans l'utilisation et l'application de toutes ces techniques.

Grâce à des ressources multimédias de haute qualité et à des lectures complémentaires étendues pour chaque sujet, le psychologue bénéficiera d'un soutien constant pour réussir cette qualification dans les 6 semaines qu'elle dure. Le format entièrement en ligne, sans cours en face à face ni horaires fixes, permet au psychologue de décider de la manière d'assumer la totalité de la charge de cours, et de la répartir comme il le souhaite.

Ce **Certificat en Techniques Psychologiques Appliquées au Sport** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- Le développement d'études de cas présentées par des experts en Coaching et en psychologie du sport
- Des contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- Des exercices où le processus d'auto-évaluation peut être réalisé pour améliorer l'apprentissage
- Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- Des cours théoriques, des questions à l'expert, des forums de discussion sur des sujets controversés et un travail de réflexion individuel
- Il est possible d'accéder aux contenus depuis tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion à internet



*Approfondir l'utilisation de la Mindfulness et de la PNL dans le sport, en assurant une gestion correcte de la motivation et de l'émotion des joueurs"*

“

*Vous aurez accès à une classe virtuelle disponible 24 heures sur 24, avec un contenu étendu sur la motivation et les techniques psychologiques dans le domaine du sport”*

Le programme comprend, dans son corps enseignant, des professionnels du secteur qui apportent à cette formation l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus de grandes sociétés et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel. Ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage Par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long de l'année académique. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

*Inscrivez-vous dès aujourd'hui et ne ratez pas l'occasion de faire partie de la plus grande institution académique en ligne du monde, TECH.*

*Faites progresser votre carrière de manière significative avec un Certificat adapté à la psychologie du sport au plus haut niveau.*



# 02

# Objectifs

L'utilisation de techniques psychologiques de toutes sortes est plus que répandue dans le monde du sport. C'est pourquoi l'objectif de ce diplôme est de faire en sorte que les psychologues obtiennent les meilleurs outils possibles pour mener à bien leur travail le plus efficacement possible. À cette fin, tous les contenus ont été abordés d'un point de vue éminemment pratique, avec une contextualisation cohérente à travers des cas simulés et des exemples réels pour chaque sujet.





“

*Atteignez vos objectifs professionnels les plus ambitieux dans le domaine du sport en maîtrisant les techniques utilisées dans les plus hautes sphères de la compétition”*



## Objectifs généraux

---

- ♦ Étudier la gestion des équipes de haute performance sur le plan psychologique et motivationnel
- ♦ Examiner les piliers de base sur lesquels repose la psychologie du sport
- ♦ Analyser les applications possibles des techniques et méthodologies les plus courantes dans le Coaching sportif
- ♦ Apprendre les techniques psychologiques les plus fréquemment utilisées dans le domaine du sport
- ♦ Étudier les différents outils interdisciplinaires du psychologue et Coach sportif





## Objectifs spécifiques

---

- ♦ Approfondir le sport inclusif et les sports spécifiques
- ♦ Démêler le processus de prise de décision dans le sport
- ♦ Pour en savoir plus sur les plans d'objectifs et de concours complets
- ♦ Étude approfondie des techniques permettant de renforcer la confiance et la maîtrise des émotions

“

*Positionnez-vous comme un psychologue de premier plan grâce à une application magistrale des techniques de psychologie du sport les meilleures et les plus efficaces”*

03

# Direction de la formation

Ce programme académique dispose du personnel enseignant le plus spécialisé sur le marché de l'éducation actuel. Il s'agit des spécialistes sélectionnés par TECH pour développer l'ensemble de l'itinéraire. Ainsi, sur la base de leur propre expérience et des données les plus récentes, ils ont conçu le contenu le plus actuel qui offre une garantie de qualité dans un sujet aussi pertinent.



“

*TECH vous offre le personnel enseignant le plus spécialisé dans le domaine d'étude. Inscrivez-vous maintenant et profitez de la qualité que vous méritez”*

## Directeur invité international

Dr Barbara Roberts est une psychologue clinicienne de premier plan, dont l'expérience dans le domaine de la santé mentale des sportifs est internationalement reconnue. Elle a joué un rôle important en tant que Directrice du Bien-être et des Études Cliniques pour l'équipe de football des Washington Commanders, un poste qui a fait d'elle l'une des rares professionnelles titulaires d'un doctorat en Psychologie Clinique à travailler à plein temps pour une franchise de la NFL. Dans ce cadre, elle s'est attachée à mettre en œuvre une approche proactive de la gestion de la santé mentale, en cherchant à établir une base solide pour le bien-être des joueurs et son impact sur les performances et la santé en général.

En outre, sa carrière professionnelle l'a amené à jouer un rôle important au sein du Bureau Fédéral des Prisons (Federal Bureau of Prisons) et de l'U.S. Army Aberdeen Proving Ground, où elle a développé des programmes de soutien aux détenus et aux militaires souffrant de problèmes d'abus de substances. En outre, elle a travaillé pour l'Administration des Services de Santé Mentale et d'Abus de Substance (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) et pour le Bureau de la Politique Nationale de Contrôle des Drogues, ce qui lui a permis d'évaluer et d'améliorer les programmes de traitement à l'échelle du pays.

Le Dr Barbara Roberts a également mis à profit son expertise en matière de méthodes fondées sur des données probantes, telles que l'entretien motivationnel, pour créer un environnement de confiance avec les joueurs et les aider à relever les défis de leur carrière et de leur vie personnelle. À cet égard, son approche est unique dans sa capacité à normaliser la santé mentale dans l'environnement sportif et à offrir un soutien continu et personnalisé. En retour, elle a excellé dans son engagement à aider les joueurs à travers les différentes étapes de leur carrière, depuis leurs premières années dans la NFL jusqu'à la vie après la retraite.



## Dr. Roberts, Barbara

---

- ♦ Directrice du Bien-être et des Services Cliniques aux Washington Commanders, Washington D.C., États-Unis
- ♦ Psychologue Clinique au Centre Médical de l'Université de Georgetown
- ♦ Analyste et Coordinatrice de la Politique de Santé au Bureau de la Politique Nationale de Contrôle des Drogues de la Maison Blanche
- ♦ Psychologue Clinicienne à l'Administration des Services de Santé Mentale et d'Abus de Substances (Substance Abuse and Mental Health Services Administration)
- ♦ Doctorat en Psychologie Clinique, Université d'Oklahoma
- ♦ Licence en Psychologie de l'Université de Fisk

“

*Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”*

# 04

## Structure et contenu

Le programme de ce Certificat rassemble les connaissances d'une équipe pédagogique hautement qualifiée, tout en offrant une vision globale de la psychologie du sport au plus haut niveau. Grâce à la méthodologie d'enseignement *Relearning* les étudiants n'auront pas à investir de nombreuses heures d'étude pour réussir le programme, car ils acquerront les compétences psychologiques les plus avancées du diplôme de manière progressive et naturelle tout au long du cours.



“

*Il approfondit le matériel audiovisuel de haute qualité, avec des vidéos détaillées et des résumés qui rendront votre apprentissage beaucoup plus efficace”*

### Module 1. Techniques psychologiques appliquées au sport

- 1.1. Sport inclusif et sports spécifiques
- 1.2. La prise de décision dans le sport
- 1.3. Entraîner le coach. Accompagnement des entraîneurs
- 1.4. Établir des objectifs et des plans de concours complets
- 1.5. Techniques pour promouvoir la confiance et la maîtrise des émotions
- 1.6. Effets de la sensibilisation à l'apprentissage sur la confiance, l'auto-efficacité et les performances
- 1.7. Formation à l'auto-apprentissage
- 1.8. *Mindfulness* appliqué au sport
- 1.9. La PNL appliquée au sport
- 1.10. Motivation et émotion



“

*Vous pourrez télécharger  
tout le matériel didactique et  
y avoir accès même après  
avoir terminé le Certificat”*

05

# Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***el Relearning***.

Ce système d'enseignement est utilisé, par exemple, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le ***New England Journal of Medicine***.



“

*Découvrez Relearning, un système qui abandonne l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui nécessitent une mémorisation"*

## À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, le psychologue expérimente un mode d'apprentissage qui ébranle les fondements des universités traditionnelles du monde entier.*



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit basé sur la vie professionnelle actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de la pratique professionnelle du psychologue.

“

*Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard"*

#### L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les psychologues qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale, grâce à des exercices d'évaluation de situations réelles et à l'application des connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques qui permettent au psychologue de mieux intégrer ses connaissances dans la pratique clinique.
3. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



## Relearning Methodology

À TECH, nous enrichissons la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: le Relearning.

Notre université est la première au monde à combiner des études de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque leçon, ce qui constitue une véritable révolution par rapport aux simples études de cas et analyses.



*Le psychologue apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage par immersion.*

Selon les indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde hispanophone (Columbia University). La méthode Relearning, à la pointe de la pédagogie mondiale, a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels finalisant leurs études.

Cette méthodologie a permis de former plus de 150.000 psychologues avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.*

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



#### Les dernières techniques et procédures en vidéo

TECH rapproche les étudiants des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques et de l'actualité de la psychologie. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



#### Résumés interactifs

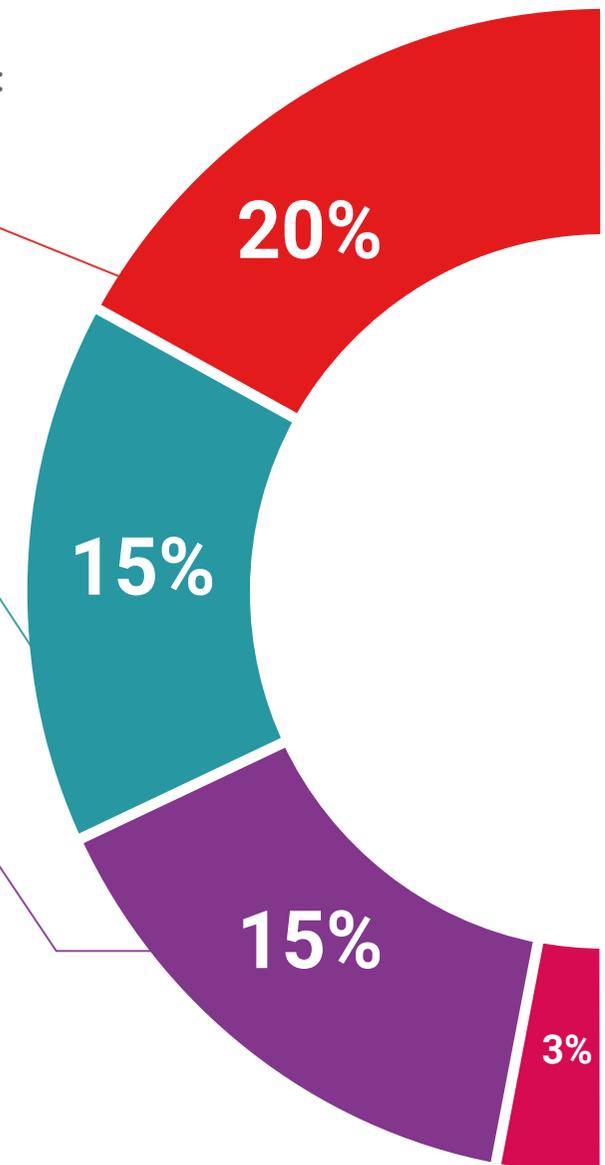
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



#### Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





#### Études de cas dirigées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



#### Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



#### Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



#### Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



# 06 Diplôme

Le Certificat en Techniques Psychologiques Appliquées au Sport vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

*Finalisez cette formation avec succès et recevez votre diplôme universitaire sans avoir à vous soucier des déplacements ou des démarches administratives”*

Ce **Certificat en Techniques Psychologiques Appliquées au Sport** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Techniques Psychologiques Appliquées au Sport**

N.° d'Heures Officielles: **150 h.**



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.



## Certificat

### Techniques Psychologiques Appliquées au Sport

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 2 à 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Techniques Psychologiques  
Appliquées au Sport



**tech** université  
technologique