



# DIPLÔME UNIVERSITAIRE

## Développement et Optimisation des Ressources Psychologiques et Mentales en Haute Performance Sportive



# DESCRIPTION DU DIPLÔME UNIVERSITAIRE

---

Le Diplôme d'Université **DORPSY « Développement et Optimisation des Ressources Psychologiques et Mentales en Haute Performance Sportive »** est un diplôme universitaire, **100 % à distance**, délivré par l'**UFR STAPS de Nancy**, en partenariat avec **IFDIS Ingénierie du Sport**.

La préparation à la performance demande le développement de **compétences particulières en encadrement** dans l'optique de valoriser les moyens organisés autour du sportif pour **optimiser l'engagement de toutes ses ressources afin d'améliorer la résilience mentale**, la concentration, la gestion des émotions et la capacité à maintenir un état de performance optimal tout au long de son parcours sportif.

Il est également nécessaire d'**allier la démarche et les outils propres à l'accompagnement psychologique** d'une part et au **développement des ressources mentales** d'autre part afin de favoriser une **approche globale centrée sur l'humain**.

Il s'agira de comprendre et d'appliquer les **concepts clés de la psychologie**, de développer des **outils pratiques d'évaluation** et de **gestion des habiletés mentales et psychologiques**, d'apprendre à utiliser la psychologie pour optimiser la performance et s'assurer du bien-être des sportifs à chaque étape clé.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

---

Sensibiliser, initier et perfectionner les entraîneurs, les professionnels du sport et les sportifs à **l'accompagnement psychologique et au développement des ressources mentales**

Favoriser le développement et l'optimisation des **capacités émotionnelles, cognitives et comportementales** fondamentales pour mieux faire face aux défis de la haute performance sportive en état de confiance maximale

## PUBLICS PRIORITAIRES

---

Cette formation s'adresse aux :

- Titulaire d'une **Licence / Master en STAPS**
- **Professionnel de santé** (kinésithérapeute, ostéopathe...)
- Titulaire d'un **diplôme sportif BPJEPS / DEJEPS / DESJEPS** (ou équivalent)
- **Sportif de haut niveau** sous réserve d'un diplôme de niveau IV
- Candidat ayant une **expérience significative de l'entraînement**, sans diplôme sportif
- Projet de **reconversion** dans le milieu sportif

Une **implication avérée et une expérience dans le milieu sportif** sont fortement appréciées.

# ORGANISATION DU DIPLÔME UNIVERSITAIRE

---

## CALENDRIER PRÉVISIONNEL 2026 – 2027

### SESSION 1

Réunion de rentrée : **12 octobre 2026**

Début des cours : **19 octobre 2026**

### SESSION 2

Réunion de rentrée : **17 mars 2027**

Début des cours : **22 février 2027**

## VOLUME HORAIRE

Ce D.U. comprend un volume horaire de **100 heures de formation**, réparties en **5 modules** en **distanciel**.

## ENSEIGNEMENTS

---

Voici la liste des **Unités d'Enseignement** suivies pendant la formation.

- **U.E. 1 – ORGANISATION DE L'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE ET DE L'OPTIMISATION MENTALE DU SPORTIF : ENJEUX ET POSITIONNEMENT ÉTHIQUE**
- **U.E. 2 – OUTILS D'ÉVALUATION DES HABILITÉS PSYCHOLOGIQUES ET MENTALES**
- **U.E. 3 – MÉTHODOLOGIE DE L'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE ET MENTAL AU REGARD DES OBJECTIFS ET DES ÉCHÉANCES**
- **U.E. 4 – QUÊTE DE PERFORMANCE : SAVOIR RÉUSSIR, SAVOIR ÉCHOUER**
- **U.E. 5 – PILOTAGE ET SUIVI DU SPORTIF AVEC LES DATA ET L'IA**

## DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

Articulation entre :

- **Éclairages scientifiques** (sur la base de l'identification de problématiques professionnelles et des savoirs associés),
- **Retour et partage d'expériences de terrain de professionnels expérimentés** dans le champ de l'accompagnement psychologique et du développement des ressources mentales pour acquérir des compétences opérationnelles,
- **Mise en situation** des stagiaires dans des temps d'analyse de pratique.

# COMPÉTENCES ACQUISES

---

Voici les différentes **compétences acquises au cours de la formation** :

- Acquisition et développement de **compétences particulières pour valoriser les moyens** organisés autour de l'athlète et optimiser l'engagement de toutes ses ressources,
- Acquisition d'une **méthodologie adaptée à l'accompagnement du sportif** dans le respect de son intégrité,
- **Création d'un plan d'optimisation et de développement** des ressources psychologiques personnalisé,
- **Programmation des séances et des outils** dans l'objectif de décliner un plan de progression individualisé.

## ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

---

La formation est assurée par des **universitaires et des professionnels de l'entraînement**, de l'accompagnement à la compétition, de l'accompagnement psychologique et du développement des ressources mentales.

- **Karine Duclos**, Maître de Conférences des Universités, Université de Lorraine
- **Julien Ralite**, Psychologue
- **Nicolas Matta**, Professeur d'EPS, Enseignant et Expert en préparation physique et mentale
- **Pierre-Yves Roquefere**, Conseiller Technique Pédagogique Supérieur Ministère des Sports  
– DTN Wushu

## COÛT DE LA FORMATION

---

- Si vous financez personnellement votre formation : **2 800 €**
- Si votre formation est partiellement ou totalement prise en charge par un organisme financeur : **3 800 €**
- Si vous êtes Sportif de Haut Niveau : **2 500 €**

**Ces tarifs ne comprennent pas les frais d'inscription à l'Université de Lorraine**, disponibles sur son site internet.

## PROCÉDURE D'INSCRIPTION

---

Les inscriptions s'effectuent via la plateforme **eCandidat** : [ecandidat.univ-lorraine.fr](https://ecandidat.univ-lorraine.fr)

## OÙ SOMMES-NOUS ?

---

### Faculté des Sciences du Sport de Nancy – UFR STAPS

30 rue du Jardin Botanique - CS 30156  
54603 Villers-lès-Nancy

## CONTACTS

---

### Accueil de la faculté

☎ 03 72 74 67 10

✉ [staps-fc-contact@univ-lorraine.fr](mailto:staps-fc-contact@univ-lorraine.fr)

### Responsable de la formation

**Karine Duclos**

☎ 03 72 74 67 23

✉ [karine.duclos@univ-lorraine.fr](mailto:karine.duclos@univ-lorraine.fr)

### Gestionnaire de la Formation Continue

**Chryslène Nicolas**

☎ 03 72 74 67 16

✉ [chryslene.nicolas@univ-lorraine.fr](mailto:chryslene.nicolas@univ-lorraine.fr)