



RÉSEAU GRAND INSEP

La dimension mentale : un enjeu de la performance

Les 20 et 21 novembre 2019, le deuxième groupe de travail sur « les enjeux de la dimension mentale pour les sportifs de haut niveau » s'est réuni à l'INSEP. Engagé dans une dynamique d'optimisation de la performance, le Réseau Grand INSEP a vu ses acteurs se mobiliser autour de cette thématique afin d'apporter des pistes de réflexion et d'amélioration.

Published on 21 November 2019

Cette action, pilotée par le Pôle Performance de l'INSEP, s'articule autour de trois groupes de travail INSEP/Réseau Grand INSEP. Une première session avait ainsi été organisée début octobre pour aborder l'éducation à la performance, avant que les acteurs du Réseau Grand INSEP ne se rassemblent en ce mois de novembre pour échanger autour des facteurs d'accompagnement à long terme sur la dimension psychologique. Enfin, un dernier groupe de travail se réunira très prochainement afin d'enrichir la réflexion avant d'engager de nouveaux angles d'action.

L'ambition affichée pour cette année 2020 est de pouvoir construire une réelle vision partagée sur la thématique de la dimension mentale. L'objectif est ainsi d'instaurer des protocoles précis et d'identifier les processus à mettre en place pour accompagner au mieux les sportifs de haut niveau et leurs encadrants.

Cette démarche permettra notamment de renforcer le réseau national des professionnels travaillant sur la dimension mentale et de définir une posture commune à adopter avec en ligne de mire un colloque international dédié à cette thématique organisé par l'INSEP à la fin de l'année 2020.