



Bibliothèques de l'Université d'Orléans  
*un réseau de bibliothèques à votre service*

# Bibliothèque Sciences Technologies Staps

**Bibliographie de documents  
sur le thème**

DEVELOPPEMENT PERSONNEL  
PREPARATION MENTALE  
COACHING



Du 1<sup>er</sup> au 30 avril 2019



## POUR LES SPORTIFS

BAQUÉ, Cyril. *Le coaching des acteurs sportifs: une nécessaire professionnalisation du management sportif pour gérer ses ressources humaines*. Saint-Quentin-en Yvelines : Chiron, 2007. ISBN 978-2-7027-1194-1. **796.06 BAQ**

BAREL, Philippe, NIEL, Xavier, ABITBOL, Jean, DUPOND-MORETTI, Éric, KOSCIUSKO-MORIZET, Pierre, NÉRY, Guillaume et MICHALAK, Christophe. *Le talent dans le sport et ailleurs: développer un état d'esprit, sublimer ses compétences*. 2017. ISBN 978-2-85180-971-1. **796.01 BAR**

BELLARD, Franck. *Entraîner autrement: le développement personnel au service de l'excellence sportive*. 2017. ISBN 978-2-85180-980-3. **796.01 BEL**

BEL LEGROUX, Jonathan. *Autohypnose et performance sportive: manuel pratique d'entraînement mental pour le sportif*. 2018. ISBN 978-2-7576-0341-3. **796.01 BEL [Nouvelle acquisition]**

BOUZID, Saïd et MARI-BOUZID, Marion. *Champion mode d'emploi: manuel de Préparation mentale, physique et technico-tactique en sports de combat*. 2018. ISBN 978-2-14-005916-2. **796.8 MAR [Nouvelle acquisition]**

CAMBOULIVES, Carine. *Équitation, optimisez votre potentiel!: préparation mentale, avant, pendant et après la compétition : outils et stratégies*. Paris : @mphora, 2013. ISBN 978-2-85180-853-0. **798.2 CAM**

DUCASSE, François et CHAMALIDIS, Makis. *Champion dans la tête: la recherche de la performance dans le sport et dans la vie*. Montréal : Éditions de l'Homme, 2006. ISBN 978-2-7619-2310-1. **796.01 DUC**

GARCIA, Olivier. *Surf aptitude guide de préparation mentale*. Biarritz : Atlantica, 2011. ISBN 978-2-7588-0403-1. **797.32 GAR**

GÉRARD, Fabienne. *Champion mode d'emploi: expérimentation, observation, intégration*. Paris : Amphora, 2012. ISBN 978-2-85180-819-6. **796.01 GER**

HUGUET, Sophie. *Sport, psychologie et performance du sportif au champion: la quête de soi!* Paris : Amphora, 2014. ISBN 978-2-85180-888-2. **796.01 HUG**

LAFAIX, Ronan. *Tennis un nouveau coaching pour gagner*. Paris : Amphora, 2012. ISBN 978-2-85180-827-1. **796.342 LAF**

LAFONT, Damien. *Sport, entrez dans la zone voyage au coeur des expériences intérieures*. Paris : Amphora, 2011. ISBN 978-2-85180-807-3. **796.01 LAF**

LAHMAN, Lynda. *Se forger un mental de champion: exercices pour optimiser la préparation mentale*. 2016. ISBN 978-2-8073-0284-6. **796.01 LAH**

LAMBERT, Yves et CAYCEDO, Natalia. *Petit manuel de préparation mentale: tous sports, tous niveaux*. 2017. ISBN 979-10-90138-53-7. **796.01 LAM**

LECLAIR, Philippe et FLETCHER, Béatrice. *La préparation mentale du cavalier en compétition: le cavalier intérieur*. Paris : Belin, 2012. ISBN 978-2-7011-5195-3. **798.2 LEC**

LE DEUFF, Hervé. *Entraînement mental et coaching du sportif: apprendre à mieux se connaître et à créer les conditions optimales de performance*. 2016. ISBN 978-2-85180-949-0. **796.01 LED**

LONGUÈVRE, Renaud. *Mon coach running*. 2018. ISBN 978-2-263-15614-4. **796.42 LON [Nouvelle acquisition]**

MENTHÉOUR, Erwann. *Mon coach musculation*. 2018. ISBN 978-2-263-15616-8. **796.41 MEN [Nouvelle acquisition]**

MOURATOGLOU, Patrick, ABGRALL, Fabrice et THOMAZEAU, François. *Le coach*. Paris : Arthaud, 2015. ISBN 978-2-08-135101-1. **796.342 MOU**

PAQUET, Yvan, LEGRAIN, Pascal et ROSNET, Elisabeth. *150 petites expériences de psychologie du sport: pour mieux comprendre les champions ... et les autres*. Paris : Dunod, 2007. ISBN 978-2-10-050711-5. **796.01 PAQ**

PEDROLETTI, Michel. *Natation: de l'apprentissage aux Jeux olympiques : technique, entraînement, mental*. Paris : Amphora, 2009. ISBN 978-2-85180-754-0. **797.21 PED**

PIA, Marylène. *Gérer la pression en compétition vos solutions pour performer, vos fiches pratiques tous sports*. Paris : Amphora, 2010. ISBN 978-2-85180-778-6. **796.01 PIA**

QUIGNON-FLEURET, Dominique et RIGAUDEAU, Antoine. *Devenir champion*. Paris : Solar éditions, 2016. ISBN 978-2-263-07272-7. **796.01 QUI**

RIPOLL, Hubert. *Le mental des champions: comprendre la réussite sportive*. Paris : Éd. Payot & Rivages, 2012. ISBN 978-2-228-90765-1. **796.01 RIP**

RIPOLL, Hubert. *Le mental des coaches: manager la réussite sportive*. Paris : Payot, 2012. ISBN 978-2-228-90763-7. **796.01 RIP**

ROBINSON. *Le coaching sportif*. Bruxelles : De Boeck Université, 2012. ISBN 978-2-8041-7150-6. **796.077 ROB**

ROQUEFERE, Pierre-Yves. *Coach 3.0: le spécialiste performance : développez un management sportif performant à l'aide des nouvelles technologies*. 2017. ISBN 978-2-85180-967-4. **796.077 ROQ**

SIMEONE, Diego et DAVID, François. *Mes secrets de coach*. 2017. ISBN 979-10-93463-58-2. **796.334 SIM**

TARGET, Christian et PETITJEAN, Ingrid. *La bible de la préparation mentale: la méthode Target : de la théorie à la pratique*. 2016. ISBN 978-2-85180-931-5. **796.01 TAR**

TESSIER, Damien. *La motivation: sport de haut niveau, éducation physique*. Paris : Ed. EPS, 2013. ISBN 978-2-86713-465-4. **796.01 MOT**

TOTH, Patrick. *Sports d'endurance: repoussez vos limites : le mental de l'athlète face au point de rupture*. Paris : Amphora, 2010. ISBN 978-2-85180-793-9. **797.077 TOT**

VAILLANT, Jean-Philippe. *Tennis pensez comme un champion: mode d'emploi pour gagner*. Paris : Amphora sports, 2008. ISBN 978-2-85180-751-9. **796.342 VAI**

## POUR TOUS

BALTA, François. *L'autosupervision pour coachs et psychothérapeutes: une méthode et un mode d'emploi d'orientation systémique*. 2017. ISBN 978-2-84922-489-2. **616.891 4 BAL**

BARREAU, Pascal et PERRASSE, Martine. *Coacher de la théorie à la pratique*. Rueil-Malmaison : Lamarre, 2011. ISBN 978-2-7573-0444-0. **362.11 CAD**

BERNHARDT, Odile, COLNOT, Francis, VITRY, Florence et PICHAT, Michaël. *Comprendre et pratiquer le coaching personnel: comment devenir un bon coach de vie*. Paris : InterEditions, 2015. ISBN 978-2-7296-1536-9. **658.314 BER**

BERTHOZ, A et DEBRU, Claude. *Anticipation et prédiction: du geste au voyage mental*. 2015. ISBN 978-2-7381-3248-2. **153.4 ANT**

BIGWOOD, Sara. *Baby coaching, 0-6 mois: les clefs pour avoir confiance, comprendre et aimer votre bébé*. Paris]; Bruxelles : De Boeck, 2011. ISBN 978-2-8041-6341-9. **618.92 BIG**

BOURQUIN, Olivier. *La performance sur mesure: sport, santé, libido, poids, sommeil*. Lausanne : Favre, 2018. ISBN 978-2-8289-1685-5. **613.7 BOU [Nouvelle acquisition]**

BUJON, Thomas et MOUGEOT, Frédéric. *Le sport dans la douleur: de l'automédication au mental training*. 2017. ISBN 978-2-7061-2703-8. **613.8 BUJ**

BURTON, Kate, PLATTS, Brinley N et BILLON, Christophe. *La confiance en soi pour les nuls*. Paris : First éd., 2008. ISBN 978-2-7540-0647-7. **158.2 BUR**

CARNEY, Scott et MANISE, David. *Tout ce qui ne nous tue pas: à la découverte de notre extraordinaire potentiel*. Paris : Amphora, 2017. ISBN 978-2-85180-959-9. **613.71 CAR**

CLOULAS, Cécile. *L'entretien de personnalité: se connaître et se valoriser*. 2018. ISBN 978-2-340-02638-4. **378.1 CLO [Nouvelle acquisition]**

DELIVRÉ, François. *Le métier de coach: [spécificités, rôles, compétences]*. Paris : Eyrolles - Ed. d'Organisation, 2011. ISBN 978-2-7081-3139-2. **658.4 DEL**

GEOFFROY, Christophe. *Coachez votre corps: 200 exercices et programmes pour être en forme*. Cumières : Éditions C. Geoffroy, 2013. ISBN 979-10-90653-02-3. **613.71 GEO**

HIGY-LANG, Chantal et GELLMAN, Charles. *Le coaching*. Paris : Ed. d'Organisation, 2009. ISBN 978-2-7081-2693-0. **658.314 HIG**

LE DEUFF, Hervé. *Le manuel de la forme: coaching physique et mental: forme et vitalité, la performance au quotidien*. Paris : Amphora sports, 2005. ISBN 978-2-85180-664-2. **613.71 LED**

LENHARDT, Vincent et FOURCADE, Jean-Michel. *Au coeur de la relation d'aide: réflexion sur des fondamentaux de la thérapie et du coaching*. 2018. **158.1 LEN [Nouvelle acquisition]**

ORTÉGA, Jean-Marc. *Coaching: arts martiaux et PNL au service de votre efficacité personnelle*. Paris : G. Trédaniel, 1999. ISBN 978-2-84445-092-0. **158.2 ORT**

SOUWEINE, François, DELIVRÉ, François, PHILIPPE, Noëlle et ACADÉMIE DU COACHING. *Coacher pour la première fois*. Paris : Eyrolles : Ed. d'Organisation, 2009. ISBN 978-2-212-54412-1. **658.314 SOV**