**Offre stage 2024-2025, M2 sciences cognitives**

**Encadrants :** Geoffrey DURAN (geoffrey.duran@univ-lyon2.fr) & Emilie FAVRE (emilie.favre@univ-lyon2.fr)

**Laboratoire d’accueil :** EMC

**Durée du stage :** 300h présentiel

**Objectif projet :** développement d’un programme de “respiration lente” (paced breathing), basé sur les données probantes de la littérature scientifique. Cette technique de respiration est traditionnellement utilisée dans des pratiques ancestrales de yoga et de méditation. Elle est depuis plusieurs années étudiée dans le champ des neurosciences, notamment pour ses effets potentiels sur la réduction du stress chronique.

**Contenu du stage :** L’étudiant.e devra développer le contenu didactique à visée psychoéducative et l’environnement sensoriel (visuel, auditif) du programme, à partir des données probantes de la littérature scientifique. Il.elle sera ensuite chargé.e d’évaluer l’expérience utilisateur auprès d’un échantillon de la population générale (agréabilité, clarté, facilité d’utilisation, ...).

**Profil recherché :** étudiant.e qui présente des compétences spécifiques et/ou un intérêt pour :

* Le domaine d’étude : gestion du stress, bien-être
* L'infographie
* Codage (JavaScript)
* Outil d’enquête (LimeSurvey)

**Candidature à envoyer aux encadrants du stage avant le 20/09/2024, pour un entretien à partir du 23/09/2024 (visioconférence possible).**