



Année : 2023, 2024

Lieu : Lyon

Psychologie positive en formation : comment la mobiliser - FORMATION

Réf. : FOFPP03B



Compétences Visées

Découvrir et intégrer les apports de la psychologie positive dans ses pratiques pédagogiques.

Objectifs, Contenus

Découvrir la psychologie positive et ses apports en formation

- Les origines, les définitions, le champ d'études scientifiques…
- Les principaux domaines d'études en psychologie positive.
- Les composantes du bien-être selon Seligman : émotions positives, expérience optimale, pleine conscience, sens, réussite, relations interpersonnelles.
- Les composantes du bien-être en situation d'apprentissage.

S'initier à la pleine conscience et l'utiliser en formation

- Les définitions, les origines, le développement.
- Les données scientifiques sur le sujet.
- Les considérations pratiques.
- La pleine conscience et l'apprentissage.

Comprendre le concept de flexibilité psychologique et favoriser son développement en formation

- L'association du concept à un modèle thérapeutique: ACT ou Thérapie d'Acceptation et d'Engagement.
- Les différentes dimensions de la flexibilité psychologique : acceptation, représentations de soi, valeurs, actions engagées, prise de distance avec ses pensées et croyances, instant présent.
- Les métaphores et les autres outils.
- L'utilisation en pédagogie des dimensions de la flexibilité psychologique : apprentissage et conduite de changement.

Faire le lien entre les apports de la formation et ses propres pratiques pédagogiques

- L'intégration des données et outils dans ma pratique pédagogique et leur impact.

Personnes concernées

Cadre, formateur, personnel médical et paramédical, psychologue.

Lyon 2023

Durée

2 jours

» du 22/06/2023 au 23/06/2023

Intervenant

PERRET Sébastien

- Spécialisé en psychopathologie et neuropsychologie du vieillissement
- Psychologue clinicien
- Psychomotricien DE
- Neuropsychologue
- DU de thérapies cognitives et psychocomportementales
- Clown hospitalier
- Spécialiste de la relation d'aide et de la psychologie positive

Prix

Tarif **Inter** : **750 €** Net de taxe

Tarif **Intra** : **Nous consulter**

Lyon 2024

Durée

2 jours

» du 14/11/2024 au 15/11/2024

Intervenant

PERRET Sébastien

- Spécialisé en psychopathologie et neuropsychologie du vieillissement
- Psychologue clinicien
- Psychomotricien DE
- Neuropsychologue
- DU de thérapies cognitives et psychocomportementales
- Clown hospitalier
- Spécialiste de la relation d'aide et de la psychologie positive

Prix

Tarif **Inter** : **750 €** Net de taxe

Tarif **Intra** : **Nous consulter**

Méthode

- Apports cognitifs et réflexifs.
- Ateliers expérientiels autour du modèle de Seligman.

Valeur ajoutée de la formation

La formation se présente comme une immersion dans les domaines de la psychologie positive, de la pleine conscience et de la flexibilité psychologique avec de nombreux ateliers expérientiels didactiques. Les outils proposés pourront être directement exploités par les participants intervenant en secteur sanitaire et médicosocial.

Prérequis

» Aucun

Dispositif D'évaluation

L'évaluation sera réalisée à l'aide des critères suivants :

- **Les attentes** des participants seront recueillies par le formateur lors du lancement de la formation et confrontées aux objectifs de formation.
- **Les acquis / les connaissances** seront évalués en début et en fin de formation par l'intermédiaire d'un outil proposé par le formateur (quiz de connaissances, questionnaire, exercice de reformulation, mise en situation...).
- **La satisfaction** des participants à l'issue de la formation sera évaluée lors d'un tour de table, le cas échéant en présence du commanditaire de la formation, et à l'aide d'un questionnaire individuel « à chaud » portant sur l'atteinte des objectifs, le programme de formation, les méthodes d'animation et la qualité globale de l'intervention.
- A distance de la formation : il appartiendra aux stagiaires **d'analyser les effets de la formation sur les pratiques individuelles et collectives de travail**, notamment lors de leur entretien professionnel. Des outils pourront être suggérés pendant la formation (plans d'action, préfiguration d'un plan d'amélioration des pratiques individuelles et collectives, grille de suivi personnalisé de mesure d'impact...).

À noter

Voir aussi

- [Sciences cognitives pour innover en formation](#)
- [Manager par la psychologie positive](#)