

## DIPLOME UNIVERSITAIRE DE PSYCHOLOGIE POSITIVE : FONDEMENTS ET APPLICATIONS

Planning prévisionnel 2019-2020

Fil good Aurélie Crétin, Isabelle Filliozat, Catherine Gueguen, Claire Mizzi, Thierry Nadisic

### SEMINAIRE 1 (UE 1) FONDEMENT DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE ET INTERVENTIONS EFFICACES

| JOURS               | HEURES      | MODULE  | COURS  | INTERVENANT  |
|---------------------|-------------|---|--|--|
| Lundi 14 octobre    | 9h-12h      | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Introduction aux fondements de la psychologie positive   | R. Shankland, Maître de Conférences, Responsable du DU de Psychologie Positive, Université Grenoble Alpes<br>J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE |
|                     | 13h-14h     | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>            | Méthodologie de recherche en psychologie positive (méthodologie du mémoire, dossiers) (+ Tutoriel BBB 30 min à 13h30)                              |  |
|                     | 14h-15h     | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Introduction aux fondements de la psychologie positive   |  |
|                     | 15h-17h     | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>            | La gratitude : pratiques, efficacité, mécanismes explicatifs   |  |
| Mardi 15 octobre    | 9h-12h      | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Théorie de l'autodétermination et climat d'établissement   | D. Tessier, Maître de Conférences, Université Grenoble Alpes   |
|                     | 13h-14h     | <b>Mod8. Evaluation et suivi de projets</b>                             | Echelles validées en psychologie positive  | Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive, Grenoble  |
|                     | 14h-17h     | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>            | Développer la motivation et le bien-être dans les établissements   | Béatrice Imbert, DUPP, instructrice pleine conscience et formatrice pour l'éducation nationale.  |
| Mercredi 16 octobre | 9h-11h      | <b>Mod12. Animation de groupe</b>                                       | Application : Programme CARE1  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE  |
|                     | 11h-13h     | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>        | Approche centrée solution, présentation programme CARE, éthique de l'intervention  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE  |
|                     | 14h-17h     | <b>Mod12. Animation de groupe</b>                                       | Animation d'interventions de psychologie positive : l'approche centrée solutions   | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution  |
| Jeudi 17 octobre    | 9h-12h      | <b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b>      | Interventions de psychologie positive en éducation   | L. Reynaud, co-fondatrice de ScholaVie, formatrice en Education Positive   |
|                     | 12h15-13h15 | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Conférence Fil good  |  |
|                     | 14h-15h     | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> |  |  |
|                     | 15h-17h     | <b>Mod3. Mindfulness et bien-être</b>                                   | Découverte de la présence attentive : Programme FOVEA  | Samuel Garnier, responsable de la formation des cadres du travail social, IFTS Grenoble, éducateur   |
| Vendredi 18 octobre | 9h-10h      | <b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b>      | Journée de l'innovation positive : présentation d'intervenants ayant développé des programmes favorisant le bien-être des individus et des groupes | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE<br>R. Shankland, Maître de Conférences, Responsable du DU de Psychologie Positive, UGA                       |
|                     | 10h-11h     | <b>Mod3. Mindfulness et bien-être</b>                                   |  |  |
|                     | 11h-12h     | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>            |  |  |
|                     | 15h-17h     | <b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>              |  |  |

## WEBINAR

|   |                      |            |  |  |   |
|---|----------------------|------------|--|--|---|
| 1 | Mercredi 6 nov       | 8h45-11h45 | <b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b> | Les forces   | Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive, Grenoble                                   |
| 2 | Mercredi 13 nov      | 8h45-11h45 | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>   | Programme CARE2  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE       |
| 3 | Mercredi 20 novembre | 8h45-11h45 | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>   | Programme CARE3  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE       |
| 4 | Mercredi 27 novembre | 8h45-11h45 | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>   | Programme CARE4  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE       |
| 5 | Mercredi 4 décembre  | 8h45-11h45 | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>   | Programme CARE5  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE       |
| 6 | Mercredi 11 décembre | 8h45-11h45 | <b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>                   | Du diagnostic à l'élaboration de projet : les forces dans la classe et l'inclusion | Nicolas Bressoud, DUPP, Enseignant et formateur d'enseignant Haute Ecole du Professorat, Suisse |
| 7 | Mercredi 18 décembre | 8h45-11h45 | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>       | Optimisme et locus de contrôle   | Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive   |
| 8 | Mercredi 8 janvier   | 8h45-11h45 | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>   | Programme CARE6  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE       |
| 9 | Mercredi 15 janvier  | 8h45-11h45 | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>   | Programme CARE7  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE       |

## SEMINAIRE2 ( UE2 et UE 3) PSYCHOLOGIE POSITIVE APPLIQUEE A LA PROMOTION DE LA SANTE

| JOURS               | HEURES         | MODULE   | COURS   | INTERVENANT  |
|---------------------|----------------|--|---|--|
| Lundi 20 janvier    | 9h-12h/13h-17h | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>  | Impact sur la santé physique, mentale et sociale, de l'altruisme et de l'empathie | Emmanuelle Lebarbenchon, Maître de Conférences, Université Aix-Marseille                     |
| Mardi 21 janvier    | 9h-13h         | <b>Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Construction et impact de l'évaluation de soi                                     | Cécile Nurra, Maître de Conférences en psychologie sociale, LARAC, Université Grenoble Alpes |
|                     | 14h-17h        | <b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>      | Gestion du stress et implémentation de l'intention                                | A. Gauchet, Maître de conférences, Université de Grenoble                                    |
| Mercredi 22 janvier | 9h-11h         | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>         | Programme CARE8   | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE    |
|                     | 11h-13h        | <b>Mod12. Animation de groupe</b>  | Animation d'interventions positives : pratique de l'approche centrée compétences  | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution                  |
|                     | 14h-17h        | <b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>      | Interventions de réduction des ruminations et de la procrastination               | C. Baeyens, Maître de conférences, Université de Grenoble                                    |
| Jeudi 23 janvier    | 9h-12h         | <b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>                         | Méthodologie de projet  | B. Lamboy, Docteur en psychologie, Institut Santé Publique France                            |
|                     | 12h15-13h15    | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>         | Conférence Fil good   |  |
|                     | 14h-15h        | <b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>         |   | S. Michelot, éducatrice spécialisée, instructrice MBSR/MBCT, Paris                           |
|                     | 15h-17h        | <b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b>       | Animation d'interventions positives   | S. Michelot, Educatrice Spécialisée, Instructrice MBSR/MBCT, Paris                           |

|                     |                |  |   |   |
|---------------------|----------------|--|---|---|
| Vendredi 24 janvier | 9h-12h/13h-16h | <b>Mod12. Animation de groupe</b>                | Animation d'interventions positives   | S. Michelot, Educatrice Spécialisée, Instructrice MBSR/MBCT, Paris                                |
|                     | 16h-17h        | <b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b> | Du diagnostic à l'élaboration de projet : le programme de développement d'actions | Matthieu Foucher, Psychologue, MAAC-LAB, Lyon<br>Evelyn Rosset, PhD Psychologie, chargée de cours |

### WEBINAR

|    |                     |            |  |  |  |
|----|---------------------|------------|--|--|--|
| 10 | Mercredi 29 janvier | 8h45-11h45 | <b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>                         | Suivi projets mémoires et dossier de pratiques professionnelles  | Joran Farnier, Psychologue, DUPP, Grenoble                                   |
| 11 | Mercredi 5 février  | 8h45-11h45 | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>             | Flow : psychologie de l'expérience optimale  | Joran Farnier, Psychologue, DUPP, Grenoble                                   |
| 12 | Mercredi 12 février | 8h45-11h45 | <b>Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Cultural issues in well-being research (questions culturelles dans les recherches portant sur le bien- | Antonella Delle Fave, Professeur de psychologie, Université de Milan, Italie |
| 13 | Mercredi 4 mars     | 8h45-11h45 | <b>Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | La flexibilité psychologique   | J-L. Monestès, Professeur de psychologie, Université Grenoble Alpes          |

### SEMINAIRE 3 (UE2 suite + UE3) CONCEPTION ET EVALUATION DE PROJETS DE PSYCHOLOGIE POSITIVE

| JOURS            | HEURES         | MODULE   | COURS  | INTERVENANT  |
|------------------|----------------|--|--|--|
| Lundi 9 mars     | 9h-12h         | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>  | Compétences émotionnelles et régulation des émotions                 | Ilios Kotsou, chercheur en psychologie positive à l'Université de Bruxelles, Belgique                  |
|                  | 13h-17h        | <b>Mod3. Mindfulness et bien-être</b>                                    | Pleine conscience et acceptation                                     | Ilios Kotsou, chercheur en psychologie positive à l'Université de Bruxelles, Belgique                  |
| Mardi 10 mars    | 9h-12h         | <b>Mod3. Mindfulness et bien-être</b>                                    | Pleine conscience et bienveillance envers soi                        | Claire Mizzi, Psychologue, Psychothérapeute, formatrice pleine conscience                              |
|                  | 13-17h         | <b>Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges</b> | Présentation de diagnostics et de projets                            | R. Shankland, Maître de Conférences, Université Grenoble Alpes   |
| Mercredi 11 mars | 9h-12h         | <b>Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Méthodologie de recherche en psychologie positive                    | N. Brown, MSc Positive Psychology, Université de Groningen   |
|                  | 13h-16h        | <b>Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges</b> | Présentation de diagnostics et de projets                            | R. Shankland, Maître de Conférences, Université Grenoble Alpes   |
| Jeudi 12 mars    | 8h-12h         | <b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>                         | Interventions de psychologie positive dans les organisations         | I. Boniwell, Dr en psychologie, Responsable de l'International Masters in Applied Positive Psychology, |
|                  | 12h15-13h15    | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>             | Conférence "Fil good"  |  |
|                  | 14h-17h        | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>             | Développer la bienveillance dans les établissements scolaires        | Christophe Marsollier, Docteur en Sciences de l'Education, Inspecteur Général de l'Académie de Lyon    |
| Vendredi 13 mars | 9h-12h/13h-17h | <b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b>       | Promotion de la santé mentale positive et compétences psychosociales | B. Lamboy, Docteur en psychologie, Institut Santé Publique France                                      |

### WEBINAR

|    |                   |            |  |  |   |
|----|-------------------|------------|--|--|---|
| 14 | Mercredi 18 mars  | 8h45-11h45 | <b>Mod11. Analyse de pratiques</b>                                       | Suivi projets mémoires et pratiques professionnelles           | Joran Farnier, Psychologue, DUPP, Grenoble  |
| 15 | Mercredi 25 mars  | 8h45-11h45 | <b>Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges</b> | Interventions en institutions                                  | J-F. Thiriet, Infirmier DE, intervenant en psychologie positive                           |
| 16 | Mercredi 1 avril  | 8h45-11h45 | <b>Mod11. Analyse de pratiques</b>                                       | Analyse de pratiques : Approche Centrée Solution               | J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, Approche Centrée Solution, infirmier DE |
| 17 | Mercredi 8 avril  | 8h45-11h45 | <b>Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges</b> | Interventions en entreprise                                    | Robin Fiault, Psychologue, Cabinet PsyA   |
| 18 | Mercredi 15 avril | 8h45-11h45 | <b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>                         | Pleine conscience et bien-être au travail                      | L. Peillod-Book, DRH, Université d'entreprises, Lyon                                      |
| 19 | Mercredi 6 mai    | 8h45-11h45 | <b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>      | Le bien vieillir   | Marine Baudoin, Maître de Conférences, Université de Savoie                               |
| 20 | Mercredi 13 mai   | 8h45-11h45 | <b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>               | Développer le bien-être des personnes en situation de handicap | Mai-Anh Ngo, Maître de Conférences en Droit, Université de Nice                           |

#### **SEMINAIRE 4 (UE2, UE3, UE4 suite) Conception et évaluation de projets de psychologie positive**

| JOURS            | HEURES          | MODULE  | COURS   | INTERVENANT  |
|------------------|-----------------|---|---|--|
| Lundi 15 juin    | 9h-12h/13h-17h  | <b>Mod8. Evaluation et suivi de projets</b>                             | Deuxième Journée d'étude francophone de psychologie positive                  | Laurent Bègue, Professeur d'université en psychologie sociale, Université Grenoble Alpes (+ RS)                                |
| Mardi 16 juin    | 9h-10h          | <b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b> | Evaluation  | Rebecca Shankland, Maître de Conférences en Psychologie, Université Grenoble Alpes   |
|                  | 10h-12h/13h-17h | <b>Mod8. Evaluation et suivi de projets</b>                             | Présentation des mémoires   | Rebecca Shankland, Maître de Conférences en Psychologie, Université Grenoble Alpes   |
| Mecredi 17 juin  | 9h-12h/13h-17h  | <b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>              | Bonté, gentillesse, bienveillance   | Jacques Lecomte, Docteur en psychologie, président d'honneur de l'Association française et francophone de psychologie positive |
| Jeudi 18 juin    | 9h-12h          | <b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>              | La bienveillance  | Mélusine Harlé, Docteur en sciences de la communication et de l'éducation, Paris.  |
|                  | 12h15-13h15     | <b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>     | Conférence Fil good   |  |
|                  | 14h-17h         | <b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>     |   |  |
| Vendredi 19 juin | 9h-12h          | <b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>            | Présentation des interventions efficaces en psychologie positive              | J-P. Durand, infirmier DE, intervenant en psychologie positive, formateur approches centrées solution                          |
|                  | 13h-15h         | <b>Mod11. Analyse de pratiques</b>                                      | Entraînement à la présentation de la psychologie positive selon les contextes | R. Shankland, Maître de Conférences en Psychologie, Université Grenoble Alpes  |
|                  | 15h-17h         | <b>Mod11. Analyse de pratiques</b>                                      | Retour sur les pratiques dans le cadre des stages et bilan de la formation    |  |

