

## DIPLÔME UNIVERSITAIRE DEVELOPPER LA SANTE MENTALE ET RELATIONNELLE

Planning prévisionnel 2025-2026

Dir. Laurent Bègue et Rebecca Shankland

Promotion Ilios Kotsou

### SEMINAIRE 1 (UE 1) FONDEMENTS DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE ET INTERVENTIONS EFFICACES EN PROMOTION DE LA SANTE MENTALE

JOURS	HEURES	MODULE	COURS	INTERVENANT
Lundi 22 septembre	9h-12h	<b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>	Introduction aux fondements de la psychologie positive	Laurent Bègue, Professeur de psychologie sociale, Université Grenoble Alpes Rebecca Shankland, Professeure de Psychologie, Université Lumière Lyon 2 Jean-Paul Durand, Formateur en psychologie positive, approche centrée sur les solutions, infirmier DE
	13h-14h	<b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>	Méthodologie de recherche en psychologie positive (méthodologie du mémoire, dossiers)	
	14h-17h	<b>Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>	Psychologie positive et compétences psychosociales	
Mardi 23 septembre	9h-12h	<b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>	Théorie de l'autodétermination et climat d'établissement	Damien Tessier, Maître de Conférences, Université Grenoble Alpes
	13h-15h	<b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b>	Développer la motivation et le bien-être dans les établissements	Béatrice Imbert, Formatrice Promobe et en compétences psychosociales
	15h-17h	<b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>	Du diagnostic à l'élaboration de projet : le programme de développement d'actions solidaires MAAC	Matthieu Foucher, Psychologue, MAAC-LAB, Lyon
Mercredi 24 septembre	9h-12h	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Application : Programme CARE1	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE
	13h-17h	<b>Mod12. Animation de groupe</b>	Animation d'interventions de psychologie positive : l'approche centrée sur les solutions	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approche centrée solution, infirmier DE
Jeudi 25 septembre	9h-12h		Gestion du stress et soutien à la parentalité	Agata Urbanowicz, Docteur en psychologie, psychologue clinicienne
	12h30-13h30	<b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>	Apprendre à désobéir (à soi-même) : Un enjeu de liberté aux effets salutogènes et efficaces	Hugues Poissonnier, Professeur à Grenoble Ecole de Management, membre de la Chaire Unesco pour une
	14h-17h	<b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>	Développer la qualité des relations dans les organisations	Hugues Poissonnier, Professeur à Grenoble Ecole de Management, membre de la Chaire Unesco pour une
Vendredi 26 septembre	9h-10h	<b>Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent</b>	Journée de l'innovation en promotion de la santé mentale : présentation d'intervenants ayant développé de promotion de la santé mentale et relationnelle	Laurent Bègue, Professeur de psychologie, UGA R. Shankland, Professeure de Psychologie, Université Lumière Lyon 2 et 3h GT
	10h-12h/13h-16h	<b>Mod7. Diagnostic et conception de projets</b>		
	16h-17h	<b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>		

#### WEBINAR

1	Mercredi 1 octobre	8h45-11h45	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Programme CARE2	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE
2	Mercredi 8 octobre	8h45-11h45	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Programme CARE3	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE
3	Mercredi 15 octobre	8h45-11h45	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Programme CARE4	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE
4	Mercredi 5 novembre	8h45-11h45	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Programme CARE5	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE
5	Mercredi 12 novembre	8h45-11h45	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Programme CARE6	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE
6	Mercredi 19 novembre	8h45-11h45	<b>Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive</b>	Programme CARE7	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approches centrées compétences, infirmier DE

**SEMINAIRE2 ( UE2 et UE 3) PSYCHOLOGIE POSITIVE APPLIQUEE ET AUTRES APPROCHES VALIDEES EN PROMOTION DE LA SANTE MENTALE ET RELATIONNELLE**

JOURS	HEURES	MODULE	COURS	INTERVENANT
Lundi 24 novembre	9h-12h	Mod7. Diagnostic et conception de projets	Choix des outils en fonction du diagnostic et des hypothèses ciblées, préparation des données	Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive, Grenoble
	12h-13h	Mod8. Evaluation et suivi de projets	Echelles validées en psychologie positive	
	14h-17h	Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	Méthodologie de la recherche	Cécile Nurra, Maître de Conférences en psychologie sociale, LARAC, Université Grenoble Alpes
Mardi 25 novembre	9h-12h	Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges	Développer les compétences psychosociales	Laura Huyghe, DU CPS, formatrice CPS
	13h-17h	Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques	Développer les compétences psychosociales	Laura Huyghe, DU CPS, formatrice CPS
Mercredi 26 novembre	9h-12h	Mod10. Compétences d'intervention en psychologie positive	Programme CARE8	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approche centrée solution, infirmier DE
	13h-17h	Mod12. Animation de groupe	Animation d'interventions de psychologie positive : pratique de l'approche centrée solution	J-P. Durand, Intervenant en psychologie positive, approche centrée solution, infirmier DE
Jeudi 27 novembre	9h-12h	Mod1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	Construction et impact de l'évaluation de soi	Cécile Nurra, Maître de Conférences en psychologie sociale, LARAC, Université Grenoble Alpes
	12h30-13h30	Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	Savourer les petits riens	Ilios Kotsou, Maître de Conférences à l'Université Libre de Bruxelles, Belgique
	14h-17h	Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	Emotions et compétences émotionnelles	Ilios Kotsou, Université Libre de Bruxelles
Vendredi 28 novembre	9h-12h	Mod6. Développer le bien-être dans les institutions	Développer les compétences émotionnelles	Ilios Kotsou, Université Libre de Bruxelles
	13h-17h	Mod7. Diagnostic et conception de projets	Méthodologie de projet : Méthode DEVA	Nadine Coton, psychologue de la prévention, formatrice compétences psychosociales

**WEBINAR**

7	Mercredi 3 décembre	8h45-11h45	Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués	La gratitude : pratiques, efficacité, mécanismes explicatifs	Guillaume Tachon, psychologue, doctorant Université Lyon 2
8	Mercredi 10 décembre	8h45-11h45	Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	Les forces et valeurs en action	Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive, Grenoble
9	Mercredi 17 décembre	8h45-11h45	Mod7. Diagnostic et conception de projets	Du diagnostic à l'élaboration de projet : les forces dans la classe et l'inclusion scolaire	Nicolas Bressoud, DUPP, Enseignant et formateur d'enseignant Haute Ecole du Professorat, Suisse
10	Mercredi 7 janvier	8h30-12h	Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	La flexibilité psychologique	Jean-Louis Monestès, Professeur de psychologie, Université Grenoble Alpes
11	Mercredi 14 janvier	8h45-11h45	Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	Flow : psychologie de l'expérience optimale	Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive, Grenoble
12	Mercredi 21 janvier	8h45-11h45	Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges	La psychologie positive en centre hospitalier et dans l'accompagnement des personnes atteintes	Sophie Lantheaume, Psychologue, DUPP, Hôpital Drôme-Ardèche

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

JOURS	HEURES	MODULE	COURS	INTERVENANT
Lundi 26 janvier	9h-12h	Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges	Présentation de diagnostics et de projets	Laurent Bègue, Professeur de psychologie, UGA Rebecca Shankland, Professeure de Psychologie, Lyon 2
	13h-17h	Mod9. Présentation de projet et négociation du cahier des charges	Présentation de diagnostics et de projets	Laurent Bègue, Professeur de psychologie, UGA Rebecca Shankland, Professeure de Psychologie, Lyon 2
Mardi 27 janvier	9h-12h	Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent	Interventions de psychologie positive en éducation	Laure Reynaud, enseignante, co-fondatrice de ScholaVie, formatrice
	13-17h	Mod5. Développer le bien être chez l'enfant et l'adolescent		
Mercredi 28 janvier	9h-12h	Mod3. Mindfulness et bien-être	Introduction à la pleine conscience	Francis Gheysen, Psychologue, Formateur en Thérapie Fondée sur la Compassion
	13h-17h	Mod6. Développer le bien-être dans les institutions	La thérapie fondée sur la compassion	Francis Gheysen, Psychologue, Formateur en Thérapie Fondée sur la Compassion
Jeudi 29 janvier	9h-12h	Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques	Compassion et auto-compassion	Francis Gheysen, Psychologue, Formateur en Thérapie Fondée sur la Compassion
	12h15-13h15	Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive	S'estimer et s'oublier	Michael Dambrun
	14h-17h	Mod3. Mindfulness et bien-être	Pleine conscience et processus psychologiques	Michael Dambrun
Vendredi 30 janvier	9h-12h	Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués	Optimisme et locus de contrôle	Joran Farnier, Psychologue, DU Psychologie Positive, Grenoble
	13h-17h	Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués	Interventions de réduction des ruminations et de la procrastination	Céline Baeyens, Professeur de Psychologie Clinique et Psychopathologie, UGA

**WEBINAR**

13	Mercredi 4 février	9h45-11h45	Mod7. Diagnostic et conception de projets	Prévention du harcèlement scolaire par le développement des compétences psychosociales	Floriane Boyer, psychologue, doctorante Lyon 2
14	Mercredi 4 mars	8h45-11h45	Mod7. Diagnostic et conception de projets	Développer des interactions constructives dans la classe	Laure Durand-Laville, enseignante, doctorante université de Bordeaux
15	Mercredi 11 mars	8h45-11h45	Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques	Développer des interactions constructives dans la classe	Laure Durand-Laville, enseignante, doctorante université de Bordeaux
16	Mercredi 18 mars	8h45-11h45	Mod6. Développer le bien-être dans les institutions	Développer des interactions constructives dans la classe	Laure Durand-Laville, enseignante, doctorante université de Bordeaux
17	Mercredi 25 mars	9h45-12h45	Mod7. Diagnostic et conception de projets	La psychologie positive pour favoriser l'insertion professionnelle	Nadine Richeux, Docteur en psychologie, psychologue université de La Réunion
18	Mercredi 1 avril	8h45-11h45	Mod7. Diagnostic et conception de projets	Psychologie positive : limites et perspectives	Nick Brown, chercheur et auteur de l'ouvrage Critical Positive Psychology
19	Mercredi 6 mai	8h45-11h45	Mod11. Analyse de pratiques	Analyse de pratiques en approche centrée solution	Joran Farnier, Psychologue, DUPP, Grenoble
20	Mercredi 13 mai	8h45-11h45	Mod11. Analyse de pratiques	Analyse de pratiques en approche centrée solution	Joran Farnier, Psychologue, DUPP, Grenoble

**SEMINAIRE 4 (UE2, UE3, UE4 suite) Conception et évaluation de projets de psychologie positive et autres approches de promotion de la santé mentale**

JOURS	HEURES	MODULE	COURS	INTERVENANT
Lundi 15 juin	9h-12h/13h-17h	<b>Mod8. Evaluation et suivi de projets</b>	Sixième Journée francophone de psychologie positive	Laurent Bègue, Professeur d'université en psychologie sociale, Université Grenoble Alpes R. Shankland, Professeure des Universités, Université Lumière Lyon 2
Mardi 16 juin	9h-10h	<b>Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>	Evaluation	Laurent Bègue, Professeur d'université en psychologie sociale, Université Grenoble Alpes R. Shankland, Professeure des Universités, Université Lumière Lyon 2
	10h-12h 13h-14h	<b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>	Présentation des mémoires	
	14h-17h	<b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>	Présentation des mémoires	
Mercredi 17 juin	9h-11h	<b>Mod.1. Concepts, théories et méthodologie en psychologie positive</b>	Bonté, gentillesse, bienveillance	Jacques Lecomte, Docteur en psychologie, président d'honneur de l'Association française et francophone de psychologie positive
	11h-12h/13h-17h	<b>Mod6. Développer le bien-être dans les institutions</b>		
Jeudi 18 juin	9h-12h	<b>Mod3. Mindfulness et bien-être</b>	La pratique de présence attentive intégrée au quotidien : Programme FOVEA	Samuel Garnier, responsable de la formation des cadres du travail social, IFTS Grenoble, éducateur spécialisé, instructeur pleine conscience
	12h15-13h15	<b>Mod2. Interventions efficaces et mécanismes impliqués</b>	Growth Mindset	Gabor Orosz, PU, Université d'Artois
	14h-17h	<b>Mod4. Interventions psychoéducatives et psychothérapeutiques</b>	Growth Mindset	Gabor Orosz, PU, Université d'Artois
Vendredi 19 juin	9h-12h	<b>Mod12. Animation de groupe</b>	Entraînement à la présentation de la psychologie positive selon les contextes	J-P. Durand, infirmier DE, intervenant en psychologie positive, formateur approches centrées solution
	13h-17h	<b>Mod11. Analyse de pratiques</b>	Retour sur les pratiques dans le cadre des stages et bilan de la formation	R. Shankland, Professeure des Universités, Université Lumière Lyon 2