

# PSYCHOLOGIE POSITIVE ET SANTÉ MENTALE : INITIATION AUX PRATIQUES DE PSYCHOLOGIE POSITIVE

Cette formation propose d'apporter des connaissances et des exercices pratiques pour découvrir la psychologie positive et ses pratiques associées.

## DATE

10 et 11 Juin 2024  
9h-17h



## DUREE

2 jours

## LIEU

Place du Tampinet  
(à côté de la gare routière)  
04000 DIGNE LES BAINS



## COÛT DE LA FORMATION

Formation non payante : financée  
par l'Agence Régionale de Santé  
Provence Alpes Côte d'Azur.

## PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP

Pour favoriser un égal accès aux savoirs pour tous, merci de nous indiquer vos éventuels besoins particuliers afin que nous puissions envisager des solutions adaptées (ex : accessibilité, impression d'un format ou d'une police spécifique, etc).



84 %

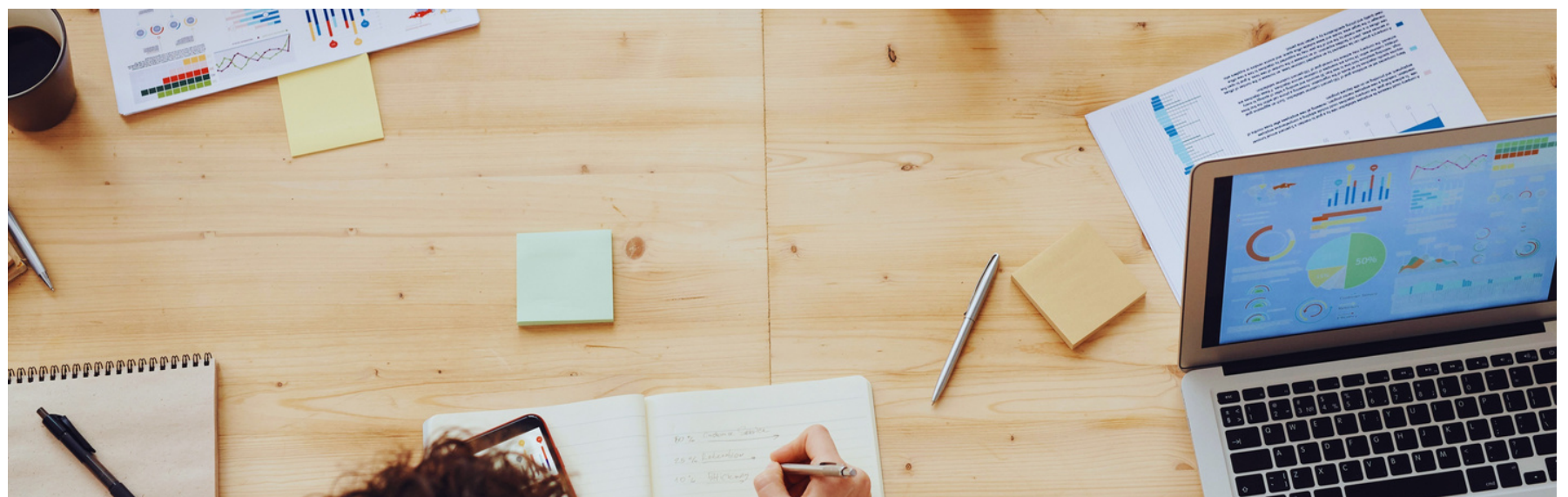
Satisfaction sur le  
contenu de formation

84 %

Satisfaction sur l'atteinte  
des objectifs pédagogiques

87.5 %

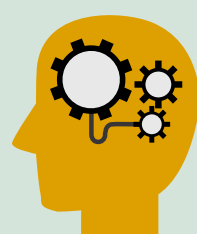
Satisfaction sur la  
documentation



## COMPETENCES VISEES

A l'issue de la formation, les stagiaires seront en capacité :

- Savoir définir la psychologie positive
- Connaître des pratiques de psychologie positive et les appliquer dans sa pratique professionnelle



## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Découvrir et définir la psychologie positive
- Découvrir des pratiques de psychologie positive et savoir les utiliser dans sa pratique professionnelle

# PSYCHOLOGIE POSITIVE ET SANTÉ MENTALE : INITIATION AUX PRATIQUES DE PSYCHOLOGIE POSITIVE



## CONTENUS DE LA FORMATION

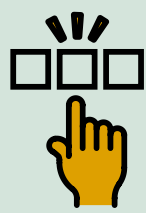
8 séquences :

- Fondements de la psychologie positive
- Proposer des pratiques de psychologie positive à son public
- Les émotions positives : entre théorie et pratiques
- L'engagement : entre théories et pratiques
- Les relations positives : entre théorie et pratiques
- Le sens et les valeurs : entre théorie et pratiques
- L'accomplissement : entre théorie et pratiques
- Psychologie positive chez les enfants et les adolescents



## PUBLIC

Professionnels et bénévoles du champ de l'éducation, du sanitaire, du social et de la santé sur toutes thématiques de santé (environnement, travail, sexualité, etc).



## MODALITES D'EVALUATION

Tout au long de la formation, des exercices ainsi qu'un questionnaire de satisfaction permettent de constater l'évolution des connaissances des participants. Une attestation de formation est remise à chaque stagiaire en fin de formation.



## MODALITES ET CONDITIONS D'INSCRIPTION

**La préinscription s'effectue en ligne (cliquer sur le lien en bas de page).**

**Clôture des inscriptions 15 jours avant la formation**

Votre inscription sera validée après réception de :

- Votre adhésion annuelle à notre association (25€ pour les particuliers / 45€ pour les structures) ;
- D'un chèque de caution de 50 €. Celui-ci sera détruit en fin de formation, sauf si vous êtes absent et n'avez pas prévenu de votre absence au moins 48 heures à l'avance (à l'exception des cas de force majeure). Sur demande il pourra vous être restitué.



## METHODES PEDAGOGIQUES

Alternance de points théoriques, d'échanges, de travaux de groupe et de mises en situation

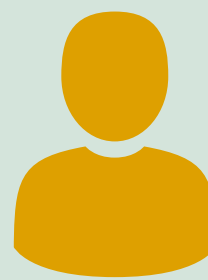
## PREREQUIS

Pas de prérequis



## EFFECTIF

7 à 12 personnes



## FORMATEUR

Mme Marie Barday  
Psychologue

## REFERENT HANDICAP

Mme Marie Barday

## CONTACT

Comité Départemental d'Education pour la Santé des Alpes-de-Haute-Provence

42 Boulevard Victor Hugo  
04000 DIGNE LES BAINS  
formations@codes04.org

