

**DU d'Introduction à la Psychologie Positive**  
Total 120 h équivalent TD

Intitulé de l'UE	Volume horaire			Intitulé des éléments constitutifs	Modalités de contrôle	Coef
	CM	TD	TP			
<b>UEF 1</b> <b>Fondements théoriques de la Psychologie Positive</b> (12 h)		4h 4h 4h		EC1 – Introduction à la psychologie positive EC2 – Méthodes de recherche en psychologie positive EC3 – Psychologie positive, entre innovation, complément, et manière de revisiter des pratiques antérieures	Examen écrit	1
<b>UEF 2</b> <b>Motivation et bien être</b> (12h)		6h 6h		EC1 – Aspects théoriques de la motivation EC2 – Conséquences de la motivation (bien-être, accomplissement...)		
<b>UEAP 3</b> <b>Optimisme et espoir</b> (12h)		3h 5h 4h		EC1 – Cadrage théorique, limites et perspectives EC2 – Les différentes approches EC3 – Intervenir		
<b>UEAP 4</b> <b>Intervention et Psychologie Positive</b> (12h)		3h 3h 4h 2h		EC1 – La notion d'intervention en Psychologie Positive EC2 – Les expériences vécues, le futur idéal, le sens, et la notion de « psychothérapie positive » EC3 – Les forces de caractère EC4 – Intervenir avec des outils de la psychologie positive, entre innovation et réinvestissement des pratiques.		
<b>UEAP 5</b> <b>Psychologie positive et activité physique</b> (12h)		4h 8h		EC1 – Activité physique et conséquences physiques EC2 – Activité physique et conséquences mentales et sociales	Examen écrit	1
<b>UEAP 6</b> <b>EMDR et psychologie Positive</b> (12h)		3h 1h 8h		EC1 – Les fondements de l'EMDR EC2 – EMDR et psychologie positive : aspects théoriques EC3 – Les principaux protocoles d'optimisation des ressources psychologiques		
<b>UEAP 7</b> <b>Psychologie Positive et Santé</b> (12h)		2h 2h 8h		EC1 – Psychologie de la santé et psychologie positive : les deux versants d'une même approche ? EC2 – Les principaux modèles de la psychologie positive appliqués à la santé EC3 – Les outils et méthodes de la psychologie de la santé et de la psychologie positives		
<b>UEAP 8</b> <b>Psychologie Positive et Education</b> (12h)		4h 4h 4h		EC1 – Les programmes d'éducation positive EC2 – PP, bien-être et école EC3 – Enseignement et PP		
<b>UEAP 9</b> <b>Psychologie Positive et Travail</b> (12h)		6h 6h		EC1 – Management, et Psychologie positive EC2 – Motivation au travail et psychologie positive		
<b>UEAP 10</b> <b>Mémoire</b> (12h)		6h 6h		EC1 – Suivi de mémoire EC2 – Soutenance de mémoire	Production d'une note de synthèse	2

2 <sup>ème</sup> SESSION		
<b>UEF 1</b>	Examen écrit	Coefficient 1
<b>UEF 2</b>		
<b>UEF 3</b>		
<b>UEF 4</b>		
<b>UEF 5</b>	Examen écrit	Coefficient 1
<b>UEF 6</b>		
<b>UEF 7</b>		
<b>UEF 8</b>		
<b>UEF 9</b>		
<b>UEF 10</b>	Production d'une note de synthèse	Coefficient 2