

UNIVERSITÉ
DE LORRAINESHS SCIENCES
HUMANES &
SOCIALES
METZ**D.U. Accompagner les changements avec les outils de la psychologie positive,
environnement professionnel, éducatif et sportif***Total 120h équivalent TD*

Intitulé de l'UE	Volume horaire			Intitulé des éléments constitutifs	Modalités de contrôle	Coef
	CM	TD	TP			
UE 1 Fondements théoriques de la psychologie positive (12h)		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 réviser des pratiques antérieures	Examen écrit – 1h	1
UE 2 Motivation et bien-être (12h)		6h 6h		EC1 - Aspects théoriques de la motivation EC2 - Conséquences de la motivation (bien-être, accomplissement...)		
UE 3 Optimisme et Espoir (12h)		3h 5h 4h		EC1 – Cadrage théorique, limites et perspectives EC2 – Les différentes approches EC3 - Intervenir		
UE 4 Intervention et psychologie positive (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 caractères EC 4 - Intervenir avec des outils de la psychologie positive, entre innovation et réinvestissement des pratiques	Examen écrit – 1h	1
UE 5 Interaction entre psychologie positive, santé et activités physiques ou sportives (12h)		4h 4h 4h		EC1 – Activité physique et conséquences physiques et psychologiques EC2 – Psychologie positive et sport EC 3 - Psychologie positive et performance		
UE 6 Pratique du Jobcrafting et autres comportements proactifs (12h)		4h 8h		EC1 – Les fondements du jobcrafting EC2 – Mise en pratique d'atelier		
UE 7 Psychologie positive et Education (12h)		2h 2h 8h		EC1 – Les programmes d'éducation positive EC2 – Psychologie positive, bien-être et école EC 3 - Enseignement et psychologie positive	Examen écrit – 1h	1
UE 8 Organisation existentielle du travail des Hommes (12h)		4h 4h 4h		EC1 – Repères managériaux – travailler, transformer – état des lieux EC2 – Sens au travail et sens du travail EC 3 - La libération managériale du travail		
UE 9 Santé mentale du dirigeant – ressources et outils – Gestion du stress et des conflits interpersonnels (12h)		6h 6h		EC1 – La santé mentale du dirigeant EC2 – Gestion du stress et des conflits interpersonnels		
UE 10 Note de synthèse (12h)		6h 6h		EC1 – Projet tutoré EC2 – Accompagnement à la note de synthèse	Note de synthèse	2

2e SESSION

UE 1, UE 2 et UE 3	Examen écrit – 1h	Coefficient 1
UE 4, UE 5 et UE 6	Examen écrit – 1h	Coefficient 1
UE 7, UE 8 et UE 9	Examen écrit – 1h	Coefficient 1
UE 10	Note de synthèse	Coefficient 2