

Initiation à la psychologie positive

Objectifs

Cette formule innovante vous propose d'appréhender les fondements de la psychologie positive et découvrir quelques compétences psychologiques de la psychologie positive permettant de développer sens et bien-être dans sa vie professionnelle ou personnelle et ses relations aux autres.

Profil stagiaire(s)

Cette formation s'adresse à toutes personnes désireuses de s'initier aux fondements de la psychologie positive.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition des principes de la psychologie positive et de ses concepts
- Mieux de se connaître grâce au jeu des forces de caractère (outil d'évaluation de la psychologie positive)
- Identifier ses valeurs professionnelles et personnelles et redonner du sens à son activité.
- Découvrir quelques compétences de la psychologie positive.

Le + de cette formule

- Evaluation de ses forces de caractères avec une analyse approfondie
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel post-formation
- Un tutorat adapté à votre agenda

Durée : 6 heures + 2 heures de mise en situation

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret : 85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région NOUVELLE-AQUITAINE.

