



ZenPro Formation
De la formation à l'Action

FORMATION PROFESSIONNELLE

LES ESSENTIELS DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE

Formation Hybride Oneday (présentiel et en ligne)

Objectif de formation :	Maîtriser les bases de la psychologie positive et ainsi que les compétences de base de la psychologie positive appliquée, à intégrer dans sa pratique professionnelle.
Nature de la Formation :	Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances
Dates et horaires :	DATES : du ... au ... janvier 2023 Durée : 12h de formation réparties sur 1 semaine comme suit : 6h à distance les 6 premiers jours à raison d'1h par jour. 6h en présentiel le 7ème jour de 9h à 12h et de 14h à 17h
Lieu :	En Formation Ouverte et A distance (FOAD) les 6 premiers jours via la Plateforme de Formation E-learning ZenPro + le 7ème jour : À préciser pour la journée en présentiel
Tarif :	450 euros net de taxes (TVA non applicable art. 261-4-4 du CGI), soit 37,5 euros / heure. Possibilités de prise en charge.
Public visé :	Tout psychologue, thérapeute, coach ou professionnel de l'accompagnement, de la formation ou du management.
Pré-requis :	Avoir une activité professionnelle ou un projet professionnel intégrant l'application concrète des compétences acquises de cette formation et maîtriser les compétences fondamentales du métier de Psychologue, Thérapeute, Coach , Professionnel de l'accompagnement, de la formation ou du management.
Attestation de formation :	Une attestation individuelle de fin de formation sera remise au stagiaire. Possibilité d'obtenir un Certificat de compétences.
Equipe d'encadrement :	Référent qualité : Cécile Neuville, 06 35 12 45 64 Référent pédagogique : Anne-Laure Dabo, 06 42 22 01 26 Référent administratif : Mélanie Roussel, 06 60 76 14 25 Référent handicap : Cyrille Dabo, 06 83 49 20 12 Référent financement : Benoit Neuville, 06 12 21 67 25
Equipe pédagogique :	Cécile Neuville, formatrice - Anelore Dabo, formatrice (en vidéo) PRÉNOM NOM , formatrice (en présentiel) (voir leurs CV sur le site www.zenproformation.com/notre-equipe)
Organisme de Formation :	Centre de Formation ZenPro 06 12 21 67 25 - contact@zenpro.net Déclaration d'activité enregistrée sous le sous le n° 91 34 07679 34 auprès du préfet de la Région Occitanie – Pyrénées Méditerranée. <i>Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.</i>

Programme détaillé de l'action de formation

12h heures de formation réparties sur 1 semaine comme suit :

6h à distance les 6 jours à raison d'1h par jour.

- 6 modules comprenant chacun 1h de formation en vidéo + retranscription en mp3 + retranscription écrite en pdf + exercices (questions, quizz, test...), recherches et expérimentations concrètes.

6h en présentiel sur une journée de 9h à 12h et de 14h à 17h.

- 30 minutes d'entretien collectif d'entrée en journée de formation, évaluation des besoins, attentes et demandes pour cette journée de formation
- 5 heures d'échanges sur les contenus pédagogiques des 6 modules, réponses aux questions, approfondissements et mises en pratiques.
- 30 minutes d'entretien collectif de fin de formation, évaluation de compétences, évaluation de la qualité de la formation, accompagnement au passage à l'action à l'issue de la formation.

+ Pour obtenir le Certificat de Compétences : 5 heures d'accompagnement professionnel s'appuyant sur les fondements de la psychologie positive (attestation de séances à l'appui) et production d'un dossier professionnel (10 pages maximum) démontrant les compétences acquises et mises en application durant ces 5 heures.

A l'issue de l'action de formation, le stagiaire doit être capable de :

Maîtriser les bases de la psychologie positive et ainsi que les compétences de base de la psychologie positive appliquée, à intégrer dans sa pratique professionnelle.

Module 1 – Les bases de la psychologie positive

A la fin de cette séquence, le stagiaire doit être capable de :

- définir la psychologie positive
- identifier les idées reçues sur la psychologie positive

Etude et Renforcement du fonctionnement optimal de l'individu

Module 2 - Psycho Positive, Individu et Bonheur

A la fin de cette séquence, le stagiaire doit être capable de présenter les bases de :

- la Psychologie Positive et le Bonheur subjectif
- la Psychologie Positive et l'Optimisme
- la Psychologie Positive, les Expériences Optimales et le Flow
- la Psychologie Positive et les Forces de caractère
- la Psychologie Positive, les Santé et la Longévité

Module 3 - Psycho Positive, Individu et Développement personnel

A la fin de cette séquence, le stagiaire doit être capable de présenter les bases de :

- la Psychothérapie Positive
- la Psychologie Positive et le Coaching
- la Psychologie Positive, la Résilience et le Pardon
- la Psychologie Positive et le Sentiment d'efficacité personnelle
- la Psychologie Positive, la Méditation et la Pleine Conscience

Etude et Renforcement du Fonctionnement Optimal des institutions

Module 4 - Psycho Positive et Institutions

A la fin de cette séquence, le stagiaire doit être capable de présenter les bases de :

- la Psychologie Positive à l'Ecole
- la Psychologie Positive en Milieu Médical
- la Psychologie Positive en Entreprise
- la Psychologie Positive en milieu Sportif
- la Psychologie Positive en Famille

Etude et Renforcement du Fonctionnement Optimal des groupes et relations interpersonnelles

Module 5 - Psycho Positive, Groupe et Relations

A la fin de cette séquence, le stagiaire doit être capable de présenter les bases de :

- la Psychologie Positive et les Relations interpersonnelles
- la Psychologie Positive, l'Empathie et la Bienveillance
- la Psychologie Positive et l'Altruisme
- la Psychologie Positive, l'Amour et l'Amitié
- la Psychologie Positive et la Coopération

Etude et Renforcement du fonctionnement optimal de la société

Module 6 - Psycho Positive et Société

A la fin de cette séquence, le stagiaire doit être capable de présenter les bases de :

- la Psychologie Positive et la Justice restauratrice
- la Psychologie Positive et la Citoyenneté
- la Psychologie Positive et la Politique
- la Psychologie Positive, l'Ecologie et l'Environnement
- la Psychologie Positive et la Solidarité

Méthodes et supports pédagogiques

Toutes les formations du Centre de Formation ZenPro reposent sur des méthodes de pédagogies actives : elles permettent de rendre l'apprenant acteur de ses apprentissages, afin qu'il construise ses savoirs, savoir-faire et savoir-être à travers des situations de recherche, d'expérimentation et d'apprentissages collaboratifs.

Par ailleurs, toutes nos formations s'appuient aussi sur l'approche de la pédagogie intégrative :

- ***mettre l'accent sur ce que le stagiaire doit maîtriser à la fin de la formation***, plutôt que sur ce que le formateur doit enseigner. Le rôle de celui-ci est d'organiser les apprentissages de la meilleure manière possible pour amener le stagiaire au niveau attendu.
- ***donner du sens aux apprentissages***, montrer au stagiaire à quoi sert tout ce qu'il apprend. Pour cela, il est nécessaire de dépasser des listes de contenus à retenir par cœur, des savoir-faire vides de sens. Au contraire, cette approche lui apprend à situer continuellement les apprentissages par rapport à des situations qui ont du sens pour lui, et à utiliser ses acquis dans ces situations.
- ***certifier les acquis du stagiaire en termes de résolution de situations concrètes***, et non plus en termes d'une somme de savoirs qu'il s'empresse souvent d'oublier, et dont il ne sait pas comment les utiliser dans la vie active.

Le travail porte donc beaucoup sur le projet professionnel du stagiaire, sous forme de questions, de réflexions personnelle, de quizz, de tests, d'expérimentations, d'enquêtes ou de mise en situation selon les modules de formation, le tout appuyé par différents supports pédagogiques de ressources complémentaires à la formation :

- ressources Vidéo sur la plateforme vidéo en ligne en accès privé
- ressources Mp3 hébergés sur la plateforme privée de formation
- ressources écrites en format PDF hébergés sur la plateforme privée de formation
- ressources internet sous forme de liens vers des contenus en ligne complémentaires à la formation
- ressources bibliographique sous forme de liens vers la présentation de livres complémentaires à la formation
- ressources écrites complémentaires par mails automatisés sur le système Learnybox intégré à la plateforme privée de formation
- ressources personnalisées complémentaires par échanges interactifs asynchrones sur le groupe d'échange privé en ligne rattaché à la plateforme privée de formation ou lors des entretiens individuels par téléphone ou en visioconférence

Déontologie

Toute action de formation proposée par le Centre de Formation ZenPro s'inscrit dans le respect des droits de l'homme et du code de déontologie des psychologues, thérapeutes, coachs et/ou des formateurs.

Encadrement pédagogique et technique

Le Dispositif n'est pas nécessairement exécuté sous le contrôle permanent d'un encadrant, afin de permettre à chaque stagiaire d'utiliser, à son rythme et à sa convenance, les outils mis à sa disposition notamment sur la plateforme elearning. Toutefois, un encadrement est à la disposition du stagiaire tant sur le plan technique que pédagogique selon les modalités suivantes :

Avant la formation :

- En amont, échanges téléphoniques et par mail entre un formateur et le futur stagiaire ;

Pendant les 6 premiers jours de formation en formation à distance :

- Durant les 6 premiers jours de formation à distance, passage chaque jour d'un formateur sur le groupe privé pour évaluer les résultats des exercices directs d'application proposés dans la session, suggérer des améliorations, répondre aux questions ou valoriser le stagiaire et l'encourager ;

Pendant la 7ème journée de formation en présentiel:

- En début de journée de formation, entretien collectif d'entrée en formation (30 min environ), pour évaluer les besoins, attentes et demandes des stagiaires pour la journée ;
- Tout au long de la journée de formation, échanges sur les contenus pédagogiques des 6 modules, réponses aux questions, approfondissements et mises en pratiques.
- En fin de journée de formation, entretien collectif de fin de formation, (30 min environ), pour faire le bilan de la formation (évaluation de ses compétences, évaluation de la formation, mise en place du plan d'action après formation)

Après la formation :

- Un questionnaire sur l'impact de la formation sur leur pratique professionnelle est envoyée à chaque stagiaire 6 mois après la formation.

Le stagiaire est par ailleurs pris en charge de façon personnalisée en cas de besoin par différents référents :

- **un référent pédagogique**, disponible pour l'informer et l'accompagner tout au long de la formation sur la démarche pédagogique de son parcours personnel de formation
- **un référent administratif**, disponible pour l'informer et l'accompagner tout au long de la formation sur les démarches administratives liées à son parcours personnel de formation
- **un référent qualité**, disponible pour l'informer et l'accompagner tout au long de la formation en cas de besoin pour lui garantir une véritable qualité de vie au sein de son parcours personnel de formation
- **un référent handicap**, disponible pour l'informer et l'accompagner tout au long de la formation dans le cadre de l'accompagnement personnalisé de personnes en situation de handicap

Dispositif d'évaluation de l'action de formation

Une évaluation de toute formation est obligatoire.

Elle sera réalisée à diverses étapes du dispositif de formation :

> Modalités d'évaluation d'entrée en formation avant la formation :

Entretien individuel au téléphone d'évaluation de la typologie du public, des pré-requis de formation, des attentes liées à la formation et du projet professionnel du futur stagiaire.

> Modalités de contrôle des connaissances et d'évaluation des compétences :

- Evaluation des compétences préalables / en début de formation : questionnaire d'auto-évaluation des compétences en ligne le 1er jour + échanges avec le formateur lors de l'entretien collectif d'entrée en journée de formation le 7ème jour.

- Evaluation des compétences en cours d'acquisition / en cours de formation : exercices de contrôle continu tout au long de la formation (mise en pratique, mise en situation et simulation de situations professionnelles sous supervision d'un formateur dans le groupe privé en ligne puis lors de la journée en présentiel).

- Evaluation des compétences acquises / en fin de formation : questionnaire d'auto-évaluation des compétences + évaluation des compétences acquises par le formateur lors de l'entretien collectif de fin de formation le 7ème jour.

- Evaluation des compétences appliquées / dans le mois suivant la formation : mise en application des compétences acquises dans sa pratique professionnelle suite à la formation + production d'un dossier professionnel (10 pages maximum) à rendre dans le mois suivant la formation

- Evaluation des compétences appliquées / 6 mois après la formation : questionnaire d'auto-évaluation de l'impact de la formation sur la pratique professionnelle + échanges par mail ou téléphone selon les besoins, 6 mois après la fin de la formation

> Modalités d'évaluation de la qualité de la formation :

L'évaluation de la qualité de la formation permet de mesurer les performances des actions de formation au regard de la conception des outils pédagogiques, de l'organisation des sessions de formation, de l'animation et de la transmission des compétences.

- Evaluation de la qualité de la formation : fiche d'évaluation de la qualité de la formation remplie le 7ème jour, en fin de journée en présentiel.

> Amélioration continue de l'offre et la qualité des actions de formation :

Une analyse des fiches d'évaluation et des échanges recueillis sera effectuée suite à la formation afin d'améliorer toujours plus l'offre et la qualité des actions de formation.

> Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et sanction de la formation

- **Une attestation d'assiduité** sera signée par un formateur pour attester du suivi des contenus de formation en ligne, de la réalisation des exercices pour chaque module de formation et de l'assiduité du stagiaire à la journée en présentiel, l'objectif étant de justifier la réalisation de la formation (temps de connexion à l'appui pour la partie en ligne).
- **Une attestation individuelle de fin de formation** sera remise au stagiaire à l'issue de la formation, attestant du suivi effectif de la formation ainsi que des compétences acquises.
- **Un certificat de compétences** pourra être remis au stagiaire à l'issue de la formation, après évaluation du dossier professionnel et validation des compétences acquises à plus de 70%.