

## CERTIFICATION CHRYSSIPPE PRATICIEN DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE EN PSYCHOTHÉRAPIE, COACHING OU EN MILIEU MÉDICAL

Présentiel Paris –Présentiel Lyon - E-learning tutoré

Fruit de l'évolution des approches cognitives et comportementales, la psychologie positive est dorénavant largement introduite dans le champ de la relation d'aide (personnelle comme professionnelle). Cette approche brève et orientée solution permet l'atteinte d'objectifs (thérapeutiques, de coaching, de développement personnel ou médicaux) via : (i) l'identification des compétences et ressources déjà présentes sur lesquelles l'individu (ou le groupe) peut s'appuyer plus avant, (ii) le développement de « compétences positives » : bien-être, sens, coopération, gratitude, bienveillance, optimisme, forces, flow, focalisation sur les solutions, etc.

### PUBLIC VISÉ

- ▲ Psychologues
- ▲ Psychothérapeutes
- ▲ Professionnels du médical et du paramédical
- ▲ Professionnels de l'accompagnement
- ▲ Coachs
- ▲ Professionnels en reconversion

*Si votre situation nécessite des aménagements particuliers, n'hésitez pas à nous le signaler.*

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette Certification Chryssippe a pour objectif de former à la **pratique effective de la psychologie positive** dans différents cadres (psychothérapie, coaching, développement personnel, médical et paramédical).

Les objectifs pédagogiques globaux de cette formation sont les suivants :

- ▲ Connaître les principaux concepts de la psychologie positive
- ▲ Savoir analyser la demande en psychologie positive
- ▲ Savoir opérationnaliser la demande en psychologie positive
- ▲ Savoir utiliser les principaux outils de la psychologie positive en accompagnement individuel
- ▲ Savoir utiliser la méthode centrée solution en accompagnement collectif en psychologie positive

### MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES MOBILISÉS

- ▲ Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologie, techniques et outils, tout en associant un apport théorique pertinent sur les grands concepts
- ▲ Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés
- ▲ Tutorat individuel à distance : accompagnement tout au long de la formation, en présentiel comme en e-learning

### MODALITÉS E-LEARNING TUTORÉ

- ▲ À distance (*nécessité d'avoir son propre ordinateur portable*)
- ▲ Durée de la formation : 3 mois (+ 1 mois pour la mise en situation professionnelle)
- ▲ Démarrez à tout moment : date à nous communiquer

### DATES ET LIEUX

**Paris 14ème arr.** (en présentiel) :

- ▲ 12, 13, 14, 15 & 22 Avril 2022
- ▲ 11 & 12 Juillet 2022

ou

**Lyon 1er arr.** (en présentiel) :

- ▲ 16, 17, 18 & 19 Mai 2022
- ▲ 20 Juin 2022
- ▲ 04 & 05 Juillet 2022

*À noter : nécessité d'apporter votre propre ordinateur portable sur place (en présentiel)*

### DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

- ▲ 7 jours (56h) : 7 jours en présentiel (Paris ou Lyon) ou à distance + 2 accompagnements en mise en situation professionnelle à réaliser

### TARIFS NETS

*(TVA non applicable)*

- ▲ Particulier en présentiel 2000€  
Particulier en ligne 1725€
- ▲ Prise en charge en présentiel 2450€  
Prise en charge en ligne 2450€
- ▲ Étudiant (*sur justificatif*) en présentiel 1000€  
Étudiant (*sur justificatif*) en ligne 1100€

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

- ▲ Evaluation des acquis intermédiaire après chaque fin de module
- ▲ Evaluation de la satisfaction
- ▲ Evaluation à distance : soutenance en visio-conférence d'analyse critique de sa pratique dans le cadre d'un accompagnement (30 min)
- ▲ Obtention de la Certification Chryssippe « Praticien de la psychologie positive ».

### MODALITÉS D'INSCRIPTION

- ▲ [administration@chryssippe.org](mailto:administration@chryssippe.org)
- ▲ 09 62 60 48 94
- ▲ [chryssippe.org](http://chryssippe.org)

### NOS +

- ▲ Formation condensée, en part time
- ▲ Supervision individuelle
- ▲ Acquisition des fondamentaux théoriques et pratiques
- ▲ Apprentissage d'une méthodologie immédiatement opérationnelle, applicable aux demandes d'accompagnement
- ▲ Validation des acquis en fin de parcours
- ▲ Remise d'une Certification Chryssippe
- ▲ Accès au réseau des autres participants de la promotion
- ▲ Notre sympathique équipe pédagogique...  
...et les croissants chauds!

## **CERTIFICATION CHRYSIPPE PRATICIEN DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE**

### **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

#### **Mise en situation professionnelle :**

- ▲ Réalisation de 2 accompagnements complets (durée totale de 30h minimum, à répartir à votre convenance)
- ▲ 2 séminaires individuels de « supervision de la pratique » en visio-conférence de 30min par séminaire avec le superviseur de la pratique

#### **Validation de la Certification Chrysispe, sur 1 journée, évaluation à distance :**

- ▲ 1 examen écrit à distance : questions théoriques conceptuelles et méthodologiques - 1h
- ▲ 1 examen écrit à distance : étude de cas + 2 questions opérationnelles de méthodologie - 2h
- ▲ 1 soutenance en visio-conférence d'analyse critique de la pratique dans le cadre d'un accompagnement - 30min

A l'issue de la formation et de sa validation finale : obtention de la Certification Chrysispe de « Praticien de la psychologie positive »

### **ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE**

Coordinatrice & référente pédagogique :

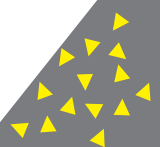
- ▲ **Lisa Chassot** - Psychologue, coach, psychothérapeute TCC, chargée de cours à l'université (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)

Superviseur de la pratique :

- ▲ **Audrey Pinard** - Psychologue clinicienne, psychothérapeute, spécialisée en TCC 3ème vague (psychologie positive, pleine conscience, thérapie d'acceptation et d'engagement), chargée de cours à l'université (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)

Animateurs de formation :

- ▲ **Lisa Chassot** - (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)
- ▲ **Audrey Pinard** - (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)
- ▲ **Michaël Pichat** - Docteur en psychologie, psychologue, spécialiste du coaching cognitif et comportemental, enseignant-chercheur, maître de conférences et fondateur du cabinet Chrysispe (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)
- ▲ **Sandy Louis** - Coach, psychologue du travail, psychothérapeute, chargée de cours à l'université (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)
- ▲ **Delphine Lemaire** - Coach en entreprise et en développement personnel, chargée de cours à l'université (*Paris, Lyon & e-learning tutoré*)



## MODALITÉS SPÉCIFIQUES DE SUIVI DE FORMATION EN E-LEARNING TUTORÉ

Si vous préférez vous former de chez vous et à votre rythme, nous vous proposons une formule de formation en e-learning tutoré que vous pouvez démarrer à tout moment.

### Modalités d'accompagnement pédagogique et technique :

- ▲ Un référent pédagogique dédié tout au long de la formation
- ▲ Un document « Progression pédagogique de la formation » reprenant le planning détaillé jour par jour des modules abordés, les durées et les thématiques étudiées
- ▲ Un débriefing individuel en visio-conférence après chaque journée avec l'animateur (correction de la fiche-outil, questions/réponses relatives au cours et questions/réponses relatives aux premières simulations)
- ▲ 2 rendez-vous individuels d'analyse de la pratique en visio-conférence durant la mise en situation professionnelle
- ▲ Un accès au réseau des autres participants en e-learning (via WhatsApp – fixation des créneaux de simulation en binôme, entraide, travail commun, annonces des soutenances, partages de documents complémentaires/astuces etc...)
- ▲ Chaque semaine, un séminaire collectif « live » en visio-conférence sur un nouveau thème
- ▲ Des séminaires live supplémentaires organisés par le référent pédagogique

### Modalités de suivi de formation en e-learning tutoré :

#### ▶▶▶ AVANT LA FORMATION

**Étape 1** - Validation de votre inscription (envoi de votre dossier d'inscription, de la convention de formation et de votre règlement)

**Étape 2** - Ouverture d'un accès Dropbox contenant l'ensemble des supports pédagogiques nécessaires au déroulement de la formation ainsi qu'un accès Joomeo contenant les vidéos des différentes journées de formation

**Étape 3** - Prise de rendez-vous avec le référent pédagogique pour le séminaire individuel d'ouverture et la présentation détaillée de la formation (en visio-conférence - 30 min)

*À noter : une fois votre accès ouvert, vous disposez d'une période de 2 mois pour suivre l'ensemble de la formation.*

#### ▶▶▶ PENDANT LA FORMATION

**Étape 4** - Pour chaque journée de formation :

- Visionnage des enregistrements vidéos,
- Liste de vos questions relatives aux éléments théoriques et méthodologiques abordés durant cette journée,
- Réalisation de la fiche-outil associée à l'outil central de la journée,
- Réalisation de 2 simulations de mise en pratique de l'outil du jour avec les autres participants en e-learning

**Étape 5** - Prise de rendez-vous avec l'animateur pour un séminaire individuel de débriefing en visio-conférence de 45 min (correction de la fiche-outil, questions/réponses relatives au cours et questions/réponses relatives aux premières simulations)

**Étape 6** - Réalisation de 2 autres simulations d'approfondissement

#### ▶▶▶ ENTRE LE DERNIER JOUR DE FORMATION ET DE L'ÉVALUATION

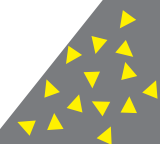
**Étape 7** - Mise en situation professionnelle d'au moins 2 accompagnements complets (total cumulé d'au moins 30 heures, à répartir à votre convenance) en accord avec vos perspectives professionnelles

**Étape 8** - Pendant la mise en situation professionnelle, 2 séminaires individuels de « supervision de la pratique » (en visio-conférence de 30min par séminaire) à fixer avec le superviseur de la pratique

#### ▶▶▶ APRÈS LA FORMATION - JOURNÉE ÉVALUATION

**Étape 9** - Journée d'évaluation à distance, date à définir avec notre service administratif

*A tout moment, vous pouvez solliciter l'adresse [administration@chrysippe.org](mailto:administration@chrysippe.org) pour tout besoin pratique et logistique, ainsi que votre référent pédagogique pour toute question conceptuelle et méthodologique.*



## CONTENU DE LA FORMATION

### Journée 1 - Méthodologie de l'analyse de la demande et de l'identification des compétences positives - Module 3

*Objectifs pédagogiques : Savoir mettre en place les différents éléments constitutifs de l'analyse de la demande (type de demande, écologie, subjectivité). Savoir identifier les compétences positives à retenir. Savoir fixer la demande en fonction des compétences positives retenues.*

#### **Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Introduction à la psychologie positive
- ▲ Méthodologie analyse demande et identification compétences positives

#### **Travaux pratiques :**

- ▲ Passations de questionnaires (échelle de bonheur, échelle de satisfaction de vie, échelle de satisfaction des besoins fondamentaux)
- ▲ Elaboration individuelle de la fiche-outil en lien avec la méthodologie étudiée
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing de la fiche-outil

#### **Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de module 3**

### Journée 2 - Méthodologie de l'opérationnalisation de la demande en psychologie positive - Module 2

*Objectifs pédagogiques : Savoir comportementaliser la demande en psychologie positive. Savoir utiliser les critères permettant de fixer de bons objectifs. Savoir faire élaborer des objectifs généraux. Savoir faire élaborer des objectifs spécifiques.*

#### **Présentation méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Méthodologie de l'opérationnalisation de la demande

#### **Travaux pratiques :**

- ▲ Etude de cas - travail en sous-groupe, corrections et questions/réponses
- ▲ Elaboration individuelle de la fiche-outil en lien avec la méthodologie étudiée
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing de la fiche-outil

#### **Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de module 2**

### Journée 3 - Fondamentaux conceptuels de la psychologie positive - Module 1

### & Méthodes, techniques et outils pour l'intervention individuelle en psychologie positive - Module 4

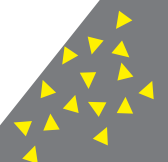
*Objectifs pédagogiques : Connaître les principaux concepts de la psychologie positive. Savoir mobiliser les forces de caractères et la gratitude dans un accompagnement de psychologie positive*

#### **Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Fondamentaux conceptuels de la psychologie positive

#### **Travaux pratiques :**

- ▲ TP1 « Mobilisation des forces de caractère face aux besoins du moment »
- ▲ TP2 « Mettre en place la gratitude face à une difficulté »
- ▲ Elaboration individuelle des fiches-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulation de volontaires devant le groupe, débriefing, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing des fiches-outils



## CONTENU DE LA FORMATION

### Journée 4 - Fondamentaux conceptuels de la psychologie positive - Module 1 & Méthodes, techniques et outils pour l'intervention individuelle en psychologie positive - Module 4

*Objectifs pédagogiques : Savoir mobiliser le journal du positif, la consolidation du positif et la décentration dans un accompagnement de psychologie positive.*

#### **Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Fondamentaux conceptuels de la psychologie positive

#### **Travaux pratiques :**

- ▲ TP1 « Débriefing du journal du positif »
- ▲ TP2 « Consolidation du positif »
- ▲ TP3 « Décentration »
- ▲ Elaboration individuelle des fiches-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing des fiches-outils

#### **Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de module 1 & de module 4**

### Journée 5 - Méthodes, techniques et outils pour l'intervention groupale en psychologie positive : la démarche centrée sur les solutions - Module 5

*Objectifs pédagogiques : Savoir initier la méthode centrée solutions. Savoir utiliser les outils fondamentaux de la méthode centrée solutions. Savoir utiliser les routines langagières de la méthode centrée solutions. Savoir débriefier des prescriptions centrées solutions.*

#### **Présentation méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Méthode centrée sur les solutions et compétences

#### **Travaux pratiques :**

- ▲ Elaborations individuelles et collectives des fiches-outils en lien avec les méthodologies étudiées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Améliorations post-débriefings des fiches-outils
- ▲ Vidéo « Cas SAV informatique »

#### **Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de module 5**

### Journée 6 - Méthodologie de la mindfulness - Module 6

*Objectifs pédagogiques : Savoir conduire des exercices de mindfulness.*

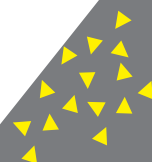
#### **Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Méthodologie du développement de la compétence de mindfulness

#### **Travaux pratiques :**

- ▲ TP1 « Méditation »
- ▲ TP2 « Exercice du grain de raisin »
- ▲ TP3 « Méditation de la bienveillance »
- ▲ TP4 « Body scan »
- ▲ « Aquariums collectifs » puis débriefings collectifs en lien avec les différents TPs
- ▲ Elaboration individuelle des fiches-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing des fiches-outils

#### **Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de module 6**



## CONTENU DE LA FORMATION

### Journée 7 - Méthodologie du travail de l'Acceptation émotionnelle et de l'identification des valeurs et des actions engagées - Module 7

*Objectifs pédagogiques : Savoir présenter la notion d'acceptation émotionnelle. Savoir structurer une séquence d'acceptation émotionnelle. Savoir conduire des exercices d'acceptation émotionnelle. Savoir présenter la notion de valeur. Savoir mettre en place une séquence*

**Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :**

- ▲ Méthodologie du développement de la compétence de l'acceptation émotionnelle
- ▲ Méthodologie de l'identification des valeurs et des actions engagées

**Travaux pratiques :**

- ▲ TP « Valeurs et actions engagées »
- ▲ Elaboration individuelle des fiches-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing des fiches-outils

**Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de module 7**

