

- Faculté des sciences
- www.unine.ch/sciences

Le Self-Management (3PS2035)

Filières concernées	Nombre d'heures	Validation	Crédits ECTS
Master en psychologie, orientation psychologie du travail et des organisations	Séminaire: 2 ph	Voir ci-dessous	3

ph=période hebdomadaire, pg=période globale, j=jour, dj=demi-jour, h=heure, min=minute

Période d'enseignement:

- Semestre Printemps

Equipe enseignante

Dr. Mauro Minelli, professeur associé

Contenu

Voir la rubrique objectifs.

Forme de l'évaluation

Contrôle continu noté: rapports, présentations, contrôles de connaissances
Examen de rattrapage oral de 30 minutes, 28 mai 2019, à partir de 08h00

Documentation

Une liste de lectures obligatoires sera communiquée à la session d'introduction

Pré-requis

Session d'introduction obligatoire

Une session d'introduction aura lieu mardi, 27 novembre de 11h00-11h45, Bâtiment principal, Av. du 1er mars, salle D65. La présence est obligatoire pour ceux qui veulent suivre le séminaire.

Forme de l'enseignement

Session d'introduction obligatoire

Une session d'introduction aura lieu mardi, 27 novembre de 11h00-11h45, Bâtiment principal, Av. du 1er mars, salle D65. La présence est obligatoire pour ceux qui veulent suivre le séminaire.

Dates

- Session d'information : mardi, 27 novembre 2018, 11h00 – 11h45
- Session 1 : mardi, 19 février 2019
- Entretien de débriefing : mardi, 19 février 2019, après-midi
- Session 2 : mardi, 26 février 2019
- Session 3 : mardi, 5 mars 2019
- Session 4 : mardi, 12 mars 2019
- Session 5 : mardi, 19 mars 2019
- Séminaire pratique (MAS) jeudi et vendredi, 21 et 22 mars, à l'université de Neuchâtel
- Session 6 : mardi, 23 mars 2019
- Session 7 : mardi, 30 avril 2019
- Séminaire pratique (effex) : le séminaire se tiendra le vendredi 17 mai (journée) et samedi 18 mai jusqu'à midi à Jongny au centre de formation de la Coop

Caractéristiques

- 3 crédits ECTS
- Séminaire en blocs de demi-journées
- Semestre printemps
- Nombre de participants limité
- Présence obligatoire à toutes les séances

Objectifs d'apprentissage

- Faculté des sciences
- www.unine.ch/sciences

Le Self-Management (3PS2035)

Au terme de la formation l'étudiant-e doit être capable de :

- Préciser son profil de motivation (conscient et inconscient) en complétant un questionnaire avant le séminaire
- Associer la théorie à la pratique en animant des travaux de groupes dans le cadre des séminaires avec des professionnels
- Reproduire des éléments de training mental pour renforcer le transfert des acquis dans la pratique
- Distinguer grâce à ces expériences et avec l'aide "d'objectifs-devises" (une nouvelle manière de formuler les objectifs en intégrant les aspects inconscients) une gestion des actions avec d'avantage de précision et d'enthousiasme
- Définir un cadre optimal pour la mise en pratique suite à un entretien préliminaire
- Identifier des processus de motivation "en live" au début du séminaire, en expérimentant sur sa propre personne de quelle manière les processus conscients et inconscients influencent nos intentions et nos actions

Compétences transférables

- Appliquer ses connaissances à des situations concrètes