

- Faculté des sciences
- [www.unine.ch/sciences](http://www.unine.ch/sciences)

### Séminaire appliqué: Savoir comment concevoir des formations continues - théorie et pratique (3PS2033)

Filières concernées	Nombre d'heures	Validation	Crédits ECTS
<b>Master en psychologie, orientation psychologie du travail et des organisations</b>	<b>Séminaire: 4 ph</b>	Voir ci-dessous	6

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

#### Période d'enseignement:

- Semestre Printemps

#### Equipe enseignante

Prof. tit. Mauro Minelli  
Institut de Psychologie du Travail et des Organisations  
Rue Emile-Argand 11,  
CH-2000 NEUCHÂTEL  
T +41 31 511 54 80; [mauro.minelli@unine.ch](mailto:mauro.minelli@unine.ch)

#### Contenu

ATTENTION: voir également la rubrique "forme de l'enseignement" & "Pré-requis"!

#### Cadre

Ce séminaire s'inscrit dans le cadre de ces projets universitaires qui jettent des ponts entre recherche académique et application pratique. Durant le semestre de printemps, les étudiants acquièrent des bases théoriques du Self-Management leur permettant ensuite une mise en pratique dans le cadre d'un projet personnel. La formation se conclut par une expérience concrète avec des praticiens issus du monde du travail avec des cadres dirigeants du monde du travail dans le cadre d'une formation organisée par *impatto sa*.

#### Contenus et objectifs

Le séminaire reprend notamment des aspects de la théorie de la personnalité de Julius Kuhl, de l'Université d'Osnabrück, et s'appuie sur des éléments méthodologiques du « Modèle de ressources zurichoises » (ZRM), développé par Maja Storch et Frank Krause. Thèmes spécifiques : l'approche fonctionnelle de la théorie de l'interaction des systèmes de personnalité (PSI) ; le « Conative Cycle » et ses étapes ; la méthode ZRM et le travail avec des images et ses « objectifs-devises » ; les intentions d'implémentation, une stratégie d'autorégulation développée par Peter Gollwitzer, Université de Konstanz.

#### Les étudiant-e-s:

- ont l'opportunité de dresser leur profil de motivation (conscient et inconscient) avant le dé-but du séminaire en complétant un questionnaire. Un entretien préliminaire permet ensuite d'aborder leur situation individuelle et de créer ainsi un cadre optimal pour leur mise en pratique ;
- découvrent des processus de motivation « en live » au début du séminaire, en expérimentant sur leur propre personne de quelle manière les processus conscients et inconscients influencent nos intentions et nos actions ;
- apprennent, grâce à ces expériences et avec l'aide d'« objectifs-devises » – une nouvelle manière de formuler des objectifs en intégrant les aspects inconscients –, à gérer des actions avec davantage de précision et d'enthousiasme ;
- acquièrent des éléments de training mental pour renforcer le transfert des acquis dans la pratique.
- sont en mesure d'animer des travaux de groupes dans le cadre des séminaire avec des professionnels

#### Forme de l'évaluation

Contrôle continu noté: rapports, présentations, contrôles de connaissances  
Examen de rattrapage oral de 30 minutes

#### Documentation

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

#### Pré-requis

Bachelor en psychologie

ATTENTION: vous devez impérativement vous inscrire auprès du secrétariat de l'IPTO ([secretariat.ipto@unine.ch](mailto:secretariat.ipto@unine.ch)) d'ici au mardi 20 septembre 2022 avant midi, sans quoi votre inscription ne sera pas prise en considération.

- Faculté des sciences
- [www.unine.ch/sciences](http://www.unine.ch/sciences)

### **Séminaire appliqué: Savoir comment concevoir des formations continues - théorie et pratique (3PS2033)**

Lorsque vous êtes en possession de votre log in @unine.ch, n'oubliez pas de vous inscrire sur IS-Academia !  
Le nombre de places est limité et la priorité sera donnée aux étudiant.e.s du MsPsyTO de l'IPTO.

#### **Forme de l'enseignement**

Session d'introduction OBLIGATOIRE

Une session d'introduction aura lieu mardi, 13 décembre de 11h30-12h15, Bâtiment principal, Av. du 1er mars, salle D71. La présence est obligatoire pour ceux qui veulent suivre le séminaire.

#### **Dates**

Session d'information : mardi, 13 décembre 2022, 11h30 – 12h15, obligatoire

Session 1 : mardi, 14 février 2023 (attention : une semaine avant la rentrée)

Session 2 : mardi, 21 février 2023 + 4 entretiens individuels l'après-midi (@impatto ag, Waisenhausplatz 22, 3011 Bern)

Session 3 : mardi, 28 février 2023 + 4 entretiens individuels l'après-midi (@impatto ag)

Session 4: mardi, 7 mars 2023

Session 5 : SAMEDI 25 mars 2023

Session 6 : mardi, 4 avril 2023

Session 7 : mardi, 2 mai 2023

Séminaire pratique : JEUDI 11 et VENDREDI 12 mai, à l'hôtel Préalpina, Chexbres

#### **Caractéristiques**

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

#### **Objectifs d'apprentissage**

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

- Reproduire des éléments de training mental pour renforcer le transfert des acquis dans la pratique
- Associer la théorie à la pratique en animant des travaux de groupes dans le cadre des séminaires avec des professionnels
- Définir un cadre optimal pour la mise en pratique suite à un entretien préliminaire
- 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
- Préciser son profil de motivation (conscient et inconscient) en complétant un questionnaire avant le séminaire
- 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