



La psychologie positive pour devenir un leader positif

Objectifs de formation

- Utiliser des outils de psychologie positive pour se transformer en tant que leader positif, et mettre en œuvre un management bienveillant.
- Être un leader positif pour développer son bien-être et le bien-être de ses collaborateurs au travail

Objectifs pédagogiques

- Définir la psychologie positive et découvrir comment elle permet de développer une posture de leader positif
- Explorer les émotions positives et leur impact dans le travail
- Identifier les pouvoirs de la gratitude pour le management
- Découvrir l'apport de l'optimisme dans le management et devenir un leader optimiste
- Identifier ses forces de caractère et les utiliser dans son management

Durée : 02 jours -14 heures

Présentiel : Présentiel ou Classe virtuelle

Tarifs :

Tarif Inter : 1400 €

Dates :

Les 02 et 03 Mars 2026

Les 03 et 04 Aout 2026

Les 03 et 04 Décembre 2026

Prérequis

- Aucun

Public

- Toute personne en situation d'encadrement

Programme

J1 (demi-journée) :

- Les leviers de la psychologie positive pour un management bienveillant :

Motivation, styles explicatifs, gratitude, forces de caractère et intelligence émotionnelle

- Leviers de bien-être au travail :

Outils quotidiens pour les managers et leurs équipes pour développer le bien-être

J2 (demi-journée) :

- Cultiver les émotions positives au travail :

Impact sur la persévérance, la résilience, l'atteinte des objectifs et la créativité

Développer son intelligence émotionnelle : conscience et régulation des émotions

- Les pouvoirs de la gratitude :

Impact de la gratitude dans le bien-être

Développer des pratiques de gratitude au sein de l'entreprise

J3 (demi-journée) :

- Les apports de l'optimisme au travail

Comment mieux utiliser l'optimisme au travail ?

Se servir des styles explicatifs pour l'accompagnement des collaborateurs

- Devenir un leader optimiste

Se changer soi pour accompagner son équipe

J4 (demi-journée) :

- Les forces de caractère

Identifier ses forces de caractères

Manager avec les forces de caractère

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Exercices d'applications construits à partir des informations transmises par le commanditaire
- Travail en sous-groupe

- Document de synthèse remis à l'issue de la formation
 - Matériel : aucun
-

Modalités d'évaluation des acquis

- En amont de la formation : recueil des attentes, réunion de cadrage
 - Pendant la formation : Test, QCM, cas pratiques, mises en situation
 - En aval de la formation : évaluation à chaud, évaluation à froid.
-

Financement

- OPCO sous conditions
 - Entreprise
 - Individuel
-

Dates et horaires

- Intra-entreprise en concertation avec l'entreprise
 - Inter-entreprises, selon planning de formation ORDIA
 - Horaires de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30
-

Prévention des ruptures de parcours en formation

- Création d'un climat bienveillant et inclusif dès le démarrage pour favoriser l'implication de chacun.
- Identification des niveaux et besoins individuels afin d'adapter le rythme et les explications (tour de table).

- Méthodes pédagogiques variées (démonstrations, cas pratiques, échanges collectifs) pour maintenir l'attention et l'intérêt.
 - Questions fréquentes de la part de l'intervenant/e et valorisation des apports des participant·e·s pour renforcer l'engagement.
 - Temps de reformulation ou appui individuel si nécessaire afin d'éviter le décrochage.
-